

Spis treści

Wprowadzenie	11
-------------------------------	-----------

CZĘŚĆ I KONCEPCJE I MODELE PRZYCZYN, PROFILAKTYKI I TERAPII UZALEŻNIEŃ BEHAVIORALNYCH

Rozdział 1

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

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

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

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

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

TYPY UZALEŻNIEŃ BEHAVIORALNYCH I ZACHOWAŃ SZKODLIWYCH

Rozdział 6

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

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 społeczno- ściowych	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

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 (tatuaze, piercing)	274

Rozdział 9

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

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

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

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