

Чухрова Марина Геннадьевна

Доктор медицинских наук, профессор кафедры психологии личности и специальной психологии Факультета психологии ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет», mba3@sibmail.ru, Новосибирск

СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ПОВЕДЕНЧЕСКИХ АДДИКЦИЯХ

Аннотация. В статье представлен обзор современных исследований по проблеме поведенческих зависимостей. Автор приходит к выводу, что конкретных и проверенных алгоритмов диагностики, профилактики и лечения этих состояний в настоящее время нет. Показатели распространенности сильно различаются вследствие различных инструментов оценки и отправных точек. Дискуссионным продолжает оставаться вопрос оптимальной классификации поведенческих зависимостей в DSM-V, правомочности рассмотрения их или в рамках клинических расстройств, или только как экстремальных форм поведения. Рассматриваются положительные и отрицательные последствия избыточного использования интернета, психопатологическое содержание пристрастия к азартным играм. Приводится анализ ряда эпидемиологических исследований, направленных на поиск диагностических критериев, необходимых для разработки профилактических программ и терапевтических стратегий.

Ключевые слова: аддиктивное поведение, эпидемиологические исследования, поведенческие аддикции, диагностические критерии поведенческих аддикций.

Chukhrova Marina Gennadievna

Doctor of Medical Sciences, Professor of the Department of Psychology at Novosibirsk State Pedagogical University, mba3@sibmail.ru, Novosibirsk

MODERN CONCEPTS OF BEHAVIORAL ADDICTION

Abstract. The article presents an overview of current research on the problem of behavioral addictions. The author comes to the conclusion that the specific and proven algorithms for diagnosis, prevention and treatment of these conditions is currently unavailable. Prevalence rates vary greatly due to various assessment tools and starting points. Discussion continues to be a question of optimal classification behavioral addictions in DSM-V, the eligibility of their consideration or in clinical disorders, or just as extreme forms of behavior. Considers positive and negative consequences of excessive Internet use, psychopathological content gambling. An analysis of a number of epidemiological studies aimed at finding the diagnostic criteria necessary for the development of prevention programs and therapeutic strategies.

Keywords: addictive behavior, epidemiological studies, behavioral addiction diagnostic criteria of behavioral addictions.

Поведенческие аддикции, которые включают игроманию, kleptomанию, пироманию, компульсивные покупки, компульсивное половое поведение, интернет-зависимость и компульсивное обжорство, характеризуются неспособностью противостоять настоящему желанию, или драйву, в результате чего человек наносит вред себе или другим. Это состояние крайне трудно поддается психокоррекционным воздействиям. Эффективность фармакологического и психологического лечения для различных поведенческих зависимостей изучалась, однако в настоящее

время нет единых рекомендаций [10]. Поведенческие аддикции имеют общие характеристики с наркоманией и злоупотреблением алкоголем по своей этиологии, феноменологии, сопутствующей патологии, влиянию на генетику, нейробиологическим механизмам, реакции на лечение и неблагоприятным последствиям, и имеют общую патофизиологическую основу, что было показано нами ранее [2].

После 2000 г. были опубликованы около сотни эпидемиологических исследований поведенческих зависимостей, в которых

содержатся количественные эмпирические данные, а также результаты того или иного тестирования. Анализ работ показывает, что показатели распространенности сильно различаются вследствие различных инструментов оценки и отправных точек. Распространенность, например, интернет-зависимости составляет от 0,8% в Италии до 26,7% в Гонконге. Формирование зависимости связано с рядом социально-демографических, индивидуально-личностных и психосоциальных факторов, а также с симптомами сопутствующих расстройств у подростков и у взрослых. Ряд таких признаков, как компульсивное использование аддитивного агента, стремление к уходу от реальности, потеря контроля и негативные социальные последствия наиболее важны для диагностики зависимых состояний [2; 5; 15].

Своими социальными последствиями всё большее внимание привлекают игромания, компульсивные покупки, увлечение социальными сетями, видеониграми, трудоголизм, физические упражнения, нарушения пищевого поведения, беспорядочный секс и другие зависимые отношения. Анализ разных поведенческих зависимостей показывает в структуре состояния аналогичные проявления, такие как непреодолимая тяга и постоянное стремление к аддитивному агенту, высокая толерантность и неутомимость, явления абстинентного синдрома при воздержании. Дискуссионным остается вопрос, все ли эти состояния, или только некоторые из них, следует рассматривать как клинические расстройства, или только как экстремальные формы поведения. Психиатры и психотерапевты настойчиво ищут патологические признаки при интернет-зависимости для диагностики, классификации и лечения. Mann K., Fauth-Bühler M. (2013) обсуждают некоторые нозологические аспекты и предлагают категоризацию азартных игр и чрезмерного использования компьютера и интернета в качестве модели поведенческих зависимостей. В отдельных случаях эта модель может быть применена и для чрезмерного сексуального поведения, компульсивных покупок и переедания [12].

Некоторые исследователи относят поведенческие зависимости к импульсивно-компульсивному спектру, другие классифицируют как импульсивные расстройства. Целевая

группа исследователей [9] предложила новую классификацию аддикций и связанных с ним заболеваний, охватывающую как зависимость от психоактивных веществ, так и не-лекарственные зависимости, обозначив эти состояния как нелекарственные поведенческие зависимости. Авторы считают это необходимым для оптимальной классификации зависимых состояний в DSM-V (Диагностического и статистического руководства по психическим расстройствам Американской психиатрической ассоциации).

Поведенческие зависимости сейчас относятся к компетенции нарколога и входят в перечень наркологических проблем. Конкретных и проверенных алгоритмов диагностики, профилактики и лечения в настоящее время нет, однако расширение знаний о психопатологических, клинических и нейробиологических функциях позволит более целенаправленно создавать превентивные и терапевтические стратегии [13].

Оценка распространенности восьми аддикций, выполненная с использованием опросника для самозаполнения Behavioral Addictions Screen с помощью автоматизированной телефонной системы, показала, что наиболее распространенными являются: покупки и расходы, еда, работа, компьютер и интернет, секс и порнография. Реже встречались азартные игры, самоповреждения и физические упражнения. Некоторые зависимости ассоциированы друг с другом, например, секс и порнография. Показано, что пол, национальность, возраст, депрессия и посттравматическое стрессовое расстройство связаны с конкретными аддикциями [15].

Для изучения распространенности интернет-аддитивного поведения (IAB) и связанных с ними психологических характеристик в семи европейских странах (Греция, Испания, Польша, Германия, Румыния, Нидерланды, и Исландия) проведено кросс-секционное исследование 14-17-летних подростков ($n=13284$, женщин 53%, средний возраст 15,8 лет). Выделено две проблемные группы: подростков с IAB, характеризующиеся потерей контроля над их использованием интернета (1% от обследованных), и подростки группы риска IAB (12,7%). Эти две группы образуют группу неблагополучных по отношению к интернету подростков (DIB). Распространенность DIB значительно

выше среди мальчиков, чем среди девочек (15,2% против 12,7%, $p < 0,001$) и широко варьировала между странами, с 7,9% в Исландии до 22,8% в Испании. Частое использование конкретной деятельности в интернете (азартные игры, социальные сети, игры), не менее 6 дней в неделю ассоциировано с высокой вероятностью DIB. Логистический регрессионный анализ показал более высокую частоту DIB среди подростков из семей с низким уровнем образования родителей, с более ранним началом использования Интернета, более частым использованием социальных сетей и игровых сайтов. Множественная линейная регрессия выявила связь поведенческих и эмоциональных проблем с наличием DIB [19].

Sussman и др. (2014) использовали матричный подход в изучении популяции бывших студентов (средний возраст 19,8 лет), имеющих риск зависимости. Собраны сведения о частоте обращения за последние 30 дней к одной или нескольким из 11 зависимостей (сигареты, алкоголь, наркотики, еда, азартные игры, интернет, шопинг, любовь, секс, физические упражнения и работа) и изучено совместное появление двух или более из этих 11 видов зависимого поведения. Распространенность одного, двух или трёх видов аддикций составила соответственно 79,2%, 61,5% и 37,7%. Выполнено разделение на две группы: не-аддикты (67,2%) и зависимые, среди которых больше всего было зависимости от любви, секса, физических упражнений, интернета и работы. Таким образом, самоотчеты оказались достаточно информативны, и это направление требует дальнейшей разработки [17].

Численность лиц с преобладанием поведенческих зависимостей растёт, особенно среди молодежи. По нашим данным, в коллективах учащейся молодежи, так или иначе связанной с компьютерными технологиями, выявляется от 6 до 12% зависимых или склонных к зависимости от интернет или многопользовательских он-лайн игр [1]. Участие в онлайн-играх становится все более важной составляющей досуга у подростков и взрослых. Большинство людей не используют эти игры во вред, но эпидемиологические исследования показывают, что чрезмерное использование игр становится вредной привычкой. В этиопатологической

модели развития привыкания к онлайн-играм определяющую роль играют личностные характеристики [1, 14].

Интерактивные азартные игры, как регулярный вид деятельности, в сочетании с легкой доступностью представляют собой новый формат азартных игр, наложенный на традиционные возможности. Изучена распространенность азартных игр среди взрослых в Австралии. Изучены социально-демографические характеристики, взгляды и представления об азартных играх и участие в азартных играх путём проведения национального репрезентативного телефонного опроса, охватившего 15 006 взрослых австралийцев. Большая часть, 64,3%, играли в азартные игры, по крайней мере, один раз в течение 12 последних месяцев, 8,1% из них играли онлайн. Интерактивные игроки делали ставку на большее число видов деятельности и чаще играли. Интерактивные игроки чаще всего были мужчинами молодого возраста, имеющими домашний доступ в интернет, участвовавшие в большем количестве азартных игр и имеющие более высокие расходы на игры. Почти половина интерактивных игроков предпочитали наземные land-based азартные игры [7].

Азартные игры представлены практически во всех обществах. Разные виды азартных игр присутствовали все времена истории, однако общество никогда не предлагало так много возможностей для развития аддиктивного поведения. Социальные представления о грехе, девиантности и преступности, связанной с азартными играми в прошлом, сейчас исчезли. Азартные игры теперь стали частью организованного отдыха и социально приемлемой деятельности, и имеют определенные значительные преимущества перед другими видами отдыха. Тем не менее, игру в азартные игры и ее влияние на людей, всё чаще рассматривают как психическое расстройство, характеризующееся потерей контроля, точное место которого в психиатрической номенклатуре ещё не определено [8]. Так, в Макао, Китае, азартные игры очень доступны, однако азартные игры через интернет остаются привлекательными для многих из-за их анонимности и удобства. Проведено исследование демографических и психологических характеристик интернет-игроков, а также

общественное отношение и распространенность интернет-азартных игр. Из 952 случайно отобранных взрослых респондентов и 427 студентов высших учебных заведений только 5,4% опрошенных предпочли интернет-игры азартным играм, а распространенность онлайн-игр составила около 1%. Как и предполагалось, интернет-азартные игры положительно коррелируют с гэмблингом в обеих группах. Мужской пол, игры в казино, материалистические взгляды и недовольство жизнью являются значимыми факторами риска игромании среди китайцев [22].

Во Франции в период между 1960 и 2005 гг. распространенность азартных игр увеличилась на 148%. В 2004 г. игроки потеряли около 0,9% от дохода семьи, по сравнению с 0,4% в 1960 году. Это представляет примерно 134 евро в год на душу населения. Несмотря на увеличение, этот уровень остается ниже, чем по Европе в среднем (1%). Тем не менее, прогнозируется рост игровой практики во Франции в ближайшие годы, особенно после недавней легализации онлайн-игр и спортивных ставок. В этом контексте существует необходимость для лучшего понимания факторов риска вовлечения, развития и поддержания игромании [4]. По мнению французских исследователей, проблема роста числа игроков, скорее всего, усугубится в будущем [3].

Гипотеза поведенческой зависимости предполагает, что интернет-зависимость и патологическая азартная игра имеют в основе похожую психоактивную субстанцию. Однако не ясно, есть ли сходство других психопатологических условий: психологических симптомов, темпераментов, стратегий выживания. В исследовании итальянских ученых вошли 31 пациент с интернет-аддикцией (ИА), 11 – патологический гэмблинг (ПГ) и 38 здоровых лиц – контрольная группа. Измерены уровни тревоги, депрессии, изучены стратегии выживания, привязанности, темперамент, дана общая оценка функционирования. Найдены различия ИА и ПГ с контрольной группой в уровнях депрессии, тревоги и общего функционирования. ИА и ПГ различались по темпераменту. В группе ИА был больший ментальный и поведенческий разброс и выраженное обесценивание личности. В клинических группах наблюдались импульсивные копинг-стратегии и

социально-эмоциональные нарушения. Таким образом, имеется сходство клинических симптомов ИА и ПГ, однако ИА характеризуется более выраженным психическим, поведенческим и социальным размежеванием по сравнению с ПГ [18].

Многочисленные исследования показали более высокие темпы роста проблем с азартными играми через интернет по сравнению с не-интернет-игроками. В Австралии проведен интернет-опрос игроков (n=6682), позволивший оценить степень участия населения в азартных играх и тяжесть проблемы. Интернет-игроки моложе, вовлечены в большее количество видов игровой деятельности, игры часто связаны со спортом, в отличие от не-интернет игроков. Интернет-игроки более склонны сообщать о проблемах со здоровьем и психологических последствиях азартных игр и чаще обращались за помощью [7]. Сотрудниками австралийского национального интернет-сайта веб-консультирования по проблеме азартных игр описаны характеристики заинтересованных значимых лиц (ЗЗЛ) из окружения гэмблеров. Данные получены с использованием опросника по проблемам азартных игр (Significant Other Impact Scale, PG-SOIS). Обследованы 366 ЗЗЛ, имеющие доступ к услуге в течение 21 месяца. Чаще всего это были интимные партнеры проблемных игроков и женщины в возрасте до 30 лет. Все ЗЗЛ имели признаки эмоционального дистресса (97,5%), отмечали нарушения в сфере личных (95,9%), социальных (92,1%) и финансовых взаимодействий (91,3%). Меньше отмечалось воздействия на занятость (83,6%) и физическое здоровье (77,3%). Имелись существенные различия во взаимодействии между членами семьи (дети, партнеров, родителей, братьев и сестер), но с друзьями связи резко ослабевали. Полученные результаты могут быть использованы для разработки способов вмешательства, предназначенных для ЗЗЛ проблемных игроков [6].

Показана эффективность постоянно действующей исследовательской программы по выявлению потенциально проблемных интернет-игроков на самых ранних этапах игры в интернете. В исследовании приняли участие 4056 интернет-игроков на сайте bwin.party. Половина из них определены программой Responsible Gambling (RG),

другая половина – контрольная группа из случайно выбранных лиц из тех, кто впервые появился на сайте. Анализ определил две группы высокого риска (90% членов были определены по программе RG): первая включена в три или более игр и показывает высокую изменчивость ставок в играх типа казино; вторая занимается двух различных видах деятельности и показывает высокую изменчивость ставок в играх-стратегиях. Провайдеры азартных игр и государственные политики могут использовать эти результаты для обоснования программ раннего вмешательства [5].

Использование интернета значительно выросло в глобальном масштабе. Растущая популярность и частота пользования интернетом привело к увеличению числа исследований, освещающих потенциальные негативные последствия его чрезмерного использования. Рост популярности интернет-игр приводит к разногласиям между исследователями и политиками. Противники азартных игр указывают на негативные последствия игр, а сторонники рассматривают их как относительно безобидное и удобное развлечение для подавляющего большинства населения. Примечательно, что в качестве аргумента, обе стороны говорят об увлечении игрой. Оппоненты утверждают, что азартные игры провоцируют нездоровые навязчивые идеи, а защитники – что они необходимы как способ получения положительных эмоций. Корейские исследователи проверили, связаны ли типы увлечения с мотивацией и последствиями. Данные собраны через игровой сайт в Южной Кореи. Авторы ссылаются на оригинальное исследование положительных и отрицательных аспектов влечения к игре, проведенное Rousseau и др. (результаты опубликованы в *J. Gambl Stud* 18(1):45-66, 2002), и разрабатывают базу для понимания положительных и отрицательных последствий азартных игр. Они показали, что внутренние игровые мотивы (например, азартная игра ради волнения, эмоций) связана с гармоничным увлечением, которое приводит к положительным последствиям. Внешняя игровая мотивация (например, получение денег) связано с навязчивой страстью, что приводит к негативным последствиям [11].

Результаты анализа показывают, что не

существует золотого стандарта классификации и диагностики поведенческой зависимости. Изучение поведения зависимых лиц предоставляет возможность определять поведенческие маркеры, которые можно использовать для прогнозирования развития аддиктивных проблем. Все больше фактов говорит о том, что поведенческие зависимости являются аддикцией по многим признакам. Выявлены основные критерии, имеющие значение для диагноза аддикции: это время, потраченное на реализацию пристрастия, появление кратковременного удовольствия, что приводит к снижению контроля за поведением, возникающие в результате зависимости проблемы. Чтобы уточнить классификацию поведенческих зависимостей, данных в настоящее время недостаточно. Правильная категоризация поведенческих зависимостей или расстройств контроля над побуждениями нужна для разработки более совершенных стратегий профилактики и лечения.

Библиографический список

1. Козлова Л. И., Чухрова М. Г. Личностные характеристики пользователей сети Интернет, склонных к зависимости от многопользовательских ролевых онлайн игр //Международный научный журнал «Мир науки, культуры, образования». – 2012. – №3(34).
2. Чухрова М. Г., Леутин В. П. Аддикция: зависимое поведение // Новосибирск: Изд. НГПУ, 2010. – 251 с.
3. Barrault S., Varescon I. Psychopathology in online pathological gamblers: a preliminary study. *Encephale*. 2012 Apr;38(2):156–63.
4. Bouju G., Grall-Bronnec M., Landreat-Guillou M., Venisse J.L. Pathological gambling: risk factors. *Encephale*. 2011 Sep;37(4):322-31.
5. Braverman J., LaPlante D.A., Nelson S.E., Shaffer H.J. Using cross-game behavioral markers for early identification of high-risk internet gamblers. *Psychol. Addict. Behav*. 2013 Sep;27(3):868-77.
6. Dowling N. A., Rodda S. N., Lubman D. I., Jackson A. C. The impacts of problem gambling on concerned significant others accessing web-based counselling. *Addict. Behav*. 2014 Aug;39(8):1253-7.
7. Gainsbury S. M., Russell A., Hing N., Wood R., Lubman D., Blaszczynski A. How the Internet is Changing Gambling: Findings from an Australian Prevalence Survey. *J Gambl. Stud*. 2013 Aug 11.
8. Gijsen P., Jammaer R., Mourad H., Pitchot W. Pathological gambling: conceptual evolution, clinical characteristics and psychotherapeutical perspectives. *Rev. Med. Liege*. 2013 May-Jun;68(5-6):359-64.

9. Grant J. E., Potenza M. N., Weinstein A., Gorelick D. A. Introduction to behavioral addictions. *Am. J. Drug Alcohol Abuse*. 2010 Sep;36(5):233-41.
10. Grant J. E., Schreiber L. R., Odlaug B. L. Phenomenology and treatment of behavioural addictions. *Can. J. Psychiatry*. 2013 May;58(5):252-9.
11. Lee C. K., Chung N., Bernhard B. J. Examining the Structural Relationships Among Gambling Motivation, Passion, and Consequences of Internet Sports Betting. *J. Gambl Stud.* 2013 Jul 4.
12. Mann K., Fauth-Bühler M., Seiferth N., Heinz A. Expertengruppe Verhaltenssuchte der DGPPN. The concept of behavioral addiction and limits of the term addiction. *Nervenarzt*. 2013 May;84(5):548-56.
13. Marazziti D., Presta S., Baroni S., Silvestri S., Dell'osso L. Behavioral addictions: a novel challenge for psychopharmacology. *CNS Spectr.* 2014 Mar 4:1-10.
14. Müller K. W., Beutel M. E., Egloff B., Wölfling K. Investigating risk factors for Internet gaming disorder: a comparison of patients with addictive gaming, pathological gamblers and healthy controls regarding the big five personality traits. *Eur. Addict. Res.* 2014;20(3):129-36.
15. Najavits L. I., Lung J., Froias A., Paull N., Bailey G. A study of multiple behavioral addictions in a substance abuse sample. *Subst. Use Misuse*. 2014 Mar;49(4):479-84.
16. Petry N. M., Gonzalez-Ibanez A. Internet Gambling in Problem Gambling College Students. *J. Gambl. Stud.* 2013. Dec. 12.
17. Sussman S., Arpawong T. E., Sun P., Tsai J., Rohrbach L. A., Spruijt-Metz D. Prevalence and co-occurrence of addictive behaviors among former alternative high school youth. *J. Behav Addict.* 2014 Apr 1;3(1):33-40.
18. Tonioni F., Mazza M., Autullo G., Cappelluti R., Catalano V., Marano G., Fiumana V., Moschetti C., Alimonti F., Luciani M., Lai C. Is Internet addiction a psychopathological condition distinct from pathological gambling? *Addict Behav.* 2014 Jun;39(6):1052-6.
19. Tsitsika A., Janikian M., Schoenmakers T. M., Tzavela E. C., Olafsson K., Wójcik S., Florian Macarie G., Tzavara C., Richardson C. *Internet Addictive Behavior in Adolescence: A Cross-Sectional Study in Seven European Countries.* *Cyberpsychol Behav. Soc. Netw.* 2014 May 22.
20. Welte J. W., Barnes G. M., Tidwell M. C., Hoffman J. H., Wieczorek W. F. Gambling and Problem Gambling in the United States: Changes Between 1999 and 2013. *J. Gambl. Stud.* 2014 Jun 1.
21. Wong I. L., So E.M. Internet Gambling Among High School Students in Hong Kong. *J. Gambl. Stud.* 2013 Nov 5.
22. Wu A. M., Lai M. H., Tong K. K. Internet Gambling Among Community Adults and University Students in Macao. *J. Gambl. Stud.* 2014 Mar 5.