

ЗАВИСИМОЕ ПОВЕДЕНИЕ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА (НА ПРИМЕРЕ ЗАРУБЕЖНЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ)

Бердибаева С.К., Есекина. Н.Т., Касымова М.Д., Тлеубай А.О.

Казахский национальный университет имени аль-Фараби

Алматы, Казахстан

В статье анализируется зависимое поведение в зарубежных исследованиях. На основе новостей мировой психологии и современных психологических исследований рассматриваются психологические проблемы зависимого поведения, которые обсуждались на ведущих мировых конгрессах и научных конференциях дальнего зарубежья.

Ключевые слова: зависимое поведение, психологическая проблема, виды зависимого поведения, мировой психологический опыт

Бұл мақалада тәуелді мінез-құлық шетелдік зерттеу бағыттары арқылы талданады. Әлемдік психология жаңалықтары мен заманауи психологиялық зерттеулер негізінде тәуелділік мінез-құлқының психологиялық мәселелері мақала авторлары қатысқан ғылыми конференцияларда қарастырылып, талқыланады.

Түйінді сөздер: тәуелді мінез-құлық, психологиялық мәселе, тәуелді мінез-құлық түрлері, әлемдік психологиялық тәжірибе

In this article, addictive behavior is analyzed through foreign research areas. Based on the news of world psychology and modern psychological research, psychological problems of addictive behavior are considered and discussed at scientific conferences in which the authors of the article participated.

Key words: addictive behavior, psychological problem, types of addictive behavior, world psychological experience.

Введение. Поведенческая зависимость – это принуждение или желание заниматься определенной деятельностью, несмотря на возможные негативные последствия. Любая зависимость обычно связана с чувством подавленности, сожаления или стыда. Поведенческая зависимость может затронуть любого, и ее трудно диагностировать.

Поэтому зависимое поведение является одним из важнейших вопросов как психологическая проблема. Существует множество видов зависимого поведения, наиболее значимым из которых является поведенческая зависимость.

Такое поведение может вызвать положительное удовлетворение, и мозг быстро к нему адаптируется. Со временем это может означать, что вам необходимо увеличить количество и интенсивность его активации, чтобы снова испытать чувство положительного удовлетворения. Это известная спираль зависимости. Что вызывает поведенческие зависимости?

Некоторые из причин, по которым у людей развиваются поведенческие зависимости, также могут привести к зависимости, в том числе:

- чувство заниженной самооценки;
- события психологической травмы или жизненные этапы;
- всепоглощающие печали;
- чувство вины или стыда.

Основная часть. Зависимое поведение является психологической проблемой мирового уровня, поскольку оно является наиболее важным для научного сообщества, особенно для науки психологии, поэтому на мировом уровне организуется множество форумов, конгрессов и конференций по этим вопросам, и эти вопросы активно обсуждаются. В то же время в журналах, книгах и научных статьях часто обсуждается проблема аддиктивного поведения, которая является проблемой для человечества, и этот вопрос является одним из наиболее актуальных.