

УДК 159.9

DOI: 10.34670/AR.2025.55.12.012

**Аддиктивное поведение как дезадаптивная
форма компенсации дефицитов социального
подключения: социально-психологический анализ**

Курилов Сергей Николаевич

Кандидат философских наук, заведующий кафедрой,
кафедра рекламы, связей с общественностью и лингвистики,
Национальный исследовательский университет «МЭИ»,
111250, Российская Федерация, Москва, ул. Красноказарменная, 14;
e-mail: KurilovSN@mpei.ru

Налимова Александра Сергеевна

Ассистент,
кафедра рекламы, связей с общественностью и лингвистики,
Национальный исследовательский университет «МЭИ»,
111250, Российская Федерация, Москва, ул. Красноказарменная, 14;
e-mail: NalimovaAS@mpei.ru

Родин Алексей Борисович

Директор Гуманитарно-прикладного института, доцент,
кафедра рекламы, связей с общественностью и лингвистики,
Национальный исследовательский университет «МЭИ»,
111250, Российская Федерация, Москва, ул. Красноказарменная, 14;
e-mail: analitikarodis@yandex.ru

Аннотация

В статье рассматривается аддиктивное поведение с позиций социальной психологии. Традиционно изучаемое в рамках клинической психологии и психиатрии как индивидуальная патология, аддиктивное поведение анализируется здесь как феномен, глубоко укорененный в социальном контексте и системе межличностных отношений. Центральным является тезис о том, что в основе многих форм аддикций (как химических, так и нехимических) лежит дефицит или искажение социального подключения, а само аддиктивное поведение представляет собой дезадаптивную попытку компенсировать этот дефицит. В работе детально исследуются ключевые социально-психологические механизмы формирования и поддержания аддикции. Делается вывод о необходимости разработки социально-ориентированных методов профилактики и коррекции.

Для цитирования в научных исследованиях

Курилов С.Н., Налимова А.С., Родин А.Б. Аддиктивное поведение как дезадаптивная форма компенсации дефицитов социального подключения: социально-психологический анализ // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2025. Т. 14. № 8А. С. 97-103. DOI: 10.34670/AR.2025.55.12.012

Ключевые слова

Аддиктивное поведение, социальная психология, социальное подключение, групповая динамика, социальная идентичность, дезадаптивная компенсация, интернет-зависимость.

Введение

Аддиктивное поведение, характеризующееся навязчивой потребностью в повторении определенных действий вопреки негативным последствиям, остается одной из наиболее острых проблем современного общества. Несмотря на значительный объем исследований в области нейробиологии и клинической психологии, фокус на индивидуальных факторах риска зачастую оставляет в тени мощный социальный контекст, который не только способствует возникновению аддикций, но и во многом их конституирует.

Классические модели аддикции (биомедицинская, психоаналитическая) акцентируют внимание на внутренних процессах индивида: генетической предрасположенности, дисфункции системы вознаграждения мозга, личностных травмах. Безусловно, эти факторы играют важнейшую роль. Однако социальная психология позволяет сместить акцент с вопроса «Что не так с этим человеком?» на вопрос «В каком социальном контексте это поведение стало для него функциональным?» [Менделевич, 2005].

Ответ лежит в плоскости фундаментальной человеческой потребности в принадлежности, описанной Баумейстером и Лири [Баумайстер, Лири, 1995]. Эта потребность включает в себя регулярные позитивные социальные контакты и стабильные, эмоционально насыщенные взаимоотношения. Их дефицит или низкое качество (например, отношения, наполненные критикой, гиперопекой или непредсказуемостью) порождают состояние социальной боли и экзистенциальной пустоты [Андреева, 2005].

Основная часть

Аддиктивный агент – будь то психоактивное вещество, азартная игра или социальная сеть – предлагает мгновенный, хотя и иллюзорный, способ заполнить эту пустоту. Он становится:

- Гиперкомпенсацией связи (наркотик или алкоголь в компании создает иллюзию глубокого эмоционального единства («по душам»). Виртуальные лайки и комментарии симулируют принятие и значимость. Предоставляют мгновенное чувство подключения к тем, кто «тебя понимает», без необходимости глубокой эмоциональной вовлеченности).
- Регулятором эмоций (помогает заглушить социальную тревогу, стыд, одиночество, возникающие из-за реальных или мнимых социальных неудач).
- Суррогатом идентичности (предлагает готовую, часто стигматизированную, но четко очерченную социальную идентичность («наркоман», «геймер», «алкоголик»), которая заменяет расплывчатую или негативную Я-концепцию).
- Иллюзией автономии (принятие вещества или погружение в виртуальный мир воспринимается как свободный выбор и способ контроля над своим настроением («я сам решаю, когда мне станет хорошо»), маскируя фактическую потерю контроля над поведением).
- Иллюзией компетентности (в компьютерной игре можно быть могущественным героем, в

состоянии опьянения – остроумным собеседником, в соцсетях – кумиром своей малой аудитории. Аддикция дает быстрый и предсказуемый результат, недостижимый в сложной реальной жизни.

То есть аддикция является не просто «болезнью», а дезадаптивной компенсаторной стратегией, кардинально меняет наш взгляд на природу зависимости. Она предлагает уйти от упрощенного представления, будто человек становится аддиктом просто из-за случайного столкновения с веществом или деструктивной привычкой. Вместо этого мы начинаем видеть в аддикции осмысленный, хоть и крайне разрушительный, акт выживания. Это не просто сбой в организме, подобный вирусу, а отчаянная попытка психики решить глубокую экзистенциальную проблему – проблему невыносимой внутренней пустоты, отчуждения и отсутствия самооценности.

Суть этой компенсаторной стратегии заключается в том, чтобы искусственно восполнить то, чего человеку остро не хватает в реальной жизни: здорового чувства связи с другими и устойчивого самоуважения. Когда у индивида нет доступа к подлинным источникам социального подключения – доверительным отношениям в семье, глубокой дружбе, чувству принадлежности к сообществу, – аддикция предлагает свой суррогат. Алкоголь или наркотики могут временно снять социальные барьеры и создать иллюзию близости и принятия. Зависимость от социальных сетей или онлайн-игр имитирует чувство общности и значимости в виртуальном мире, которого не хватает в мире реальном. Объект зависимости становится кривым костылем, который должен поддерживать хромую способность человека к связи.

Одновременно с этим аддикция компенсирует и дефицит самоуважения. Если человек в глубине души не чувствует себя сильным, компетентным или значимым, вещество или азартная игра дают ему мгновенную, хоть и ложную, власть над своими чувствами. Наркотик может даровать ощущение могущества, выигрыш в ставке – чувство собственной удачливости и превосходства, а погружение в виртуальную вселенную – возможность быть кем-то, кем не получается быть в жизни. Это стратегия бегства от травмирующей реальности, в которой собственное «Я» воспринимается как неудачное и никчёмное.

Ключевым в этой формуле является слово «дезадаптивная». Оно означает, что, хотя эта стратегия и работает как немедленное обезболивающее, она совершенно неспособна стать лекарством. Подобно тому как хромота из-за боли в спине лишь усугубляет проблемы с опорно-двигательным аппаратом, аддикция, временно приглушая боль одиночества и самоуничтожения, в долгосрочной перспективе лишь углубляет пропасть. Она разрушает здоровье, окончательно рвёт социальные связи и усиливает чувство стыда и вины, ещё больше подрывая самоуважение. Получается порочный круг: чем сильнее становится зависимость, тем больше она разрушает те самые «здоровые источники», нехватку которых призвана была компенсировать.

Данный подход не отрицает, что у аддикции есть мощная биологическая составляющая и черты болезни, но настаивает на том, что её корни лежат в почве психологической и социальной депривации. Понимание этого смещает фокус с осуждения «слабой воли» аддикта на сочувственное исследование его боли и поиск способов помочь ему найти те самые здоровые источники самоуважения и подлинной человеческой связи, без которых любое лечение будет лишь временной мерой.

Если начальная точка аддикции может быть связана с индивидуальным дефицитом, ее поддержание и усиление происходят через мощные групповые процессы.

- 1) Групповые нормы и конформизм: вступление в субкультуру, связанную с аддикцией (например, сообщество употребляющих ПАВ (психоактивные вещества), закрытые

форумы с про-анарексичным контентом, сообщества гемблеров), означает погружение в систему специфических норм. Эти нормы предписывают определенное поведение, язык, стиль одежды и отношение к «чужакам» (часто – к здоровому большинству). Конформизм, описанный Ашем [Андреева, 2005], заставляет индивида принимать эти нормы как свои собственные, чтобы сохранить членство в группе, которое становится для него главным источником идентичности.

- 2) Социальное обучение и заражение: в таких группах происходит моделирование аддиктивного поведения. Новые члены обучаются более эффективным и рискованным способам употребления, скрытию своей зависимости от окружающих, рационализации своего поведения («я могу бросить в любой момент», «все так живут»). Происходит социальное заражение, когда деструктивные паттерны мышления и поведения распространяются внутри группы подобно вирусу.
- 3) Феномен «ловушки» и групповой поляризации: группа становится главным, а зачастую и единственным, источником социальной поддержки. Однако эта поддержка условна и зависит от следования аддиктивным нормам. Критическое мышление подавляется, а мнения членов группы подвергаются поляризации: любое сомнение в правильности группового пути отбрасывается, а образ внешнего мира рисуется исключительно враждебным и непонимающим. Это создает «ловушку», из которой сложно вырваться, так как разрыв с группой равносителен социальной смерти.
- 4) Виртуальные сообщества и новая природа нехимических аддикций: эпоха цифровых технологий создала принципиально новые условия для формирования аддикций. Интернет-зависимость, зависимость от социальных сетей или онлайн-игр поддерживается через:
 - Постоянную доступность: виртуальное пространство доступно 24/7, что делает его идеальным инструментом для бегства от реальности [4].
 - Квази-социальное взаимодействие: онлайн-общение создает иллюзию подключенности, но часто лишено глубины и эмоциональной насыщенности реальных контактов, что лишь усиливает чувство одиночества и потребность возвращаться в сеть снова и снова.
 - Экономику внимания: платформы, построенные на алгоритмах, максимально удерживающих внимание, эксплуатируют психологические уязвимости пользователя, формируя поведенческие паттерны, сходные с химической зависимостью.

То есть в целом наиболее часто встречающиеся виды нехимических зависимостей, как:

- патологическое влечение к азартным играм (гемблинг);
- любовная аддикция;
- сексуальные аддикции;
- работоголизм;
- спортивные аддикции (аддикция упражнений);
- аддикция отношений;
- аддикция к трате денег (покупкам);
- религиозная аддикция;
- пищевые аддикции.

И аналоги выше перечисленных аддикций, связанные с использованием интернета.

В некоторых источниках к аддикциям относят такие психические расстройства, как:

- пиромания;

- клептомания;
- нимфомания;
- религиозный фанатизм.

Проведенный анализ позволяет утверждать, что аддиктивное поведение не может быть понято вне социального контекста. Оно возникает как дезадаптивный ответ на дефицит здорового социального подключения и поддерживается через мощные механизмы групповой динамики. По сути, аддикция – это симптом более глубокого социального неблагополучия, попытка заполнить внутреннюю пустоту, образовавшуюся из-за отсутствия подлинной общности, признания и смысла. В условиях атомизированного общества, где ослабли традиционные связи, деструктивные группы предлагают мгновенное, хоть и иллюзорное, решение проблемы одиночества, создавая свой замкнутый мир со своими правилами, статусами и системой «поддержки».

Этот подход имеет важные практические импликации. Он кардинально меняет фокус как профилактики, так и реабилитации. Становится ясно, что традиционные методы, основанные на запугивании и сугубо индивидуальной работе с последствиями, не затрагивают корня проблемы. Вместо этого необходима стратегия, направленная на созидание и трансформацию социальной среды человека.

Профилактика должна быть направлена не на запугивание, а на формирование у индивидов (особенно у подростков) социальных компетенций, устойчивой идентичности и здоровых социальных сетей. Речь идет о создании в школах, местных сообществах и даже в цифровом пространстве такой атмосферы, где человек сможет найти принятие, проявить себя и получить признание за просоциальные поступки [Шабалина, 2001]. Это долгая работа по воспитанию эмоционального интеллекта, эмпатии и устойчивости, которая является главным антидотом против соблазна уйти в деструктивную группу.

Схожим образом, терапия и реабилитация должны включать в себя не только работу с индивидом, но и с его социальным окружением. Ключевая задача – помочь человеку выйти из деструктивной групповой «ловушки» и интегрироваться в просоциальные сообщества. Просто убрать объект зависимости недостаточно – необходимо помочь выстроить новую жизнь, где его базовые потребности во взаимопонимании, уважении и принадлежности будут удовлетворяться здоровым образом. Поэтому успешная реабилитация немыслима без помощи в трудоустройстве, налаживании семейных отношений и, что крайне важно, без подключения к новым группам – будь то клубы по интересам, спортивные секции, волонтерские организации или группы взаимопомощи. Именно эти сообщества становятся тем альтернативным источником идентичности и поддержки, который позволяет человеку не просто отказаться от аддикции, а обрести новую, осмысленную жизнь в социуме.

Заключение

Борьба с аддикциями – это не только медицинская, но и социально-психологическая задача, требующая создания общества, в котором у человека будет меньше потребности бежать от реальности в поисках подключения и смысла. Важно помнить, что аддикция предлагает иллюзорное, хоть и мгновенное решение экзистенциальных проблем одиночества и самоидентификации, а ее поддержание и усиление происходят через мощные механизмы групповой динамики.

В конечном счете это «крик души» о связи и признании. Это симптом глубокого

социального неблагополучия, попытка заполнить внутреннюю пустоту, образовавшуюся на месте подлинной общности. А разорвать этот порочный круг можно, лишь предложив нечто большее, чем запреты и лечение последствий. Задача общества, психологов и педагогов – не «вылечить слабую волю», а помочь человеку найти или построить вокруг себя мир, в котором не придется прибегать к суррогатам. Мир, где его будут видеть, слышать и ценить. Борьба с аддикцией – это, по сути, борьба за человеческое достоинство и право каждого на принадлежность.

Библиография

1. Андреева, Г.М. Психология социального познания: Учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / Г.М. Андреева. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Аспект Пресс, 2005. – 303 с.
2. Аш, С.Э. Исследования независимости и конформизма: меньшинство из одного человека против единодушного большинства / С.Э. Аш – *Psychological Monographs: General and Applied*, 70(9), – 1960. – С. 1–70.
3. Баумайстер, Р.Ф. Потребность в принадлежности: стремление к межличностным привязанностям как фундаментальная человеческая мотивация / Р.Ф. Баумейстер, М.Р. Лири – *Psychological Bulletin*, 117(3), – 1995. С. 497–529.
4. Войскунский, А.Е. Психология и Интернет / А.Е. Войскунский. – М.: Акрополь, 2010. – 439 с.
5. Гриффитс, М.Д. Модель «компонентов» зависимости в биопсихосоциальном контексте / М.Д. Гриффитс / *Journal of Substance Use*, 10(4), – 2005. – С. 191–197.
6. Менделевич, В.Д. Психология девиантного поведения: учебное пособие / В.Д. Менделевич. – СПб.: Речь, 2005. 445 с.
7. Сирота, Н.А. Профилактика наркомании и алкоголизма: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский. – 5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 176 с.
8. Теркл, С. Вдвоём: почему мы ожидаем большего от технологий и меньшего друг от друга / С. Теркл / *Hachette UK*. – 2017. – С. 254–258.
9. Фестингер, Л. Теория когнитивного диссонанса / Л.Фестингер / *Stanford University Press*. – 1957. – 153с.
10. Хаген, Э.Х. Эволюционно-психологические теории зависимости / Э.Х. Хаген / *Зависимость: подходы к пониманию и терапии* (под ред. Д. В. Хальфина). Москва. П – 2011. – 584с.
11. Шабалина, В.В. Зависимое поведение школьников / В.В. Шабалина. – СПб.: Нева, 2001. – 176 с.

Addictive Behavior as a Maladaptive Form of Compensation for Social Connection Deficits: A Socio-Psychological Analysis

Sergei N. Kurilov

PhD in Philosophical Sciences, Head of Department,
Department of Advertising, Public Relations and Linguistics,
National Research University "Moscow Power Engineering Institute",
111250, 14 Krasnokazarmennaya str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: KurilovSN@mpei.ru

Aleksandra S. Nalimova

Assistant,
Department of Advertising, Public Relations and Linguistics,
National Research University "Moscow Power Engineering Institute",
111250, 14 Krasnokazarmennaya str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: NalimovaAS@mpei.ru

Aleksei B. Rodin

Director of the Humanitarian and Applied Institute, Associate Professor,
Department of Advertising, Public Relations and Linguistics,
National Research University "Moscow Power Engineering Institute",
111250, 14 Krasnokazarmennaya str., Moscow, Russian Federation;
e-mail: analitikarodis@yandex.ru

Abstract

The article examines addictive behavior from the perspective of social psychology. Traditionally studied within the framework of clinical psychology and psychiatry as an individual pathology, addictive behavior is analyzed here as a phenomenon deeply rooted in social context and the system of interpersonal relationships. The central thesis is that many forms of addictions (both chemical and non-chemical) are based on a deficit or distortion of social connection, and addictive behavior itself represents a maladaptive attempt to compensate for this deficit. The work examines in detail the key socio-psychological mechanisms of addiction formation and maintenance. The conclusion is made about the necessity of developing socially-oriented methods of prevention and correction.

For citation

Kurilov S.N., Nalimova A.S., Rodin A.B. (2025) Addiktivnoye povedeniye kak dezadaptivnaya forma kompensatsii defitsitov sotsial'nogo podklyucheniya: sotsial'no-psikhologicheskii analiz [Addictive Behavior as a Maladaptive Form of Compensation for Social Connection Deficits: A Socio-Psychological Analysis]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennyye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 14 (8A), pp. 97-103. DOI: 10.34670/AR.2025.55.12.012

Keywords

Addictive behavior, social psychology, social connection, group dynamics, social identity, maladaptive compensation, internet addiction.

References

1. Andreeva, G.M. Psychology of Social Cognition: A Textbook for Students of Higher Education Institutions / G.M. Andreeva. – 3rd ed., revised and enlarged. – Moscow: Aspect Press, 2005. – 303 p.
2. Ash, S.E. Studies of Independence and Conformity: A Minority of One Versus a Unanimous Majority / S.E. Ash – Psychological Monographs: General and Applied, 70(9), – 1960. – Pp. 1–70.
3. Baumeister, R.F. The Need for Belongingness: The Striving for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation / R.F. Baumeister, M.R. Leary – Psychological Bulletin, 117(3), – 1995. – Pp. 497–529.
4. Voiskunsky, A.E. Psychology and the Internet / A.E. Voiskunsky. – Moscow: Akropol, 2010. – 439 p.
5. Griffiths, M.D. Model of "components" of addiction in a biopsychosocial context / M.D. Griffiths / Journal of Substance Use, 10(4), – 2005. – Pp. 191-197.
6. Mendelevich, V.D. Psychology of deviant behavior: a textbook / V.D. Mendelevich. – St. Petersburg: Rech, 2005. 445 p.
7. Sirota, N.A. Prevention of drug addiction and alcoholism: a textbook for students of higher educational institutions / N.A. Sirota, V.M. Yaltonsky. – 5th ed., reprinted. – M.: Izdatelskiy tsentr "Akademiya", 2013. – 176 p.
8. Turkle, S. Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other / S. Turkle / Hachette UK. – 2017. – Pp. 254–258.
9. Festinger, L. The Theory of Cognitive Dissonance / L. Festinger / Stanford University Press. – 1957. – 153 p.
10. Hagen, E.H. Evolutionary Psychological Theories of Addiction / E.H. Hagen / Addiction: Approaches to Understanding and Therapy (ed. by D. V. Halfin). Moscow. P – 2011. – 584 p.
11. Shabalina, V.V. Addictive Behavior of Schoolchildren. V.V. Shabalina. – St. Petersburg: Neva, 2001. 176 p.