

УДК 616.8-089+616.895  
DOI <https://doi.org/10.32689/2663-0672-2023-5-20>

**Аліна САЛЬНИКОВА**

аспірантка кафедри медичної психології, психосоматичної медицини та психотерапії Національного медичного університету імені О.О. Богомольця, бульвар Тараса Шевченка, 13, м. Київ, Україна, індекс 01601

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8975-5137>

**Alina SALNYKOVA**

Graduate student of the Department of Medical Psychology, Psychosomatic Medicine and Psychotherapy of O.O. Bogomolets National Medical University, Taras Shevchenko Boulevard, 13, Kyiv, Ukraine, postal code 01601

**Бібліографічний опис статті:** Сальникова А. Алекситимія як предиктор високої вірогідності виникнення лудоманії. *Сучасна медицина, фармація та психологічне здоров'я*. 2023. 5 (14), 122–128. DOI: <https://doi.org/10.32689/2663-0672-2023-5-20>

**Bibliographic description of the article:** Salnykova, A. (2023). Alexsytymia yak predyktor vysokoi virohivnosti vynyknennia ludomanii. [Alexithymia as a predictor of high probability of ludomania]. *Suchasna medytsyna, farmatsiia ta psykholohichne zdorovia – Modern medicine, pharmacy and psychological health*, 5 (14), 122–128. DOI: <https://doi.org/10.32689/2663-0672-2023-5-20>

**АЛЕКСИТИМИЯ ЯК ПРЕДИКТОР ВИСОКОЇ ВІРОГІДНОСТІ ВИНИКНЕННЯ ЛУДОМАНІЇ**

Стаття присвячена дослідженню Алекситимії як предиктора високої вірогідності виникнення лудоманії.

**Мета статті** полягає у вивченні та систематичному аналізі зв'язку між Алекситимією та розвитком лудоманії.

**Методологія.** Для досягнення поставленої мети було використано теоретичний метод, що включає аналіз наукових джерел, систематизацію та узагальнення наявних емпіричних даних щодо предмету дослідження. Крім того, в рамках методології використовувалося структурне моделювання, класифікація та порівняльний аналіз. Ці методи дозволили глибоко проаналізувати та оцінити наявні дані, виявити зв'язки та патерни у вивченні взаємодії між Алекситимією та лудоманією.

**Наукова новизна.** Запропоновано детальну модель формування ігроманії під впливом Алекситимії, суголосно якій ігрова залежність формується як компенсаторна відповідь (реакція) на стан емоційного неблагополуччя, що притаманний носію Алекситимічного радикалу та проявляється у вигляді вираженого стану хронічного, інтенсивного та разом з цим малоусвідомлюваного емоційного дискомфорту, значного переважання негативної афективності над позитивною.

**Висновки.** Дослідження підтверджує глибокий зв'язок між Алекситимією та розвитком патологічної залежності від азартних ігор, що відображається у високій ймовірності виникнення лудоманії. Алекситимія, характеризуючись утрудненням у розпізнаванні та вираженні емоцій, створює підґрунтя для розвитку компульсивних поведінкових моделей, включаючи залежність від азартних ігор. Ефективне подолання та профілактика такої залежності вимагають інтегрованого підходу, що поєднує розуміння психологічних особливостей індивіда з ефективними методами лікування та профілактики. Особливу увагу слід приділити психотерапії, орієнтованій на емоційну сферу пацієнтів, що може зменшити вплив Алекситимії на розвиток лудоманії та інших форм залежної поведінки.

**Ключові слова:** Алекситимія, лудоманія, адиктивна поведінка, ігрова адикція, психопатології.

**ALEXITHYMIA AS A PREDICTOR OF A HIGH PROBABILITY OF LUDOMANIA**

The article is devoted to the study of alexithymia as a predictor of a high probability of the occurrence of ludomania.

**The purpose of the article** is to study and systematically analyze the relationship between alexithymia and the development of ludomania.

**Methodology.** To achieve the goal, a theoretical method was used, which includes the analysis of scientific sources, systematization and generalization of existing empirical data on the subject of research. In addition, structural modeling, classification and comparative analysis were used as part of the methodology. These methods made it possible to deeply analyze and evaluate the existing data, to reveal connections and patterns in the study of the interaction between alexithymia and ludomania.

**Scientific novelty.** A detailed model of the formation of gaming addiction under the influence of alexithymia is proposed, according to which game addiction is formed as a compensatory response / reaction to the state of emotional distress inherent in the carrier of the alexithymic radical and manifests itself in the form of a pronounced state of chronic, intense and, at the same time, little-aware emotional discomfort, a significant predominance of negative affectivity over positive.

**Conclusions.** The study confirms the deep connection between alexithymia and the development of pathological gambling addiction, which is reflected in the high probability of ludomania. Alexithymia, characterized by difficulty in recognizing and expressing emotions, creates the basis for the development of compulsive behavioral patterns, including gambling addiction. Effective overcoming and prevention of such addiction require an integrated approach that combines an understanding of the individual's psychological characteristics with effective methods of treatment and prevention. Special attention should be paid to psychotherapy focused on the emotional sphere of patients, which can reduce the impact of alexithymia on the development of ludomania and other forms of addictive behavior.

**Key words:** alexithymia, ludomania, addictive behavior, gaming addiction, psychopathology.

**Актуальність дослідження.** У контексті суспільної трансформації та зростання доступності азартних ігор, особливо у цифровому просторі, виникає необхідність у детальному вивченні психоемоційних факторів, які можуть ініціювати та підтримувати процес розвитку лудоманії. Алекситимія, як стан емоційної дизрегуляції, характеризується утрудненням у розпізнаванні та вербалізації власних емоцій, що, згідно із сучасними дослідженнями, може сприяти розвитку компульсивних поведінкових моделей, включаючи азартні ігри.

Отже, систематизація знань про взаємозв'язок алекситимії та лудоманії важлива для розробки ефективних підходів до профілактики та лікування цього виду залежності, а також може сприяти розширенню теоретичних засад у сфері психопатології поведінкових адикцій.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблематика залежності від азартних ігор як патологічного явища здобула значну увагу в рамках сучасної клінічної психології. Такі науковці, як С. Blanco, I. de Castro, A. Ibaser, G. Frisch, M. Griffiths, M. Langewisch, Т. Больбот, С. Ейсен, Р. Кастер, В. Уркаєв, І. Федосєєва, Е. Холландер, Л. Юр'єва та інші, внесли значний вклад у дослідження цієї теми. Особливо варто відзначити, що дослідження коморбідності алекситимії та залежності від гемблінгу здебільшого велося вченими з-за кордону, зокрема М. Bagby, С. Bonnaire, В. Bond, С. Bungener, J. Lecce, М. Lumley, J. Parker, К. Roby, P. Shaughnessy, Т. Toneatto, I. Varescon, L. Wood. Водночас, американські дослідники, такі як А. Brancato, J. Brown, С. Cannizzaro, М. Di Trani, Т. Dimacro, А. Lipari, G. Maniaci, D. Mitrovic, F. Picone, А. Renzi, L. Solano, С. Vari, G. Zavattini, акцентують на прямому кореляційному зв'язку між алекситимією та ігровою залежністю, вказуючи на глибшу взаємозалежність цих явищ. У той же час, у контексті українських наукових досліджень це питання, за винятком робіт деяких авторів (А. Сальнікова, С. Уркаєв, О. Чабан), залишається малодослідженим, що вказує на необхідність посиленої уваги до вивчення алекситимії як предиктора високої вірогідності виникнення лудоманії.

**Мета статті** полягає у вивченні та систематичному аналізі зв'язку між алекситимією та розвитком лудоманії.

**Методи дослідження.** Для досягнення поставленої мети було використано теоретичний метод: аналіз наукових джерел, систематизація та узагальнення наявних емпіричних даних щодо предмету дослідження, структурне моделювання, класифікація, порівняння.

**Вклад основного матеріалу дослідження.** Розглядаючи залежність від азартних ігор як серйозне захворювання, що викликає значні психологічні та соціальні наслідки для індивіда, стає

зрозумілою актуальність питання її лікування та подолання. Проблематика цієї залежності полягає в її здатності глибоко інтегруватися в життя особи, впливаючи на ключові елементи її особистості, такі як цінності, мотивацію, самоідентифікацію та самооцінку. Ігрова залежність, прогресуючи, перетворюється на складний патологічний елемент в особистості, впливаючи на стиль життя та змінюючи життєві пріоритети та звички.

Таким чином, симптоматичне лікування, спрямоване лише на усунення пристрасті до азартних ігор та ізоляцію від ігрового середовища, часто виявляється недостатнім. Підходи, що зосереджуються виключно на усуненні зовнішніх ознак залежності та обмеженні доступу до азартних ігор, не вирішують глибинних психологічних причин, які лежать в основі цієї проблеми. Залежність підтримується та посилюється змінами в потребах, мотивації та емоційному стані індивіда, тому симптоматичне лікування зазвичай приносить лише тимчасове полегшення, не вирішуючи проблему на глибинному рівні.

Спираючись на ідею про те, що патологічна ігрова залежність деформує особистість, стає її частиною, кардинально трансформує інші особистісні структури, обростає численними зв'язками з індивідуально-психологічними особливостями індивіда, можна стверджувати, що успішне подолання ігрової залежності можливе тільки тоді, коли об'єктом терапевтичного втручання стає сама особистість хворого. Глибоке, деталізоване розуміння психологічних чинників виникнення ігрової залежності, а також психологічних наслідків її формування, дозволяють більш адекватно визначити мішені терапевтичного впливу при роботі з ігроманами. І в якості таких мішеней мають виступати не тільки симптоми залежної поведінки, а більш глибокі та фундаментальні особистісні структури хворого, що тісно пов'язані з проявами адикції. Тому варто знову і знову ставити питання про психологічні детермінанти та предиктори ігрової залежності, що у сукупності із несприятливими соціальними впливами, штовхають індивіда до отримання гострих відчуттів у різноманітних ігрових клубах та казино.

У результаті детального розгляду сутності та феноменології патологічної залежності від азартних ігор було встановлено, що адиктивна поведінка тісно пов'язана з особливостями влаштування емоційної сфери індивіда, зокрема, властивостей його емоційності. Зокрема, для ігроманів, окрім деформацій ціннісно-сислової сторони особистості, що виражається у впевненості в першочерговій цінності матеріальних благ та грошей на шкоду духовним цінностям та цінностям людських стосунків, характерні ряд особливостей емоційності, що також можуть виступати сприятливими чинниками виникнення та

прогресування ігрової залежності. Мова йде про імпульсивність, виражену емоційну лабільність, згорнутість почуттів, збідненість емоційної сфери, що призводить до слабкої диференціації емоційних станів, превалювання в емоційному житті мінімуму емоцій (задоволення-незадоволення), надмірну інтенсивність емоційних реакцій та пов'язані з цим труднощі самоконтролю емоційних станів. Це дозволяє висловити припущення про зв'язок алекситимії та патологічної ігрової залежності у загальній клінічній картині пацієнта. А при розгляді механізмів та чинників формування адиктивних форм поведінки, у якості їх важливого предиктора цілком правомірно розглядати саме алекситимію. На думку ряду дослідників (В. Куташов, Л. Немих, А. Сальнікова, О. Чабан), феномен алекситимії часто лежить в основі дефіцитарної емоційної поведінки, що підтримує адиктивні способи активації почуттів [1; 2].

Опосередковано на користь можливості зв'язку патологічної ігрової залежності та алекситимії говорить виражена коморбідність цих порушень, тобто їх поєднання у загальній клінічній картині з іншими психічними недоліками, психопатологіями, несприятливими індивідуально-психологічними властивостями та соматичними захворюваннями. Так, наприклад, куріння, підвищений тиск та ішемічна хвороба серця значно частіше зустрічаються серед хворих на алекситимію, ніж серед здорових осіб (за емпіричними даними це співвідношення складає 76,00% та 39,00% відповідно) [7, с. 150–152].

Крім цього, в алекситимів спостерігається явно виражена тенденція до гіперактивації симпатико-надниркової системи, яскраво виражений зв'язок між рівнем алекситимії та вмістом у крові холестерину, кортизолу та катехоламінів. Також відмічаються активні біопсихосоціальні асоціації у патогенезі ревматоїдного артриту з наявністю у людини алекситимії – зв'язок між алекситимією та генетично зумовленими труднощами контролю та вираження емоцій дозволяє розглядати її як диспозиційну, конституційну та первинну особистісну характеристику індивіда, що страждає на ревматоїдний артрит. Дисоціація алекситима з навколишнім світом сприяє формуванню конформного та пасивного стилю соціальної адаптації, що зумовлює превалювання у суб'єктивному самопочутті хронічного емоційного дискомфорту з саморуйнівними маніфестаціями, депресивне самосприйняття та ставлення до дійсності. Крім перерахованого, алекситимія також тісно пов'язана з тривалими та інтенсивними больовими синдромами, тому тривалість перебігу хронічних соматичних захворювань безпосередньо визначає ступінь вираженості алекситимії [5].

Дослідження В. Шебанової виявило, що алекситимія часто супроводжує розлади харчової поведінки та порушення ваги [5, с. 117]. О. Шнайдер

зазначає, що працівники з алекситимією схильні до негативного сприйняття умов праці, відчуження та емоційної замкненості, що може сприяти розвитку адикцій. Натомість, особи без алекситимії мають вищі рівні емоційного інтелекту, самомотивації та емпатії [6, с. 144–148].

Ігрова залежність зумовлена не тільки порушеннями у задоволенні потреб, але й дефіцитом регулятивного аспекту поведінки. Особистісні особливості гравців, такі як невміння планувати та досягати цілей, низька прогностична точність, підсилюють це, вказуючи на зниження потенціалу саморегуляції у ігроманів [11, с. 228].

Наявність зв'язку алекситимії та патологічного потягу до азартних ігор доведено цілим сузір'ям досліджень, що були реалізовані американськими науковцями. Наприклад, М. Lumley та К. Roby (1995) виявили, що у вибірці підлітків проблемні азартні гравці у 31,4% випадків були алекситиміями порівняно з лише 11% випадків у здорових людей з контрольної вибірки [13].

J. Parker, L. Wood, B. Bond та P. Shaughnessy (2005) виявили, що 22% вибірки патологічних гравців були алекситимічними порівняно з 11% серед неproblemних гравців [15, с. 51–55]. С. Bonnaire, C. Bungener та I. Varescon (2009) виявили, що 44% проблемних азартних гравців оцінюються як високоалекситимічні [10, с. 619–629].

T. Toneatto, J. Lecce та M. Bagby (2009) виявили, що зі збільшенням ризику та інтенсивності проблем азартних ігор зростає і рівень алекситимії. Значно більша частка патологічних гравців (76%) була визначена як алекситимічна порівняно з 55% проблемних гравців. Обидві групи мали значно більшу ймовірність бути алекситимічними, ніж азартні гравці (29%) [16, с. 193–198]. С. Bonnaire, C. Bungener та I. Varescon (2013) виявили, що патологічні азартні гравці, які грали в азартні ігри на гоночних трасах або грали в ігрові автомати, мали вищі загальні показники алекситимії, ніж непатологічні гравці [8]. С. Bonnaire, S. Barrault, A. Aïte, M. Cassotti (2017) виявили зв'язок між алекситимією та патологічними гравцями для стратегічних гравців, тобто людей, які займалися: азартними іграми на гоночних трасах, ставками поза курсами, спортивними ставками чи картковими іграми [9].

За даними окремих американських науковців (M. Di Trani, A. Renzi, C. Vari, G. Zavattini, L. Solano, 2017; G. Maniaci, F. Picone, T. Dimacro, A. Lipari, A. Brancato, C. Cannizzaro, 2015; D. Mitrovic, J. Brown, 2009) алекситимія не просто пов'язана з проблемними азартними іграми: рівні та ступені їх вираженості знаходяться у прямій кореляційній залежності [12; 14]. Це означає, що ті, хто має високі показники вираженості алекситимії, демонструють більш високі показники патологічного потягу до азартних ігор.

Серед вітчизняних науковців на тісний зв'язок алекситимії за ігровою залежністю звертали увагу А. Сальнікова, В. Уркаєв, О. Чабан. Наприклад, у дисертаційній роботі та статтях В. Уркаєва алекситимія тлумачиться та розглядається як дуже вірогідна складова патологічної ігрової залежності [4]. Зокрема, автор зазначає, що психологічна залежність тісно пов'язана з такими феноменами як алекситимія та екстернальний локус контролю, а у розробленій ним програмі психокорекції ігрової адиктивної поведінки серед осіб раннього юнацького віку значна увага приділяється корекційній роботі з алекситимією [4]. В. Уркаєв, аргументуючи вплив алекситимічного розладу на формування патологічної ігрової залежності, використовує положення психоаналітичної концепції гемблінгу, суголосно якій має місце мазохістичне задоволення від програшів та прогресуюче саморуйнування. Мається на увазі, що носій ігрової адикції все одно грає, незважаючи на відсутність віри у перемогу та навіть бажаючи остаточно програти, щоб завершити цей нестерпний суб'єктивний жах руйнування власного життя. Дослідник у зв'язку з цим звертає увагу на так званий феномен «продовження болю», що полягає у продовженні дистресу, пов'язаного зі зловживанням об'єктом залежності – порушення здоров'я, фінансові труднощі, соціальна дезадаптація, абстинентний синдром. При цьому цей феномен є спробою опрацювання та керування переживаннями та афектами, які носію адикції важко розрізнити та відстежити, а також диференціювати та описати їх словами. Таким чином, на думку В. Уркаєва, ігрова адикція є компенсаторним способом подолання нестерпних почуттів у алекситимічних осіб [3, с. 20].

За свідченням науковців, патологія емоційної сфери у вигляді алекситимії є досить розповсюдженим явищем у житті залежних людей. При аналізі психологічних механізмів такого зв'язку дослідники посилаються на зумовленість алекситимічних проявів підвищеною тривожністю, а також специфічними особливостями сприйняття такими пацієнтами світу. Зокрема, зазначається, що провідний канал сприйняття світу алекситиміями – це відчуття. Це свідчить на користь того, що у них недостатньо розвинені візуальна та аудіальна перцептивні системи, а якщо в окремих випадках і розвинені, то негативні переживання закріплюються саме у відчуттях та мало усвідомлюються більшістю алекситимів.

Особливість пацієнтів з алекситимією полягає в їх нездатності раціонально оцінити ситуацію через схильність до сильних емоційних збуджень, що ускладнює об'єктивне сприйняття дійсності. Дослідження М. Лумлі та К. Робі підтверджують, що такі особи схильні до негативних афектів, соціальної ізоляції та нездорового способу життя [13]. Психотерапевти повинні враховувати ці особливості

при роботі з пацієнтами, що мають ігрову залежність, та фокусуватися на особистості, а не лише на адиктивній поведінці.

А. Сальнікова та О. Чабан, розкриваючи проблему формування патологічного потягу до азартних ігор в залежності від алекситимії, дійшли висновку, що алекситимія має обов'язково враховуватись у процесі клінічної оцінки ступеня потягу до азартних ігор. А ігроманам, у свою чергу, може бути корисно зосередитись на визнанні та осмисленні власних емоційних станів та на розробці більш адаптивних способів керування власними емоціями [2, с. 1]. Автори розглядають чинники ризику виникнення ігроманії і з-поміж численних агентів можливого впливу, серед яких можна назвати стать (чоловіки у більшій мірі схильні до ігрової залежності), соціально-культурне середовище, виділяють у якості важливого чинника формування ігрової залежності такі особистісні характеристики як імпульсивність, пошук гострих відчуттів, асоціальна поведінка, когнітивні викривлення у оцінці везіння та контролю [2]. Таким чином, серед особистісних чинників формування залежності від азартних ігор у більшості випадках перераховуються ті, що складають клінічну картину алекситимії.

Детально аналізуючи можливі ефекти впливу алекситимії на ігрову залежність, А. Сальнікова та О. Чабан зазначають, що проблеми з азартними іграми дуже пов'язані з порушеннями перебігу емоційних процесів. Серед характеристик алекситимії, що позначаються на характері перебігу ігрової залежності, виділяються дефіцит когнітивної обробки емоцій, що виражається у дефіциті усвідомленості явищ афективної сфери (труднощі ідентифікації та опису почуттів) та оперативності мислення (зовнішньо орієнтоване мислення та недорозвинені образні процеси). Опосередкованим підтвердження наявності зв'язку між алекситимією та ігроманією, на думку цих же дослідників, є те, що алекситимія досить поширена у клініці різних медичних та психіатричних розладів регуляції афектів, таких як розлади харчової поведінки, панічні розлади, соматоформні розлади, наркоманія. При цьому автори посилаються на дані, що підтверджують вплив алекситимічного дефіциту на психічне та соматичне здоров'я «через поведінкові дії як способи регулювання афективних станів (наприклад, зловживання речовинами, харчова поведінка) або психофізіологічне емоційне розрядження (наприклад, соматизація та панічний розлад)» [2].

На основі здійсненого аналізу було доведено, що алекситимія переважає у пацієнтів, що мають схильність до азартних ігор. Окрім цього, є численні свідчення, що алекситимія може збільшити тяжкість симптомів та ризик патологічної пристрасності до азартних ігор. Явище алекситимії також пози-

тивно пов'язане з дезадаптивними проявами особистості, серед яких можна назвати агресивність, імпульсивність, прагнення до гострих відчуттів, а також такими психопатологічними проявами, як депресивні та тривожні розлади особистості. Окрім, наявності зв'язку алекситимії з ігроманією автори звертають увагу на позитивні кореляції алекситимії з іншими формами адиктивної поведінки, зокрема з інтернет-залежністю та компульсивними покупками [2].

Важливою характеристикою алекситимів, що зумовлюють їх схильність до азартних ігор, є виражені труднощі подолання дисфоричних емоцій, які в таких пацієнтів носять хронічний, затяжний характер. А. Сальнікова, посилаючись на дані Д. Тейлора, доходить висновку, що індивіди з алекситимією намагаються регулювати власні негативні емоції за допомогою компульсивної поведінки. Така притаманна їм схильність, у свою чергу, пов'язана з відсутністю у таких осіб здатності до саморозуміння та навичок самопізнання. При цьому ці алекситимічні симптоми, що часто супроводжують наркоманію та залежність від Інтернету, на думку дослідниці, можуть також становити ризик розвитку лудоманії [1, с. 51–53].

Дослідження виявляє тісний зв'язок між алекситимією та лудоманією, що породжує закономірне питання про первинність або вторинність цих явищ відносно одне одного. Виокремлюються два потенційних сценарії їхньої взаємодії. Згідно з першим сценарієм, первинним фактором є ігрова залежність. В цьому випадку припускається, що саме ігрова залежність, породжуючи стрес та психотравмуючі події, може провокувати розвиток алекситимії. Це створює модель, де ігроманія спричиняє емоційну дизрегуляцію.

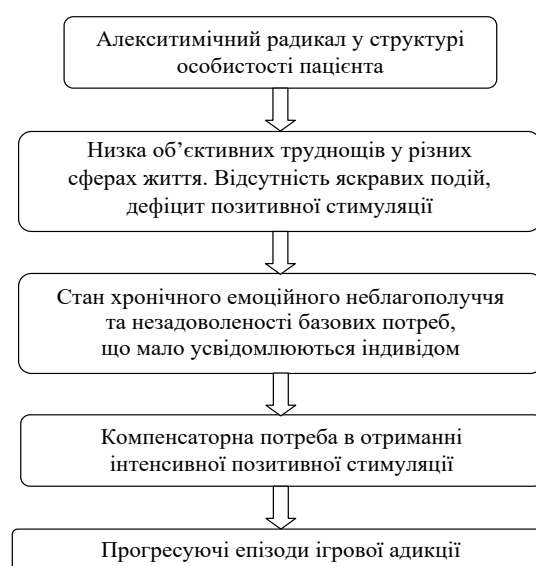
Натомість, другий сценарій визначає алекситимію як первинне патологічне явище. У такому контексті алекситимія виступає як домінуючий фактор, що може призводити до розвитку залежності від азартних ігор. Згідно з цією моделлю, наявність алекситимії у структурі особистості може викликати наслідкові соціальні та психологічні проблеми, які, у свою чергу, підштовхують індивіда до азартних ігор. В цілому, ці два сценарії вказують на складність і багатовимірність взаємозв'язків між алекситимією та лудоманією, демонструючи необхідність подальших досліджень у цій галузі.

Вирішуючи цю дилему, варто ще раз звернути увагу на сутність та феноменологію алекситимії та ігроманії. Знання логіки перебігу ігроманії та алекситимії та їх сутнісних характеристик, що були докладно проаналізовані у попередніх параграфах, дозволяють з впевненістю стверджувати, що первинною у зв'язці «алекситимія-ігрова адикція» є саме алекситимія. На користь цього говорять наукові дані про можливу генетичну вродженість алекси-

тимії, наявність нейробіологічних чинників її наявності у структурі особистості пацієнта, специфічні характеристики когнітивної та емоційної сфери хворих на алекситимію, а також більш багатий симптомокомплекс її клінічного прояву. Патологічна ігрова адикція виступає при цьому залежною змінною, що підпорядковується впливу багатьох об'єктивних та суб'єктивних чинників та має ряд ознак, що свідчать про прижиттєвий характер її формування.

Таким чином, ми виходимо з того, що наявність алекситимічного радикалу у структурі особистості пацієнта призводить до формування у нього схильності до гемблінгу. Тому ми можемо погодитися з тими науковцями, що висловлювались на користь значного стресогенного потенціалу алекситимії, кардинального погіршення якості життя пацієнтів під впливом цього специфічного порушення. Підтримуємо також ідею про те, що ігрова залежність формується як компенсаторна відповідь / реакція на стан емоційного неблагополуччя, що притаманний носію алекситимічного радикалу та проявляється у вигляді вираженого стану хронічного, інтенсивного та разом з цим малоусвідомлюваного емоційного дискомфорту, значного переважання негативної афективності над позитивною. Спираючись на таке розуміння, можна стверджувати, що ігрова діяльність стає одним з небагатьох способів отримати задоволення та пережити емоції позитивного спектру, що і лежить в основі її переродження в патологічну залежність, яка доходячи до рівня пристрасті починає руйнувати життя суб'єкта.

На цьому етапі аналізу доречно запропонувати модель формування ігрової адикції під впливом наявної у структурі особистості пацієнта алекситимії (рис. 1).



**Рис. 1. Модель формування ігроманії під впливом алекситимії**

Суголосно запропонованій моделі сформований алекситимічний радикал у клінічній картині з притаманними йому характеристиками та особливостями призводить до систематичного виникнення об'єктивних труднощів у різних сферах життя, відсутності яскравих радісних подій, дефіциту позитивної емоційної стимуляції, про що неоднократно було засвідчено цілим шерегом науковців. Такому положенню речей, до речі, сприяє також притаманна алекситимії збідненість та сплосненість емоційної сфери пацієнта. Під впливом об'єктивних труднощів формується стан хронічного емоційного неблагополуччя та незадоволеності базових потреб, що у зв'язку з недостатньою усвідомленістю цих психологічних проблем, мають значний акумулятивний потенціал. Тобто поступово накопичуються в емоційній сфері пацієнта. Їх накопиченню також сприяють труднощі самовираження як ядерного симптому алекситимії, що призводить до неможливості виразити та відреагувати інтенсивний стан емоційного дискомфорту та важких переживань. Як реакція на притаманне алекситимічному радикалу постійне емоційне неблагополуччя у структурі особистості такого пацієнта формується інтенсивна компенсаторна потреба в інтенсивній позитивній стимуляції, що за принципом найменшого супротиву знаходить предмет свого задоволення в азартних іграх. Таким чином, у запропонованій моделі азартні ігри виконують функцію розрядки стресу, дозволяють подолати його наслідки або навіть уникнути стресогенних для пацієнта подій, що швидко та постійно позитивно підкріплює звичку азартної ігрової діяльності.

За дослідженням А. Сальнікової, виражений стрес виступає важливим фактором, що медіює зв'язок між алекситимією та патологічною пристрастю до азартних ігор, вказуючи на те, що наявність стресу може вести до значної патологічної поведінки у сфері азартних ігор [1].

У запропонованій моделі хронічний та інтенсивний стрес виступає важливим психологічним наслідком наявності у структурі особистості алекситимічного радикалу. Потужна та деструктивна енергія цього стресу трансформується у ряд специфічних деформованих потреб, що в кінцевому підсумку призводять до формування патологічної ігрової поведінки.

**Висновок та перспективи подальших досліджень.** Дослідження підтверджує глибокий зв'язок між алекситимією та розвитком патологічної залежності від азартних ігор, що відображається у високій ймовірності виникнення лудоманії. Алекситимія, характеризуючись утрудненням у розпізнаванні та вираженні емоцій, створює підґрунтя для розвитку компульсивних поведінкових моделей, включаючи залежність від азартних ігор. Ефективне подолання та профілактика такої залежності вимагають інтегрованого підходу, що поєднує розуміння психологічних особливостей індивіда з ефективними методами лікування та профілактики. Особливу увагу слід приділити психотерапії, орієнтованій на емоційну сферу пацієнтів, що може зменшити вплив алекситимії на розвиток лудоманії та інших форм залежної поведінки.

#### Список використаних джерел:

1. Сальнікова А. Алекситимія та лудоманія: посередницька роль стресу. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2022. Т. 6. № 4. С. 51–53.
2. Сальнікова А., Чабан О. Особливості формування патологічного потягу до азартних ігор в залежності від алекситимії, в умовах стресогенності пандемії COVID-19. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2020. № 5(3). URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/250> (дата звернення: 10.11.2023).
3. Уркаєв В. С. Зміст феномену ігрової залежності: особливості та специфіка. *Технології розвитку інтелекту*. 2019. Т. 3. № 3(24). URL: [https://psytr.org.ua/upload/journals/3.24/authors/2019/Urkaev\\_V\\_S\\_Zmist\\_fenomeni\\_ihrovoi\\_zalezhnosti\\_osoblyvosti\\_spetsyfika.pdf](https://psytr.org.ua/upload/journals/3.24/authors/2019/Urkaev_V_S_Zmist_fenomeni_ihrovoi_zalezhnosti_osoblyvosti_spetsyfika.pdf) (дата звернення: 08.03.2023), с. 20.
4. Уркаєв В. С. Психокорекція ігрової адиктивної поведінки в осіб раннього юнацького віку : дис. ... к-та психол. наук : 19.00.04 / Інститут психології імені Г. С. Костюка. Київ, 2021. 204 с
5. Шибанова В. І. Психологія харчової поведінки : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01 / Київський Національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, 2017. 561 с.
6. Шнайдер О. В. Психологічні особливості емоційного вигорання працівників сфери інформаційних технологій. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія і педагогіка»*. Випуск 26. С. 144–148.
7. Bach M., Bach D., Bohmer F., Nutzinger D. Alexithymia and somatization Relationship to LSM-III-R Diagnoses. *Journal of Psychosomatic research*. 1994. Vol. 38. № 6. P. 150–152.
8. Bonnaire C., Bungener C., Varescon I. Alexithymia and Gambling: A Risk Factor for All Gamblers? *Journal of Gambling Studies*. 2013. № 29(1). P. 83–96. DOI:10.1007/s10899-012-9297-x.
9. Bonnaire C., Barrault S., Aite A., Cassotti M. Relationship between pathological gambling, alexithymia, and gambling type: Gambling, Alexithymia, and Gambling Type. *American Journal on Addictions*. 2017. № 26(2). DOI: 10.1111/ajad.12506.
10. Bonnaire C., Bungener C., Varescon I. Pathological gambling and sensation seeking—How do gamblers playing games of chance in cafés differ from those who bet on horses at the racetrack? *Addiction Research and Theory*. 2009. № 14(6). P. 619–629. DOI:10.1080/16066350600964296.
11. Breyer J. L., Botzet A. M., Winters K. C. Young adult gambling behaviors and their relationship with the persistence of ADHD. *Journal of gambling studies*. 2009. Vol. 25. Iss. 2. P. 227–238

12. Di Trani M., Renzi A., Vari C., Zavattini G. C., Solano L. Gambling Disorder and Affect Regulation: The Role of Alexithymia and Attachment Style. *Journal of Gambling Studies*. 2017. № 33(2). P. 649–659. DOI: 10.1007/s10899-016-9637-3. PMID: 27553207.
13. Lumley M. A., Roby K. J. Alexithymia and pathological gambling. *Psychother Psychosom*. 1995. № 63(3-4). P. 201–206. DOI: 10.1159/000288960.
14. Maniaci G. et al. Psychodiagnostic Assessment of Pathological Gamblers: A Focus on Personality Disorders, Clinical Syndromes and Alexithymia. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2015. № 13(6). DOI:10.1007/s11469-015-9550-5
15. Parker J. D., Wood L. M., Bond B. J., Shaughnessy P. Alexithymia in young adulthood: a risk factor for pathological gambling. *Psychother Psychosom*. 2005. № 74(1). P. 51–55. DOI: 10.1159/000082027.
16. Toneatto T, Lecce J., Bagby M. Alexithymia and pathological gambling. *Journal of Addictive Diseases*. 2009. № 28(3). P. 193-198. DOI: 10.1080/10550880903014775.

#### References:

1. Salnikova A. (2022). Aleksytymii ta ludomaniia: poserednytska rol stresu [Alexithymia and ludomania: the mediating role of stress]. *Psykhosomatychna medytsyna ta zahalna praktyka*, 6, 51–53. [in Ukrainian].
2. Salnikova A., Chaban O. (2020). Osoblyvosti formuvannia patolohichnoho potiahu do azartnykh ihor v zalezhnosti vid aleksytymii, v umovakh stresohennosti pandemii COVID-19 [Peculiarities of the formation of a pathological urge to gamble depending on alexithymia, in the conditions of stressogenicity of the COVID-19 pandemic]. *Psykhosomatychna medytsyna ta zahalna praktyka*, 5(3). URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/250> (accessed date: 10.11.2023). [in Ukrainian].
3. Urkaiev V. S. (2019). Zmist fenomenu ihrovoi zalezhnosti: osoblyvosti ta spetsyfika [Content of the phenomenon of gaming addiction: features and specifics. Intelligence development technologies]. *Tekhnolohii rozvytku intelektu*. T. 3. № 3(24). [in Ukrainian].
4. Urkaiev V. S. (2021). Psykhokorektsiia ihrovoi adyktivnoi povedinky v osib rannoho yunatskoho viku [Psychocorrection of gaming addictive behavior in persons of early youth] : dys. ... k-ta psykh. nauk : 19.00.04 / Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka. Kyiv. [in Ukrainian].
5. Shebanova V. I. (2017). Psykholohiia kharchovoi povedinky [Psychology of eating behavior] : dys. ... d-ra psykh. nauk : 19.00.01 / *Kyivskiy Natsionalnyi universytet imeni Tarasa Shevchenka*. Kyiv. [in Ukrainian].
6. Shnaider O. V. (2014). Psykhologichni osoblyvosti emotsiinoho vyhorannia pratsivnykiv sfery informatsiinykh tekhnolohii [Psychological features of emotional burnout of workers in the field of information technologies]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia»*. Seriia «Psykholohiia i pedahohika», 26, 144–148. [in Ukrainian].
7. Bach M., Bach D., Bohmer F., Nutzinger D. (1994). Alexithymia and somatization Relationship to LSM-III-R Diagnoses. *Journal of Psychosomatic research.*, 38, 6, 150–152.
8. Bonnaire C., Bungener C., Varescon I. (2013). Alexithymia and Gambling: A Risk Factor for All Gamblers? *Journal of Gambling Studies*, 29(1), 83-96. DOI:10.1007/s10899-012-9297-x.
9. Bonnaire C., Barrault S., Aïte A., Cassotti M. (2017). Relationship between pathological gambling, alexithymia, and gambling type: Gambling, Alexithymia, and Gambling Type. *American Journal on Addictions*, 26(2). DOI: 10.1111/ajad.12506.
10. Bonnaire C., Bungener C., Varescon I. (2009). Pathological gambling and sensation seeking—How do gamblers playing games of chance in cafés differ from those who bet on horses at the racetrack? *Addiction Research and Theory*, 14(6), 619–629. DOI:10.1080/16066350600964296.
11. Breyer J. L., Botzet A. M., Winters K. C. (2009). Young adult gambling behaviors and their relationship with the persistence of ADHD. *Journal of gambling studies.*, 25, 227-238.
12. Di Trani M., Renzi A., Vari C., Zavattini G. C., Solano L. (2017). Gambling Disorder and Affect Regulation: The Role of Alexithymia and Attachment Style. *Journal of Gambling Studies*, 33(2), 649-659. DOI: 10.1007/s10899-016-9637-3. PMID: 27553207.
13. Lumley M. A., Roby K. J. (1995). Alexithymia and pathological gambling. *Psychother Psychosom.*, 63(3-4), 201–206. DOI: 10.1159/000288960.
14. Maniaci G. et al. (2015). Psychodiagnostic Assessment of Pathological Gamblers: A Focus on Personality Disorders, Clinical Syndromes and Alexithymia. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 13(6). DOI:10.1007/s11469-015-9550-5
15. Parker J. D., Wood L. M., Bond B. J., Shaughnessy P. (2005). Alexithymia in young adulthood: a risk factor for pathological gambling. *Psychother Psychosom*, 74(1), 51–55. DOI: 10.1159/000082027.
16. Toneatto T, Lecce J., Bagby M. (2009). Alexithymia and pathological gambling. *Journal of Addictive Diseases*, 28(3), 193–198. DOI: 10.1080/10550880903014775.