

NAŁOGI BEHAVIORALNE

Pojęcia i problem uzależnień czy nałogów behawioralnych są zjawiskiem nowym, zarówno w nauce, jak i w obiegu powszechnym.

Jest to widoczne zwłaszcza w bibliografiach do poszczególnych części prezentowanej publikacji, w których zdecydowanie dominują pozycje z lat dwutysięcznych, nierzadko po 2010 roku. Bibliografie cechuje też niezwykle objętość, od kilkudziesięciu do stu kilkudziesięciu pozycji dla każdego z rozdziałów, z wyjątkiem hazardu, w którym liczba przekroczyła 350.

Ilość publikacji ukazujących się w tak krótkim czasie daje pojęcie o ogromie pracy podejmowanej przez świat nauki, ale też, przy znikomym wytycznych i standardach badań, musi prowadzić do powstania niejednoznaczności widocznych np. w zróżnicowaniu stosowanej terminologii.

Większość omawianych problemów zyskała w literaturze po kilkanaście określeń, odnoszących się do różnych aspektów tego, co nazywamy „nałogami behawioralnymi”, jak i odzwierciedlających odmienne do nich podejścia. Jak pisze we wstępie do książki Bogusław Habrat: „celem autorów jest wykazanie złożoności i niejednoznaczności zjawisk opisywanych tym wspólnym terminem”.

Wspomina przy tym m.in. o nie zawsze uzasadnionej medykalizacji „nałogów behawioralnych” i ujmowaniu ich w kategoriach patologii, pomimo braku na to dowodów, co z jednej strony stwarza grunt dla rozwinięcia błędnych interwencji, z drugiej może wywoływać obawy przed elementami zwykłego funkcjonowania.

Należy też zwrócić uwagę na samo stosowanie języka „addyktywnego”, w którym najczęściej nałogi (*nomen omen*) behawioralne są omawiane, choć nie jest wykluczone, że część z nich może lub powinna być rozpatrywana w innych kategoriach – o czym informują autorzy kolejnych rozdziałów.

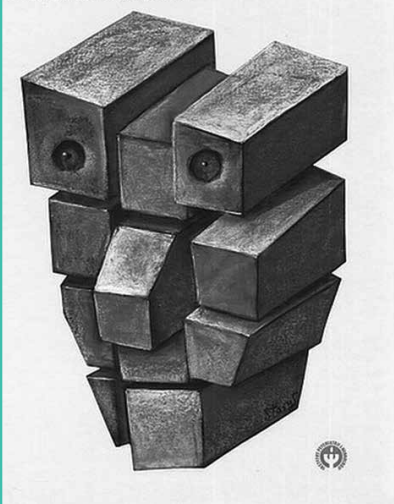
Niejednoznaczności dotyczą również taksonomii opisywanych zjawisk: np. czy istnieje uzależnienie od internetu, czy tylko różne inne nałogi, związane z aplikacjami i czynnościami, do których sieć jest potrzebna. Bądź, z drugiej strony, pojawia się wątpliwość, czy nadmierne granie w gry internetowe to odrębny „nałóg”, czy tylko element uzależnienia od internetu.

Wszystko to składa się na pytanie: czy w kontekście zachowań w ogóle można mówić o nałogach, tym bardziej o uzależnieniach (ang. *dependance*), które w międzynarodowych klasyfikacjach stanowią odrębny problem o wysokim nasileniu? W ostatniej klasyfikacji DSM-V Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego utworzono nową kategorię,

nazwaną „zaburzeniami nałogowymi” (ang. *addiction* – nałóg), łączącą uzależnienia od substancji i niechemiczne, do której z „nałogów behawioralnych” zaliczono tylko hazard.

Zarówno jednak ten fakt, jak problemy definicyjne nie powinny skłaniać do bagatelizacji przedstawianych w publikacji zagadnień. Znaczna ich część (hazard, pracoholizm, zbieractwo i in.) była zauważona już wcześniej, zanim zaczęto ujmować je w kategoriach nałogu – kategoriach społecznie nośnych. Z kolei zjawiska nowe, związane np. z grami on-line czy serwisami społecznościowymi, choć nie mają miejsca w klasyfikacjach, stanowią poważne wyzwanie dla niektórych społeczeństw, zwłaszcza w państwach azjatyckich.

Zaburzenia uprawiania hazardu i inne tak zwane nałogi behawioralne
Redakcja naukowa: Bogusław Habrat



Można powiedzieć, że każdy z omawianych nałogów ma swoje niewiadome, ale i przypadki poważnych konsekwencji zdrowotnych czy psychospołecznych, dotyczących nawet kilku procent populacji.

Na publikację złożyły się omówienia zaburzeń powstałych na tle uprawiania hazardu, korzystania z nowych mediów (w tym serwisy społecznościowe i gry on-line), hiperseksualności, pracoholizmu, zakupoholizmu, uprawiania ćwiczeń fizycznych, opalania się i patologicznego zbieractwa.

W pierwszym rozdziale omówiono dodatkowo neurobiologiczne podstawy powstawania nałogów behawioralnych, które nierzadko zbliżone są do tych związanych z uzależnieniem od substancji.

W każdej części znalazły się przekrojowe omówienia dostępnych badań i dane epidemiologiczne. Przytaczane są także narzędzia diagnostyczne, koncepcje teoretyczne powstawania „nałogów” oraz stosowane terapie z omówieniem udokumentowanej – co nie oznacza udowodnionej – skuteczności. W tym kontekście nierzadko pojawia się terapia behawioralno-poznawcza i psychoterapia oraz pozytywne efekty leczenia farmakologicznego.

Na niekorzyść wydania przemawiają stosunkowo liczne potknięcia edytorskie, stwarzające wrażenie pośpiechu. Są miejsca, gdzie brakuje fragmentów tekstu (ss. 288/289) bądź w których treść akapitów – choć nie słowo w słowo – powtarza się. Te techniczne usterki nie podważają jednak wartości merytorycznej publikacji.

Zaburzenia uprawiania hazardu i inne tak zwane nałogi behawioralne

Redakcja naukowa Bogusław Habrat

Instytut Psychiatrii i Neurologii, Warszawa 2016