

Spis treści

Wprowadzenie 11

CZĘŚĆ I 15

KONCEPCJE I MODELE PRZYCZYN, PROFILAKTYKI I TERAPII UZALEŻNIEŃ BEHAWIORALNYCH 15

Rozdział 1 17

Konteksty medyczne, psychologiczne i społeczne zachowań szkodliwych i uzależnień behawioralnych 17

1.1. Kontrowersje wokół pojęć „uzależnienia behawioralne” („nałogi”) i „zachowania kompulsywne” 20

1.2. Definicja i kryteria diagnostyczne uzależnień behawioralnych 27

1.3. Natura uzależnień behawioralnych 35

1.4. Mechanizmy uzależnień behawioralnych – impulsywność czy kompulsywność 41

1.5. Zachowania szkodliwe i uzależnienia behawioralne a inne zaburzenia psychiczne – współwystępowalność 48

Rozdział 2 54

Modele biologicznych i psychologicznych przyczyn oraz mechanizmów uzależnień behawioralnych 54

2.1. Neurobiologiczne podłoże uzależnień behawioralnych 55

2.1.1. Procesy biochemiczne 56

2.1.2. Mechanizmy neuroadaptacji a uzależnienia 60

2.1.3. Neuroobrazowanie w rozpoznawaniu podłoża uzależnień behawioralnych 63

2.1.4. Podatność genetyczna na uzależnienia behawioralne 65

2.2. Koncepcje psychologiczne wyjaśniające uzależnienia behawioralne 67

2.2.1. Perspektywa poznawczo-behawioralna 70

2.2.2. Psychoanaliza i psychologia osobowości 72

Rozdział 3 76

Perspektywa psychopatologii rozwojowej – integracyjne podejście do uzależnień behawioralnych 76

- 3.1. Rozwój normatywny i nienormatywny – ścieżki eksternalizacji i internalizacji problemów 77
- 3.2. Złożoność przebiegu rozwoju – czynniki ryzyka i ochronne u podłoża szkodliwych zachowań 84
- 3.3. Koncepcje i modele integracyjne uzależnień behawioralnych 86
 - 3.3.1. Model ścieżek 87
 - 3.3.2. Model PACE 90

Rozdział 4 93

Profilaktyka uzależnień behawioralnych 93

- 4.1. Profilaktyka wobec jednostki i środowiska 94
- 4.2. Programy profilaktyczne specyficzne i niespecyficzne 96
 - 4.2.1. Programy specyficzne, oparte na ryzyku 97
 - 4.2.2. Programy niespecyficzne, oparte na wzmacnianiu czynników ochronnych 98
- 4.3. Profilaktyka w perspektywie rozwojowej 100

Rozdział 5 114

Poradnictwo psychospołeczne i psychoterapia uzależnień behawioralnych 114

- 5.1. Cele i proces terapii osób uzależnionych behawioralnie 115
 - 5.1.1. Cele i modele terapii 116
 - 5.1.2. Transteoretyczny model etapów leczenia a cele zmiany 121
 - 5.1.3. Relacja i sojusz terapeutyczny 125
- 5.2. Terapie integracyjne i grupy samopomocy uzależnionych behawioralnie 127
 - 5.2.1. Dialog i terapia motywująca 128
 - 5.2.2. Terapia poznawczo-behawioralna uzależnień behawioralnych 134
 - 5.2.3. Terapia behawioralna par i terapia skoncentrowana na emocjach 139
 - 5.2.4. Wsparcie społeczne i grupy samopomocy 140

CZĘŚĆ II 143

TYPY UZALEŻNIEŃ BEHAWIORALNYCH I ZACHOWAŃ SZKODLIWYCH 143

Rozdział 6 145

Uzależnienie od hazardu 145

- 6.1. Kryteria diagnostyczne patologicznego hazardu 146
- 6.2. Metody diagnozowania problemu 149
- 6.3. Rozpowszechnienie 152
- 6.4. Obraz kliniczny zaburzenia 153
 - 6.4.1. Fazy rozwoju uzależnienia 156
 - 6.4.2. Klasyfikacja osób grających i uzależnionych 157
 - 6.4.3. Konsekwencje problemowego uprawiania hazardu 158
 - 6.4.4. Współwystępowanie innych zaburzeń 158
 - 6.4.5. Wpływ uzależnienia od hazardu na rodzinę 159
- 6.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 161
 - 6.5.1. Czynniki socjodemograficzne 161
 - 6.5.2. Czynniki związane z rodzajem i dostępnością gier hazardowych 163
 - 6.5.3. Podatność biologiczna 165
 - 6.5.4. Czynniki osobowościowe 169
 - 6.5.5. Doświadczenia traumatyczne 170
- 6.6. Terapia i farmakoterapia 171
 - 6.6.1. Terapia psychologiczna 171
 - 6.6.2. Farmakoterapia 175
 - 6.6.3. Grupy samopomocy 176
- 6.7. Efektywność terapii w świetle dowodów empirycznych 178

Rozdział 7 183

Uzależnienia związane z korzystaniem z nowych technologii i „światem wirtualnym” 183

- 7.1. Problemowe korzystanie z gier wideo 184
 - 7.1.1. Definicja i kryteria diagnostyczne 188
 - 7.1.2. Metody diagnozowania problemu 193
 - 7.1.3. Rozpowszechnienie 196
 - 7.1.4. Obraz kliniczny zaburzenia 197
 - 7.1.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 202
 - 7.1.6. Profilaktyka i terapia 208
- 7.2. Problemowe korzystanie z internetu 211

- 7.2.1. Kryteria diagnostyczne problemowego korzystania z internetu 212
- 7.2.2. Metody diagnozowania problemu 214
- 7.2.3. Rozpowszechnienie 216
- 7.2.4. Obraz kliniczny zaburzenia 216
- 7.2.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 218
- 7.2.6. Profilaktyka i terapia 219
- 7.3. Problemowe korzystanie z portali społecznościowych 227
 - 7.3.1. Kryteria diagnostyczne problemowego korzystania z portali społecznościowych 228
 - 7.3.2. Metody diagnozowania problemu 229
 - 7.3.3. Rozpowszechnienie 232
 - 7.3.4. Obraz kliniczny zaburzenia 233
 - 7.3.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 235
 - 7.3.6. Profilaktyka i terapia 236
- 7.4. Problemowe korzystanie z telefonu komórkowego 238
 - 7.4.1. Kryteria diagnostyczne problemowego korzystania z telefonu 239
 - 7.4.2. Metody diagnozowania problemu 240
 - 7.4.3. Rozpowszechnienie 241
 - 7.4.4. Obraz kliniczny zaburzenia 242
 - 7.4.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 243
 - 7.4.6. Profilaktyka i terapia 245

Rozdział 8 248

Szkodliwe zachowania związane z kształtowaniem ciała – model uzależnienia 248

- 8.1. Nałogowe uprawianie sportu 249
 - 8.1.1. Kryteria diagnostyczne nałogowego uprawiania sportu 249
 - 8.1.2. Metody diagnozowania problemu 251
 - 8.1.3. Rozpowszechnienie 254
 - 8.1.4. Obraz kliniczny zaburzenia 254
 - 8.1.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 259
 - 8.1.6. Profilaktyka i terapia 260
- 8.2. Szkodliwe opalanie się 261

- 8.2.1. Kryteria diagnostyczne szkodliwego opalania się 262
- 8.2.2. Metody diagnozowania problemu 263
- 8.2.3. Rozpowszechnienie 265
- 8.2.4. Obraz kliniczny zaburzenia 265
- 8.2.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 266
- 8.2.6. Profilaktyka i terapia 267
- 8.3. Nałogowe poddawanie się operacjom plastycznym 267
 - 8.3.1. Kryteria diagnostyczne nałogowego poddawania się operacjom plastycznym 268
 - 8.3.2. Metody diagnozowania problemu 269
 - 8.3.3. Rozpowszechnienie 270
 - 8.3.4. Obraz kliniczny zaburzenia 270
 - 8.3.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 271
 - 8.3.6. Terapia i jej efektywność 273
- 8.4. Nałogowe modyfikowanie ciała (tatuże, piercing) 274

Rozdział 9 278

Szkodliwe jedzenie wysokokalorycznych pokarmów – model uzależnienia 278

- 9.1. Kryteria diagnostyczne szkodliwych zachowań związanych z jedzeniem 282
- 9.2. Metody diagnozowania problemu 286
- 9.3. Rozpowszechnienie 287
- 9.4. Obraz kliniczny zaburzenia 288
 - 9.4.1. Badania laboratoryjne na zwierzętach 289
 - 9.4.2. Badania kliniczne 291
- 9.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 295
 - 9.5.1. Cukier, tłuszcz i wysoka ilość kalorii w pożywieniu 295
 - 9.5.2. Otyłość 297
 - 9.5.3. Cechy osobowości 297
 - 9.5.4. Transmisja międzypokoleniowa 298
 - 9.5.5. Czynniki socjodemograficzne 299
- 9.6. Profilaktyka i terapia – efektywność oddziaływań 299
 - 9.6.1. Profilaktyka 299

9.6.2. Farmakoterapia 302

9.6.3. Psychoterapia 303

Rozdział 10 314

Szkodliwe zachowania związane z robieniem zakupów – model uzależnienia 314

10.1. Kryteria diagnostyczne nałogowego robienia zakupów 315

10.2. Metody diagnozowania problemu 317

10.3. Rozpowszechnienie 321

10.4. Obraz kliniczny zaburzenia 321

10.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 324

10.6. Terapia i farmakoterapia – efektywność oddziaływań 328

Rozdział 11 330

Model uzależnienia od seksu i pornografii 330

11.1. Kryteria diagnostyczne nałogowego uprawiania seksu 331

11.2. Metody diagnozowania problemu 336

11.3. Rozpowszechnienie problemu 338

11.4. Obraz kliniczny zaburzenia 339

11.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 351

11.6. Terapia i farmakoterapia – skuteczność oddziaływań 353

Rozdział 12 357

Szkodliwe i nałogowe wykonywanie pracy – model uzależnienia 357

12.1. Kryteria diagnostyczne szkodliwego wykonywania pracy 357

12.2. Metody diagnozowania problemu 359

12.3. Rozpowszechnienie 362

12.4. Obraz kliniczny zaburzenia 363

12.5. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne 366

12.6. Profilaktyka i terapia 368

Bibliografia 374

Indeks rzeczowy 456

O Autorkach 464