

Spis treści

Wprowadzenie	7
1. Uzależnienia substancjalne i behawioralne	9
1.1. Pojęcie i kryteria uzależnienia	9
1.2. Teorie wyjaśniające genezę i mechanizmy uzależnień	15
1.3. Czynniki sprzyjające rozwojowi zachowań kompulsywnych	19
1.3.1. Uwarunkowania biologiczne i społeczne zachowań kompulsywnych	19
1.3.2. Rola właściwości podmiotowych w rozwoju uzależnień od czynności	23
2. Pracoholizm	26
2.1. Pojęcie i rodzaje pracoholizmu	26
2.2. Typy pracoholików	30
2.3. Czy pracoholizm spełnia kryteria uzależnienia?	33
2.4. Skala zjawiska	35
2.5. Skutki pracoholizmu	36
2.6. Czynniki sprzyjające rozwojowi pracoholizmu	37
2.7. Pomiar pracoholizmu	41
2.8. Badania własne	43
3. Internetoholizm	53
3.1. Rozpowszechnienie internetu	53
3.2. Mechanizmy rozwoju uzależnienia od internetu	54
3.3. Skala zjawiska	61
3.4. Negatywne skutki nadmiernego używania internetu	61
3.5. Czynniki sprzyjające rozwojowi internetoholizmu	63
3.6. Pomiar uzależnienia od internetu	70
3.7. Badania własne	71
4. Jedzenioholizm	85
4.1. Co to jest Jedzenioholizm	85
4.2. Czy zaburzenia odżywiania się spełniają kryteria uzależnienia?	86
4.3. Skutki jedzenioholizmu	94

4.4. Czynniki sprzyjające rozwojowi jedzeniowego	95
4.5. Pomiar jedzeniowego	101
4.6. Badania własne	107
5. Zakupoholizm	117
5.1. Co to jest kupowanie kompulsywne?	117
5.2. Typy zakupoholików	119
5.3. Kupowanie kompulsywne jako uzależnienie	120
5.4. Skala zjawiska	122
5.5. Skutki kompulsywnego kupowania	123
5.6. Skąd bierze się nałóg kupowania?	124
5.7. Pomiar zakupoholizmu	129
5.8. Badania własne	135
6. Patologiczny hazard	158
6.1. Pojęcie, rodzaje i rozpowszechnienie	158
6.2. Typologia hazardzistów	161
6.3. Czy hazard spełnia kryteria uzależnienia?	163
6.4. Skala zjawiska	166
6.5. Skutki patologicznego hazardu	166
6.6. Czynniki sprzyjające angażowaniu się w patologiczny hazard	168
6.7. Pomiar patologicznego hazardu	175
6.8. Badania własne	176
7. Pomoc osobom uzależnionym i zagrożonym	187
7.1. Terapia osób uzależnionych od czynności	187
7.2. Profilaktyka uzależnień od czynności	193
Zakończenie	196
Bibliografia	198
Indeks nazwisk	210
Spis tabel	214