

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

ПСИХОЛОГІЯ ЗАЛЕЖНОСТІ

Методичні вказівки
до проведення практичних занять для здобувачів першого (бакалаврського)
рівня денної та заочної форм здобуття вищої освіти за спеціальністю
053 «Психологія»

Електронний ресурс

Рецензенти:

Н. С. Кучеренко – кандидат психологічних наук, доцент, в.о. завідувача кафедри практичної психології навчально-наукового інституту «Українська інженерно-педагогічна академія» Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна;
Е. І. Михлюк – кандидат психологічних наук, доцент, заступник начальника навчально-наукового інституту управління та безпеки населення Національного університету цивільного захисту України.

*Затверджено до розміщення в мережі Інтернет рішенням Науково-методичної ради
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
(протокол № 9 від 24 квітня 2026 року)*

Психологія залежності : методичні вказівки до проведення практичних занять
П 68 для здобувачів першого (бакалаврського) рівня денної та заочної форм здобуття вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» [Електронний ресурс] / Л. В. Абизова, О. Л. Кайдалова. – Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2026. – (PDF 27 с.)

Матеріал, викладений у методичних рекомендаціях, має дати уявлення про психологію залежності як галузь теоретичних знань та практичних застосувань, розкриття феноменології суїциду, основних теоретичних, науково-методичних змістовних і технологічних основ роботи психолога з людьми, що знаходяться в залежності.

Видання призначене для здобувачів першого (бакалаврського) рівня денної та заочної форм здобуття вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія».

УДК 159.95

© Харківський національний університет
імені В. Н. Каразіна, 2026

© Абизова Л. В., Кайдалова О. Л., уклад., 2026

ЗМІСТ

1. ВСТУП	4
Практичне заняття №1	5
Практичне заняття №2	6
Практичне заняття № 3	7
Практичне заняття № 4	9
Практичне заняття № 5	11
Практичне заняття № 6	12
Практичне заняття № 7	13
Практичне заняття № 8	14
Практичне заняття № 9	16
Рекомендована література:	17
Додаток 1	19
Тест для самоперевірки	20

1. ВСТУП

Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою дисципліни «Психологія залежності» є дати уявлення про психологію залежності як галузь теоретичних знань та практичних застосувань, розкриття феноменології суїциду, основних теоретичних, науково-методичних змістовних і технологічних основ роботи психолога з людьми, що знаходяться в залежності та членами їх сімей, вивчення причин виникнення залежності, освоєння методів психокорекції та надання психологічної допомоги людині, що знаходиться в залежності.

Завдання навчальної дисципліни:

- ознайомити з феноменом залежності;
- розкрити змісту базових теоретичних засад адиктології;
- ознайомити студентів з видами, особливостями та механізмами формування залежності;
- розглянути різні варіанти систематики та типології залежностей;
- ознайомити з психологічними методами діагностики та профілактики залежної поведінки;
- сприяти формуванню професійних навичок роботи с залежними та їхнім родичам і близьким;
- обговорити провідні мотиви, причини, предиктори і провокуючі фактори залежності;
- прояснити методи корекції та превенції залежної поведінки.

1.1. Теми практичних занять

№№ тем	Зміст	Обсяг занять (год.)	
		Денна форма	Заочна форма
1	2	3	4
Тема1	Залежність та розлади залежності	2	

Тема2	Концепції та моделі адиктивної поведінки.	2	
Тема3.	Залежна особистість.	2	
Тема 4	Хімічні залежності та провідні напрямки лікування	2	
Тема 5	Поведінкові залежності в психіатрії	2	1
Тема 6	Мотиваційне інтерв'ю у роботі з залежними	2	1
Тема 7	Реабілітаційні заходи за Моделлю 12 кроків.	2	1
Тема 8	Когнітивно-поведінкові методи психокорекції та адаптації	2	1
Тема 9	Духовно-лікувальні практики в профілактиці рецидивів	2	
	Всього	18	4

Змістовий модуль 1

Основні теорії та аспекти вивчення суїцидальної поведінки

Практичне заняття №1

(2 години)

Тема: Залежність та розлади залежності

Мета: вивчити поняття залежності в культурному та історическому аспектах та надати аналіз епідіміології залежності в сучасному світі.

Питання для обговорення:

Визначення поняття залежності та аддикції. Феноменологія адикції. Еволюція поняття залежності. Історичні витоки проблеми залежності. Історія адиктології: від покарання до інтегративної допомоги. Залежність за сучасними класифікаціями (у DSM-IV та DSM-5). Види залежностей. Стадії розвитку залежності. Первісна та вторинна залежності, перенесення залежності на іншу. Коморбідності.

Практична частина: проаналізувати демографічні показників, що можуть бути враховані як залежні та незалежні змінні при дослідженні залежності.

Завдання до самостійної роботи:

Доповнити конспект лекцій на тему «Залежність та розлади залежності»,
Скласти тлумачний словник з теми «Соціально-історичний аспект проблеми залежності»

Рекомендована література:

1. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки: навчальний посібник. – К. : Київський університет, 2002. – 308 с.

Додаткова

1. Адиктологія: навч. посіб. для лікарів наркологів, психіатрів, заг. практики - сімейна медицина та лікарів-інтернів. - Вид. друге, перероб. і доп. / за ред. проф. Л. М. Юр'євої / Л. Н. Юр'єва [идр.]. Дніпро : [б. и.], 2018. 185 с.

Практичне заняття №2

(2 години)

Тема: Концепції та моделі адиктивної поведінки.

Мета: вивчити основні концепції і моделі до проведення психогігієнічних, профілактичних, психодіагностичних та консультативних заходів щодо розладів залежності, проаналізувати соціобіопсихологічну і духовну моделі та надати психологічну характеристику отриманих результатів.

Питання для обговорення:

1. Чинники залежності. Сутність та види адиктивної поведінки. Основні концепції виникнення залежності. Біологічні чинники виникнення залежності. Індивідуально-психологічні чинники виникнення залежності. Соціально-психологічні чинники виникнення залежності. Соціокультурні чинники виникнення залежності
2. Концепції і моделі. Моральна концепція (брак волі). Медична концепції (хвороба). Соціальна концепція (неадапована нейротипичність). Психологічна концепція (брак сенсу). Психологічна концепція (архетип Тіні).
3. Соціобіопсихологічна і духовна моделі. Біохімія залежності та

психофізіологічні зміни гомеостазу. Домінанта. Основи системні ознаки залежної поведінки.

Практична частина: за допомогою порівняння етичної, медичної та сучасної психологічної моделей визначення знайти адекватні підходи до різноманіття причин залежності. Надати коротку характеристику проявів залежної поведінки.

Завдання до самостійної роботи:

Доповнити конспект лекцій «Концепції та моделі адиктивної поведінки» та тлумачний словник на тему Соціобіопсихологічна і духовна моделі.

Рекомендована література:

1. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки: навчальний посібник. – К. : Київський університет, 2002. – 308 с.

2. Мудрик А. Б. Психологія залежної поведінки : навчальний посібник / Алла Богданівна Мудрик. – Луцьк : ПП Іванюк В.П., 2022. – 236 с.

Додаткова

1. Кошова І. В., Кресан О. Д. Психологія девіантної поведінки: Навчально-методичний посібник. Ніжин: Видавництво НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 226 с.

2. White, Richard. The Roots of Dependency [Text] : subsistence, environment, and social change among the Choctaws, Pawnees, and Navajos / Richard White. - Lincoln ; London : University of Nebraska Press, 1983. - XIX, 433 p. .

Практичне заняття № 3

(2 години)

Тема: Залежна особистість

Мета: Вивчити сучасні підходи до діагностики девіацій у розвитку при розвитку адукцій, дослідити динаміку розвитку нахилів у кризових періодах, зокрема в юнацькому віці

Питання для обговорення:

1. Психологія аномального та девіантного розвитку особистості при залежності. Визначення залежної особистості та її ознаки. Концепція залежної особистості. Типи порушень залежностей відносно типів та їх протікання за типами особистості. Розлад особистості залежного типу.
2. Родині і сімейні фактори розвитку. Теорія прихильності. Емоційні, когнітивні, мотиваційні-вольові, сенсові зміни особистості. Поняття життєвого світу при розладах залежності. Індивідуально-психологічні риси аддикта. Психологічні ефекти. Феномен стида, поведінкові прояви.
3. Вікові особливості зловживання. Основні ознаки вживання наркотиків підлітками і молоддю.

Практична частина: за допомогою вивчення проявів нахилів до адитивної поведінки в кризових періодах розвитку особистості і різних типів особистості проаналізувати ризики що мають бути врахованими про роботі. Проаналізувати взаємозв'язок отриманих в результаті аналізу на вибір стратегій консультування.

Завдання до самостійної роботи:

Доповнити конспект лекцій на тему «Залежна особистість». Скласти есе (реферат) на тему « Аддикції в юнацькому віці».

Рекомендована література:

Основна:

Кошова І. В., Кресан О. Д. Психологія девіантної поведінки:

Навчально-методичний посібник. Ніжин: Видавництво НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 226 с.

Додаткова

1. Казарова Г.М. Взаємозв'язок адиктивної поведінки та агресії у студентському віці / Г.М. Казарова // Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія : Психологія. - 2022. - Т. 33(72), № 6. - С. 52-57. - Режим доступу:

[http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=sntnvusp_2022_33\(72\)_6_12](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=sntnvusp_2022_33(72)_6_12)

2. Кочарян А. С. Особливості "Я"-концепції наркозалежної особистості / А. С. Кочарян, М. В. Савіна, В. В. Слюсар, М. А. Антонович. Медична психологія. 2018. Т. 13, № 2. С. 66-71. - Режим доступу:

http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mpsl_2018_13_2_17.

3. Мателега М.М. Психологічні особливості залежності як девіантної поведінки особистості / М. М. Мателега, С. С. Азізов // Психологічні науки: проблеми та здобутки. - 2015. - Вип. 7. - С. 146-160. - Режим доступу: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Pnpz_2015_7_12

Практичне заняття № 4

(2 години)

Тема: Хімічні залежності та провідні напрямки лікування

Мета: вивчити клінічно-психологічні особливості суб'єкта з ризиком до хімічної аддикції; вивчити дослідницькі (діагностичні) і психокорекційні методи; провести аналіз ефективності їх застосування при корекції хімічної аддикцій (алкоголізма, наркоманії).

Питання для обговорення:

1. Алкоголізм: термінологія та класифікація. Клінічна картина: стадії розвитку хвороби, підлітковий алкоголізм, алкоголізм у жінок. Патогенетичні механізми розвитку алкоголізму. Психологічні чинники формування алкогольної адиктивної поведінки: мотивація зловживання алкоголю, особистісні риси хворих на алкоголізм, акцентуації характеру, що сприяють розвитку алкоголізму, вплив сім'ї. Лікування та реабілітація хворих на алкоголізм.

2. Наркоманія: термінологія та класифікація психоактивних речовин. Синдромологія наркоманії: наркотичне сп'яніння, синдром зміненої реактивності, синдром фізичної залежності, синдром психічної залежності. Розвиток наркоманії. Психологічні чинники формування наркоманії: мотивація вживання наркотиків, особистісні риси хворих на наркоманію, акцентуації характеру, що сприяють розвитку наркоманії, вплив сім'ї. Лікування та реабілітація хворих на наркоманію.

3. Залежність і депресія Теоретична база та нейробіологічний контекст. Комплексна діагностика. Фармакотерапія. Суїцидальна поведінка при хімічних аддикціях.

Практична частина: проаналізувати тестові методики та прийоми клінічно-психологічного аналізу в випадках тривожних розладів, депресивних розладів особистості при хімічних аддикціях. Відповісти на питання які з типів особистості є предикторами (внутрішніми чи зовнішніми), що впливають на перебіг розладів хімічної залежності.

Самостійне завдання: Доповнити конспект лекцій на тему «Хімічні залежності в психіатричній нозології», Доповнити тлумачний словник.

Рекомендована література:

1. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки: навчальний посібник. – К. : Київський університет, 2002. – 308 с.

Додаткова

1. Алкогольна залежність: клініка, терапія та реабілітація : монографія / Л. В. Животовська [та ін.]. - Полтава : АСМІ, 2013. - 257 с.

2. Кочарян А. С. Особливості "Я"-концепції наркозалежної особистості / А. С. Кочарян, М. В. Савіна, В. В. Слюсар, М. А. Антонович. Медична психологія. 2018. Т. 13, № 2. С. 66-71. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mpsl_2018_13_2_17.

3. Песоцька О. П. Корекційна робота з сім'єю наркозалежної людини / О. П. Песоцька // Вісник Луганського національного університету імені Тараса

Шевченка. Педагогічні науки. - 2013. - № 11(2). - С. 177-185. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlup_2013_11\(2\)__28](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlup_2013_11(2)__28)

4. Якубова Л. Особливості соціально-педагогічної роботи з наркозалежною молоддю / Л. Якубова // Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Педагогічні науки. - 2013. - № 7. - С. 185-189. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvvnup_2013

Практичне заняття № 5

(2 години)

Тема: Поведінкові залежності в психіатрії

Мета: вивчити клінічно-психологічні особливості суб'єкта з ризиком до поведінкової (не хімічної) аддикції; вивчити дослідницькі (діагностичні) і психокорекційні методи; провести аналіз ефективності їх застосування при корекції поведінкових аддикцій (гемблінг, порно залежність, розлади харчової поведінки, созалежна поведінка тощо).

Питання для обговорення:

1. Критерії нехімічних залежностей. Ігрова залежність (гемблінг). Стадії розвитку гемблінгу. Особистісні риси патологічних гемблерів. Комп'ютерна адикція як новий вид залежності. Труднощі міжособистісного спілкування та Інтернет-адикція, особистісні риси залежних від комп'ютера.
2. Сексуальна адикція та сексуальні девіації, особистісні риси секс-залежних, стадії розвитку сексуальної залежності. Сексуальна залежність та сексуальні комплекси у європейській культурі.
3. Харчова залежність та її основні ознаки. Особистісні риси залежних від їжі. Харчова залежність та механізми стресу. Порушення інстинкту травлення: булімія, нервова анорексія.
4. Работогольна (трудогольна) адикція. Трудоголізм та адиктивні організації. Особистісні риси трудоголиків. Спортивна залежність. Любовні адикції. Інші нехімічні залежності: парасуїцидальна поведінка, фанатизм, шопінг, гаджет-адикції, духовний пошук.

5. Міжособистісна залежність. Созалежна поведінка.

Практична частина: проаналізувати тестові методики та прийоми клінічно-психологічного аналізу в випадках поведінкових аддиктивних розладів при не-хімічних аддикціях. Відповісти на питання які з типів особистості є предикторами (внутрішніми чи зовнішніми), що впливають на перебіг розладів поведінкової залежності.

Самостійне завдання: Доповнити конспект лекцій на тему «Поведінкові (нехімічні) залежності в психіатричній нозології», Доповнити тлумачний словник.

Рекомендована література:

1. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки: навчальний посібник. – К. : Київський університет, 2002. – 308 с.

Додаткова

1. Бугайова Н.М. Психологічні проблеми інтернет-адикції в умовах використання телекомунікаційних технологій. / Н.М. Бугаєва // Методичний посібник. – К. : Узд-во АПН України, 2008. 200с.

Практичне заняття № 6

(2 години)

Тема: Мотиваційне інтерв'ю у роботі з залежними

Мета: вивчити прояв різноманітних психічних станів на проведення бесіди обстеження. Дослідити, особливості спілкування с залежною людиною, фази консультування перебігу аддиктивних. на якій фазі виникають проблеми в застосування психологічної допомоги.

Питання для обговорення:

1. Діагностика та мотиваційна робота: встановлення виду залежності, супутніх розладів, рівня мотивації до змін. Скринінги (AUDIT, DUDIT, ASSIST), мотиваційне інтерв'ю, психоедукація. Шкали змін, вивчення амбівалентності, посилення особистого сенсу змін. Клієнт-центровані комунікації. Тілесна усвідомленість. Методики дослідження: опитувальник міжособистісної

залежності Б. Уайнхолда, методика «Схильність до залежної поведінки» та «Персональний автопортрет». Психодинамічні та проєктивні підходи і тести. Діагностування поведінкових адикцій військовослужбовців.

2. Мотиваційне інтерв'ю. Схема бесіди. Діагностика залежної поведінки. Клініко-психопатологічний метод та психологічний аналіз. Особливості проведення психодіагностичного інтерв'ю та схема збору анамнезу.

3. Комуникативні індикатори. Поведінкові індикатори. Лінгвістичні індикатори ризику рецидиву.

Практична частина: За методиками, що запропоновані для дослідження визначити фактори та індикатори виявлення рис залежної особи. Проаналізувати комунікативні, поведінкові та лінгвістичні стратегії поводження з залежною особою та засоби підтримки стресостійкості особистості з його особистісними якостями та зовнішніми умовами життя та діяльності людини.

Самостійне завдання:

Доповнити конспект лекцій на тему «Мотиваційне інтерв'ю, спілкування в бесіді та діагностика поведінки», Доповнити тлумачний словник.

Рекомендована література:

1. Христук О. Л. Психологія девіантної поведінки: навчально-методичний посібник / О. Л. Христук. – Львів: ЛьвДУВС, 2014. – 192 с.

Додаткова

1. Литвинчук Л.М. Психологічні засади реабілітації наркозалежних осіб.– Рукопис. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.04 – медична психологія. – Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ, 2018

Практичне заняття № 7

(2 години)

Тема: Реабілітаційні заходи за Моделлю 12 кроків

Мета: вивчити прояв різноманітних психічних станів при проведенні реабілітації за програмою 12 кроків (та подібних програм). Дослідити,

особливості змін в ході реабілітації та можливості застосування методів з різних підходів.

Питання для обговорення:

1. Групи самодопомоги (12 кроків, терапевтичні спільноти): соціальна підтримка, рольові моделі, досвід спільного одужання. Підхід «рівний-рівному» (peer-to-peer). Цілі та особливості програми 12 кроків. Междисциплінарна команда та взаємодії фахівців. Ролі терапевта і напрямки роботи. Історія створення 12 крокової моделі.
2. Опис кроків 1-12 та техніки. Підходи до інтеграції моделі 12 кроків в терапевтичні моделі. Завершальні стадії.

Практична частина: За результатами ознайомлення з методими, що запропоновані для психокорекції залежної особи, проаналізувати комунікативні, поведінкові та мотиваційні зміни, та вплив інтервенції на особистісті якості особи та готовність до змін згідно з умовами життя та діяльності людини.

Самостійне завдання:

Доповнити конспект лекцій на тему «Реабілітаційні заходи за Моделлю 12 кроків», Доповнити тлумачний словник.

Рекомендована література:

1. Христук О. Л. Психологія девіантної поведінки: навчально-методичний посібник / О. Л. Христук. – Львів: ЛьвДУВС, 2014. – 192 с.

Додаткова

1. Анонімні Алкоголіки. Режим доступу;
<https://www.aa.kiev.ua/knyga-anonimni-alkogoliky/>
2. Дванадцять Кроків Анонімних Алкоголіків. Режим доступу;
<https://www.aa.kiev.ua/dvanadcyat-kroktiv-anonimnix-alkogolikiv/>

Практичне заняття № 8

2 год

Тема: Когнитивно-поведінкові методи психокорекції та адаптації

Мета: вивчити когнитивно-повелінковий підхід до психокорекції, супроводу і

профілактики залежних в межах впровадження доказових методів індивідуальної взаємодії в психотерапії, проаналізувати та виділити фактори, які допоможуть здійснювати терапію і профілактику, за характером та динаміком перевірки показників, що контролюються в терапії для запобігання рецидивів.

Питання для обговорення:

1. Технологія біофідбеку та соматосерного опрацювання. Когнітивна реструктуризація. Поведінкові техніки. Експозиційна терапія. Соціальні навички.
2. Багатовимірність симптомокомплексу залежності. Створення комплаєнсу та впровадження інтервенцій у індивідуальній психокорекції залеєни. Техніки та вправи опрацювання емоцій гніву, інших емоцій та співзалежних стосунків.
- 2 .Когнитивно-поведінкові підходи (травма-сфокусована, емоційно-сфокусована, ТПВ (АСТ), схеха-терапія, ДБТ). Робота з цінностями та поведінковими схемами.

Практична частина: провести методику як навчальну вправу, провести аналіз отриманих даних, проаналізувати критерії за якими можна визначати успішного проходження терапії та впливу на життєві відносини, проаналізувати який вплив має кожен визначений критерій на загальну характеристику ефективності методу (техніки).

Самостійне завдання: Доповнити конспект лекцій «Доказові методи психокорекції та адаптації» Виконати тестове завдання.

Рекомендована література:

Основна:

1. Мудрик А. Б. Психологія залежної поведінки : навчальний посібник / Алла Богданівна Мудрик. – Луцьк : ПП Іванюк В.П., 2022. – 236 с.

Додаткова

1. Толкунова І.В., Гринь О.Р., Смоляр І.І., Голець О.В. Психологія здоров'я

людини. Київ, 2018. – 156 с. 4. Сігаєва Л. Є. Вміння і навички самостійної роботи у професійному становленні дорослої людини : навч.-метод. посіб. / Л. Є. Сігаєва, М. Г. Гордієнко. – К. : ЕКМО, 2007. – 166 с.

Практичне заняття № 9

2 год

Тема: Духовно-лікувальні практики в про-філактиці рецидивів

Мета: вивчити та класифікувати екзистенційно-гуманістичні підходи і методи психокорекції, супроводу і профілактики залежної особистості, проаналізувати та виділити фактори, які допоможуть здійснювати терапію і профілактику, за характером та динаміку взаємовідносин, вивчити поняття психологічного клімату та факторів впливу на формування та ду супроводі.

Питання для обговорення:

1. Духовна психотерапія в роботі з залежностями. Типи духовності. Боротьба зі страстями. Типи психотерапевтичних практик в духовності.
2. Психодинамічний напрямок. Прикладні методи (аналітична психологія). Психодраматичні і символдраматичні методи..
2. Підходи гуманістично-екзистенційної орієнтації (методи фокусування). Гештальт-психологія. Прикладні методи (системні розстановки та інш.) при роботі з залежними розладами.
4. Духовні підходи до реабілітації. Найбільш значущі превентивні заходи у профілактиці адиктів. Прогностичні критерії ризику рецидивів.

Практична частина: провести методичку як навчальну вправу, провести аналіз отриманих даних, проаналізувати критерії за якими можна визначати успішного проходження терапії та впливу на життєві відносини, проаналізувати який вплив має кожен визначений критерій на загальну характеристику ефективності методу (техніки). створення психологічного комплієнсу запобігання рецидиву.

Самостійне завдання: Доповнити конспект лекцій «Профілактика суїцидів.»

Виконати тестове завдання.

Рекомендована література:

Основна:

1. Мудрик А. Б. Психологія залежної поведінки : навчальний посібник / Алла Богданівна Мудрик. – Луцьк : ПП Іванюк В.П., 2022. – 236 с.

Додаткова:

1. Побудова системи реабілітації осіб, залежних від психотропних речовин, на основі християнської психології. монографія / [Жуковський В.М., Климишин О. І., Вознюк О.В., Юрченко В.М., Запорожець О.М., Пиазза Н.Д., Рейнольдз Д.Л., Лозинська Т.Л., Жолтикова (Пустовіт) М., Якушенко С.С.] / за ред. В. М. Жуковського, О.І.Климишин. – Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2014 – 244 с.

Рекомендована література:

Основна література

1. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки: навчальний посібник. – К. : Київський університет, 2002. – 308 с.

2. Мудрик А. Б. Психологія залежної поведінки : навчальний посібник / Алла Богданівна Мудрик. – Луцьк : ПП Іванюк В.П., 2022. – 236 с.

3. Христук О. Л. Психологія девіантної поведінки: навчально-методичний посібник / О. Л. Христук. – Львів: ЛьвДУВС, 2014. – 192 с.

Допоміжна література

1. Адиктологія: навч. посіб. для лікарів наркологів, психіатрів, заг. практики - сімейна медицина та лікарів-інтернів. - Вид. друге, перероб. і доп. / за ред. проф. Л. М. Юр'євої / Л. Н. Юр'єва [и др.]. Дніпро : [б. и.], 2018. 185 с.

2. Алкогольна залежність: клініка, терапія та реабілітація : монографія / Л. В. Животовська [та ін.]. - Полтава : АСМІ, 2013. - 257 с.

3. Анонімні Алкоголіки. Режим доступу; <https://www.aa.kiev.ua/knyga-anonimni-alkogoliky/>

4. Бугайова Н.М. Психологічні проблеми інтернет-адикції в умовах використання телекомунікаційних технологій. / Н.М. Бугаєва // Методичний посібник. – К. : Узд-во АПН України, 2008. 200с.

5. Вольнова Л. М. Профілактика девіантної поведінки підлітків: навч.-метод. посібник до спецкурсу «Психологія девіацій» для студентів спеціальності «Соціальна робота» у двох частинах. Ч. 1. Теоретична частина. 2-ге вид., перероб і доповн. К., 2016. 188 с.

6. Вольнова Л. М. Профілактика девіантної поведінки підлітків: навч.-метод. посібник до спецкурсу «Психологія девіацій» для студентів спеціальності «Соціальна педагогіка» у двох частинах. Ч. II. Практична частина. 2-ге вид., перероб і доповн. К., 2016. 193 с.

7. Горбунова В.В., Карачевський А.Б., Климчук В.О. Когнітивно-поведінкова терапія для зниження вживання алкоголю пацієнтами замісної підтримуючої терапії. Київ. 2022 https://phc.org.ua/sites/default/files/users/user90/kpt_for%20web.pdf
8. Дванадцять Кроків Анонімних Алкоголіків. Режим доступу: <https://www.aa.kiev.ua/dvanadcyat-krokv-anonimnix-alkogolikiv/>
9. Казарова Г.М. Взаємозв'язок адиктивної поведінки та агресії у студентському віці / Г.М. Казарова // Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія : Психологія. - 2022. - Т. 33(72), № 6. - С. 52-57. - Режим доступу: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=sntnvusp_2022_33\(72\)_6_12](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=sntnvusp_2022_33(72)_6_12)
10. Кочарян А. С. Особливості "Я"-концепції наркозалежної особистості / А. С. Кочарян, М. В. Савіна, В. В. Слюсар, М. А. Антонович. Медична психологія. 2018. Т. 13, № 2. С. 66-71. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mpsl_2018_13_2_17.
11. Кошова І. В., Кресан О. Д. Психологія девіантної поведінки: Навчально-методичний посібник. Ніжин: Видавництво НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 226 с.
12. Литвинчук Л.М. Психологічні засади реабілітації наркозалежних осіб.— Рукопис. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.04 – медична психологія. – Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ, 2018
13. Мателега М.М. Психологічні особливості залежності як девіантної поведінки особистості / М. М. Мателега, С. С. Азізов // Психологічні науки: проблеми та здобутки. - 2015. - Вип. 7. - С. 146-160. - Режим доступу: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Pnpz_2015_7_12
14. Песоцька О. П. Корекційна робота з сім'єю наркозалежної людини [Електронний ресурс] / О. П. Песоцька // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. - 2013. - № 11(2). - С. 177-185. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlup_2013_11\(2\)_28](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlup_2013_11(2)_28)
15. Побудова системи реабілітації осіб, залежних від психотропних речовин, на основі християнської психології. монографія / [Жуковський В.М., Климишин О. І., Вознюк О.В., Юрченко В.М., Запорожець О.М., Пицца Н.Д., Рейнольдз Д.Л., Лозинська Т.Л., Жолтикова (Пустовіт) М., Якушенко С.С.] / за ред. В. М. Жуковського, О.І.Климишин. – Острогоз : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2014 – 244 с.
16. Психологія адиктивної поведінки: Методичні рекомендації до курсу «Психологія адиктивної поведінки» для студентів IV курсу спеціальності «Психологія». – Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка, 2010. –84 с.
17. Пушкар В.А. Психологія адиктивної поведінки: Методичні рекомендації до курсу «Психологія адиктивної поведінки» для студентів IV курсу спеціальності «Психологія». – Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка, 2010. –84 с.
18. Якубова Л. Особливості соціально-педагогічної роботи з наркозалежною молоддю / Л. Якубова // Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі

Українки. Педагогічні науки. - 2013. - № 7. - С. 185-189. - Режим доступу:
http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvvvnp_2013

19. Sommers-Flanagan, John and Sommers-Flanagan, Rita. Clinical interviewing. Third edition. John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey, 2003.

20. White, Richard. The Roots of Dependency [Text] : subsistence, environment, and social change among the Choctaws, Pawnees, and Navajos / Richard White. - Lincoln ; London : University of Nebraska Press, 1983. - XIX, 433 p. .

Тест для самоперевірки

1. Що є основною характеристикою адитивної поведінки?

- A. висока соціальна адаптація
- B. залежність від зовнішніх факторів для емоційного комфорту
- C. повна самостійність прийняття рішень
- D. здатність легко уникати стресу

2. Що може бути чинником розвитку адитивної поведінки

- A. Психологічні травми
- B. Генетична схильність
- C. Висока самооцінка
- D. Надлишок соціальної підтримки

3. Визначте, який термін відповідає його визначенню (поставьте у відповідність):

Термін:

- 1) Толерантність
- 2) Рецидив
- 3) Абстиненція

Визначення:

- A. Стан, що виникає при припиненні вживання речовини .
- B. Повернення до старих моделей поведінки після періоду утримання.
- C. Потреба в постійному збільшенні дози речовини .

4. Яка теорія залежності пояснює її розвиток як результат порушення зв'язків у суспільстві?

- A. Генетична теорія
- B. Теорія розірваних зв'язків
- C. Мотиваційна теорія

D. Поведінкова теорія

5. Які підходи використовуються для пояснення залежностей у когнітивно-поведінковій теорії?

A. Негативне підкріплення

B. Соціальне навчання

C. Генетична схильність

D. Наявність травматичного досвіду

6. Визначте, яка теорія залежності відповідає її характеристиці (поставьте у відповідність):

Теорія залежності

1) Психоаналітична теорія

2) Поведінкова теорія

3) Біологічна теорія

Характеристика

A. Пояснює залежність порушеннями на рівні нейромедіаторів.

B. Залежність як механізм уникнення внутрішніх конфліктів.

C. Розглядає залежність як результат підкріпленої поведінки.

7. Який із методів найбільше використовується в лікуванні алкогольної залежності?

A. Біофідбек

B. Групова терапія

C. Гіпнотерапія

D. Коучинг

8. Які принципи лежать в основі мотиваційного консультування?

A. Співпраця з клієнтом

B. Активне протистояння хибним переконанням клієнта

C. Підтримка автономії клієнта

D. Жорсткий контроль прогресу клієнта

9. Визначте методи, які відповідають їх цілям (поставьте у відповідність):

Методи:

- 1) Групова терапія
- 2) Мотиваційне консультування
- 3) Когнітивно-поведінкова терапія

Цілі:

- A. Формує навички зміни думок та поведінки .
- B. Надає підтримку через обмін досвідом із групою.
- C. Допомогає клієнту усвідомити свої ресурси й прагнути змін.

10. Яка з наведених речовин відноситься до депресантів?

- A. Кокаїн
- B. Алкоголь
- C. Амфетамін
- D. ЛСД

11. Які симптоми найбільш характерні для залежності від стимуляторів?

- A. Підвищення рівня тривожності
- B. Зниження фізичної активності
- C. Гіперактивність
- D. Розлади сну

12. Визначте, яка речовина відповідає її основній дії (поставьте у відповідність):

Речовина

- 1) Кофеїн
 - 2) Нікотин
 - 3) Героїн
- A. Опіатний анагетик, що викликає ейфорію.
 - B. Стимулятор, що підвищує концентрацію.
 - C. Психоактивний засіб, що стимулює центральну нервову систему.

13. Який інструмент найчастіше використовується для оцінки ступеня залежності?

- A. MMPI (Мінесотський багатофакторний опитувальник)
- B. AUDIT (Тест ідентифікації проблем із алкоголем)
- C. Тест Поршаха
- D. Beck Depression Inventory

14. Які діагностичні інструменти орієнтовані на виявлення співіснуючих психологічних проблем у залежних осіб?

- A. DASS (Шкала стресу, тривоги та депресії)
- B. CAGE (Тест скринінгу алкоголізму)
- C. SCL-90 (Опитувальник симптомів)
- D. AUDIT (Тест ідентифікації проблем із алкоголем)

15. Співвіднесіть інструменти з їхнім призначенням :

Інструменти

- 1) CAGE (STOP)
- 2) DASS
- 3) AUDIT

Призначення

- A. Тест для оцінки проблем із алкоголем за короткими запитаннями .
- B. Скринінгова оцінка рівня алкоголізму.
- C. Вимірювання рівня стресу, депресії та тривожності.

16. Що є ключовим етапом у когнітивно-поведінковій терапії?

- A. Встановлення терапевтичного альянсу
- B. Використання гіпнозу
- C. Медикаментозне втручання
- D. Аналіз снів

17. Які методи належать до мотиваційного втручання?

- A. Підтримка автономії клієнта

В. Використання директивних підходів

С. Визначення мотивацій до змін

Д. Активне спростування ідей клієнта

18. Співвіднесіть підходи зі стратегіями :

Підходи:

1) Мотиваційне консультування

2) Сімейна терапія

3) Когнітивно- поведінковий підхід

Стратегії:

А. Допомога у визначенні цінностей та цілей .

В. Фокус на зміні автоматичних думок та поведінки .

С. Залучення членів сім'ї до вирішення проблеми .

19. Яка з наведених залежностей є прикладом не хімічної?

А. Алкоголізм

В. Лудоманія (ігроманія)

С. Наркотична залежність

Д. Залежність від тютюну

20. Які симптоми найбільш характерні для інтернет-залежності?

А. Постійне бажання перевіряти повідомлення

В. Ейфорія від тривалого перебування онлайн

С. Підвищена фізична активність

Д. Небажання повертатися до реального світу

21. Співвіднесіть тип залежності із її характеристикою:

Тип залежності

1) Лудоманія

2) Шопоголізм

3) Інтернет-залежність

Характеристика

- A. Постійна потреба здійснювати покупки, навіть непотрібні .
- B. Не контрольована потреба постійно перебувати онлайн .
- C. Нездатність припинити азартні ігри .

22. Що є основною характеристикою співзалежності?

- A. Спроба контролювати життя іншої людини
- B. Уміння приймати самостійні рішення
- C. Відсутність емоційної прив'язаності
- D. Постійне уникання міжособистісних стосунків

23. Які прояви співзалежності найбільш поширені?

- A. Самопожертва в стосунках
- B. Прагнення до взаємної автономії
- C. Невміння встановлювати особисті межі
- D. Повна незалежність від емоцій партнера

24. Співвіднесіть прояви співзалежності з їх описом :

Прояви спів залежності:

- 1) Надмірна опіка
- 2) Емоційна залежність
- 3) Відсутність меж

Опис:

- A. Постійна увага до проблем іншої людини на шкоду собі.
- B. Невміння визначити свої особисті кордони у стосунках.
- C. Не можливість жити без схвалення партнера.

25. Який підхід найбільше використовується в сімейній терапії?

- A. Раціонально-емоційна терапія
- B. Системний підхід
- C. Когнітивна терапія
- D. Трансактний аналіз

26. Які ключові принципи лежать в основі ефективної психотерапії пар?

- A. Відкритість партнерів у діалозі
- B. Фокус на пошуку винуватого
- C. Спільне прийняття рішень
- D. Ігнорування індивідуальних потреб партнерів

27. Співвіднесіть техніки з їхніми цілями:

Техніки:

- 1) Робота з ролями
- 2) Встановлення правил
- 3) Рефреймінг

Цілі:

- A. Перегляд проблемної ситуації з іншої перспективи .
- B. Визначення ролей і їхнього впливу на динаміку стосунків.
- C. Формування чітких обмежень у поведінці кожного члена сім'ї

Електронне навчальне видання комбінованого використання
Можна використовувати в локальному та мережному режимі

Абизова Лариса Віталіївна
Кайдалова Ольга Леонідівна

ПСИХОЛОГІЯ ЗАЛЕЖНОСТІ

Методичні вказівки
до проведення практичних занять для здобувачів першого (бакалаврського)
рівня денної та заочної форм здобуття вищої освіти за спеціальністю
053 «Психологія»

В авторській редакції

Підписано до розміщення 24.04.2026. Гарнітура Times New Roman.
Ум. друк. арк. 1,81. Обсяг 0,375 Мб. Зам. № 152/26.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна,
61022, м. Харків, майдан Свободи, 4.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 3367 від 13.01.2009
Видавництво ХНУ імені В. Н. Каразіна