



УДК 159.923

[https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-8\(62\)-1471-1482](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-8(62)-1471-1482)

Міщиха Лариса Петрівна доктор психологічних наук, професор кафедри загальної психології, Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, м. Івано-Франківськ, <https://orcid.org/0000-0001-7144-3245>

Лещинська Олена Альбертівна доктор психологічних наук, професор кафедри клінічної та реабілітаційної психології, Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, м. Івано-Франківськ, <https://orcid.org/0000-0003-1882-4174>

Климишин Ольга Іванівна доктор психологічних наук, професор кафедри психології розвитку, Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, м. Івано-Франківськ, <https://orcid.org/0000-0002-2618-427X>

Матейко Наталія Михайлівна кандидат психологічних наук, доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології, Карпатський національний університет імені Василя Стефаника, м. Івано-Франківськ, <https://orcid.org/0000-0002-1807-9939>

ДУХОВНО-ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ ВИТОКИ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. У статті порушується проблема адиктивної поведінки особистості в контексті духовно-екзистенційного підходу. Цей підхід дає змогу осмислювати залежність як багатовимірне явище, що розкривається не лише у вимірах біологічного та соціального буття людини, а й у її духовному вимірі, де психологічний зміст феномену адикції розглядається як симптом деформації духовної природи людини. Відтак автори вважають, що духовно-екзистенційні чинники адиктивної поведінки особистості тісно пов'язані з пережитим в дитинстві психологічним насильством, досвідом депривації, з дефіцитом любові та прийняття (через відсутність задоволення базових потреб дитинства і наступних етапів онтогенезу); аперсональну поведінку (втрата контакту з власним «Я»); втрату сенсу життя (екзистенційний вакуум); духовну кризу (руйнування свободи як онтичної властивості людини, нівелювання власної суб'єктності із заміною на об'єкт впливу, моральний релятивізм, почуттєва атрофія, нездатність конструктивно виражати і проживати власні емоції; десакраменталізація); розрив з вищими цінностями (Вищим «Я»). Все це



проявляється апатією, депресією та схильністю людини до залежностей, спробою втечі від тривоги та порожнечі шляхом пріоритету вибору тимчасових сурогатів задоволення (хімічні: наркотики, алкоголь) та нехімічні види залежностей (психологічні, поведінкові), спробою заповнити екзистенційний вакуум.

Наголошується, що розкриття глибинних витоків залежності відкриває перспективу зцілення не шляхом ілюзорних компенсаторів чи втечі, а через повернення до смислу, духовної практики, відповідальності та відновлення цілісності «Я». Такий підхід не лише наближає людину до справжньої внутрішньої свободи й гармонії, але й підтверджує необхідність духовної терапії як невід'ємної складової реабілітаційного процесу. Зроблено висновок, що допомога адиктивним особам має виходити за межі подолання деструктивної поведінки і передбачати глибинну переорієнтацію життєвих смислів, відновлення автентичності та духовної цілісності особистості.

Ключові слова: адикція, адиктивна поведінка, адикт, самосвідомість, саморегуляція, духовно-екзистенційні чинники, духовна криза, екзистенційний вакуум, сенс життя, цінності.

Mishchykha Larysa Petryvna Doctor of Psychological Sciences, Professor, Department of General Psychology, Vasyl Stefanyk Carpathian National University, Ivano-Frankivsk, <https://orcid.org/0000-0001-7144-3245>

Leshchynska Olena Albertivna Doctor of Psychological Sciences, Professor, Department of Clinical and Rehabilitation Psychology, Vasyl Stefanyk Carpathian National University, Ivano-Frankivsk, <https://orcid.org/000-0003-1882-4174>

Klymyshyn Olha Ivanivna Doctor of Psychological Sciences, Professor, Department of Developmental Psychology, Vasyl Stefanyk Carpathian National University, Ivano-Frankivsk, <https://orcid.org/0000-0002-2618-427X>

Mateiko Nataliia Mykhailivna PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Clinical and Rehabilitation Psychology, Vasyl Stefanyk Carpathian National University, Ivano-Frankivsk, <https://orcid.org/0000-0002-1807-9939>

SPIRITUAL AND EXISTENTIAL SOURCES OF ADDICTIVE BEHAVIOR OF THE INDIVIDUAL

Abstract. The article addresses the issue of addictive behavior of the individual in the context of a spiritual-existential approach. This approach makes it possible to conceptualize addiction as a multidimensional phenomenon, manifested not only



within the biological and social dimensions of human existence but also within its spiritual dimension, where the psychological essence of addiction is viewed as a symptom of the deformation of human spiritual nature. The authors argue that the spiritual-existential factors of addictive behavior are closely related to childhood experiences of psychological violence, deprivation, a lack of love and acceptance, frustration of interactive needs, impersonal behavior (loss of contact with the Self), loss of meaning in life (existential vacuum), spiritual crisis (the destruction of freedom as an ontic property of the human being, the erosion of subjectivity with its replacement by objectification, moral relativism, affective atrophy, inability to constructively express and live through emotions, desacralization), and estrangement from higher values (the Higher Self). All these factors manifest in apathy, depression, and a person's inclination toward addictions, expressed as attempts to escape anxiety and inner emptiness through temporary surrogates of satisfaction, such as chemical (drugs, alcohol) and non-chemical (psychological, behavioral) forms of dependence, as a means of filling the existential vacuum.

It is emphasized that uncovering the deep roots of addiction opens the possibility of healing not through illusory compensators or escape, but through the return to meaning, spiritual practice, responsibility, and the restoration of Self-integrity. Such an approach not only brings the individual closer to genuine inner freedom and harmony but also confirms the necessity of spiritual-existential therapy as an integral component of the rehabilitation process. It is concluded that assistance to addicted individuals should extend beyond the mere overcoming of destructive behavior and include a profound reorientation of life meanings, the restoration of authenticity, and the spiritual integrity of the personality.

Keywords: addiction, addictive behavior, addict, self-awareness, self-regulation, spiritual-existential factors, spiritual crisis, existential vacuum, meaning of life, values, basic needs.

Постановка проблеми. Проблема адиктивної поведінки у ХХІ столітті набуває характеру глобальної соціально-психологічної кризи. Різні форми залежностей – від алкоголізму та наркоманії до ігроманії й цифрових адикцій – стають поширеним способом уникнення реальності. Традиційні підходи, зосереджені переважно на біологічних, соціальних чи поведінкових чинниках, не завжди дають змогу повністю досягнути природу виникнення залежності та визначити ефективні шляхи її подолання.

Духовно-екзистенційний підхід пропонує ширший контекст аналізу, дозволяючи інтерпретувати адикцію як відповідь на внутрішню порожнечу, втрату сенсу, аперсоналізацію та кризу цінностей. У цьому ракурсі залежність постає не лише як соціально-психологічний феномен, але й як прояв духовно-екзистенційної кризи, у центрі якої опиняються проблеми сенсу життя,



ідентичності та цілей існування. Йдеться про особистісне ядро – внутрішній стрижень індивіда як суб'єкта життєтворення, його світогляд, систему цінностей, рівень самосвідомості, моральні імперативи й переконання, що становлять каркас взаємодії як із собою, так і з навколишнім світом. Руйнування чи деформація цих структур призводять до втрати або спотворення моральних, етичних та духовних орієнтирів, а також до деформації образу «Я» і, відповідно, індивідуальної картини світу.

Усвідомлення цієї проблеми та її актуальності визначає пріоритетність обраної нами теми дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Значний внесок у розуміння природи адиктивної поведінки внесли М. Є. Жидко, А.С. Кочарян, О.А. Лещинська, М. Ю. Максимова, В.Д. Менделевич, Л.П. Міщиха, В.Ф. Моргун, Т.П. Мостова, К.Д. Седих, Д. Ю. Старков та ін. Проблема екзистенційних чинників адиктивної поведінки знайшла відображення у працях В.Франкла, Р.Мея, І.Ялома та ін., духовних чинників залежностей з позицій християнсько-орієнтованого підходу – у дослідженнях О. І. Климишин, Н. М. Матейко, М. В. Савчина та ін.

Відтак спробуємо систематизувати напрацювання духовної (християнсько орієнтованої) та екзистенційної психології у контексті проблеми виявлення витоків адиктивної поведінки особистості шляхом інтеграції зазначених підходів та авторської рефлексії.

Мета статті – розкрити глибинні причини адиктивної поведінки, пов'язані з внутрішнім духовним і смисложиттєвим виміром особистості.

Виклад основного матеріалу. Адикція є комплексним феноменом, що включає в себе системну взаємодію між біологічними факторами, генетикою, соціальним впливом, індивідуальним життєвим досвідом, включаючи досвід дитинства та вільним вибором людини [7, с.33]. Сучасна наука виділяє дві основні групи залежностей: хімічні (психоактивні речовини) та нехімічні (емоційні, поведінкові). Що стосується узалежнень від психоактивних речовин, то «основними психопатологічними ознаками адикцій є явні негативні наслідки вживання (в біологічній, соціальній та психологічній сфері), потяг до вживання та/ або втрата контролю над вживанням, (пост-) абстинентні стани/гіперкатіфея (включаючи гострий та протрагований абстинентний синдром, адиктивну депресію та ангедонію).

Основними патопсихологічними ознаками адикцій є:

- 1) прагнення до стану зміненої свідомості;
- 2) суб'єктивна надцінність адиктивної поведінки;
- 3) особистісна десоціалізація [7, с.34].

До нехімічних залежностей відносять комп'ютерну, сексуальну, релігійну (культову) залежність, залежність від азартних ігор, трудового шопоголізму та



інші форми поведінкових адикцій. Спільною рисою обох груп є наявність стійких причинно-наслідкових зв'язків, які лежать в основі формування залежності як явища.

Ми розглядаємо індивідуальність як біопсихосоціальний феномен, що охоплює всі її складові – людину, організм, індивіда та особистість. Кожна з цих складових має право на дослідження феномену залежності крізь призму біологічної, психологічної, соціальної та духовної природи людини. Особливу увагу зосередимо на духовному вимірі буття індивідуальності, який у своїй потенційності інтегрує всі зазначені рівні.

О. А. Лещинська під адиктивним потенціалом вбачає специфічні індивідуальні передумови адиктивної самореалізації, які найчастіше розвиваються на основі деформації особистісного досвіду, психофізіологічних дефектів, невирішених адаптаційних, емоційних та характерологічних проблем. І далі уточнює: «Зазвичай адиктивний потенціал особистості формується в результаті фрустрації провідних, найбільш значущих потреб певного вікового періоду (потреба у безпеці для дитячого віку, у соціальній взаємодії особистості – для підліткового, у самовизначенні – для юнацького)» [4, с.92]. В той час відмічає, що «порушення, пов'язані з неналежним задоволенням духовних потреб людини (ціннісно-смилова сфера), в юнацькому віці можуть бути найбільш травматичними з погляду формування особистості» [Там само, с.91].

Під духовністю розуміється «складна динамічна система смислових утворень особистості, репрезентованої етичним, естетичним, інтелектуальним та екзистенційним змістами процесів відображення і конструювання дійсності [1, с.217].

О. І. Климишин, з позиції християнсько-орієнтованого підходу, де головним постулатом виступає твердження, за яким людина є комплементарною єдністю тіла-душі-духа, психологічний зміст феномену адикції розглядає як симптом деформації духовної природи людини [1; 2]. Духовність є стрижнем саморозвитку, самоактуалізації творчого потенціалу особистості, а її становлення, передбачає формування моральної рефлексії, усвідомлення суб'єктом не лише свободи здійснення вчинків, але й духовної відповідальності за них. Духовність є вищим рівнем усвідомленості, оскільки усвідомлена людина розуміє життя не через призму перешкод, труднощів, а через призму життєвих уроків та завдань, які повстають перед нею на кожному етапі онтогенезу, де вона здійснює вибори, приймає рішення, отримує результат, який сприймає як безцінний досвід у подальшому конструюванні власних життєвих стратегій [6, с.19]. У міру того, як особистість формується й зростає, перед нею розкривається вимір духовності. Суть цього способу існування полягає у виході за межі ієрархії вузькоособистих потреб у простір, орієнтирами самовизначення в якому є широкий спектр загальнолюдських і трансцендентних духовних цінностей, що допускають альтернативність – можливість вибору [2, с.9].



Розглянемо духовно-екзистенційні витoki адиктивної поведінки особистості.

1. Пережите в дитинстві психологічне насильство, досвід депривації [3, с.75].

Це стає основою здатності особистості до адиктивної поведінки. І ті вибори, які людина здійснює, як і її емоційні стосунки, в яких вона перебувала на етапі дитинства (травмівні ситуації, насильства, такі як інцест чи побиття) і якщо ситуація тиску була постійною, то в результаті сформувала «особливу особистісну структуру, яка характеризується дифузною ідентичністю, полезахисним когнітивним стилем, залежністю самооцінки від оцінок значущих «інших» [Там само, с.75]. «Сформований таким батьківським «виховним впливом» образ жертви легко в майбутньому може потрапляти під різнобічні впливи так званих «авторитетів», бо внутрішній стержень власного «Я» не розвинений, «внутрішня опора» відсутня. Тут має місце і зловживання батьківськими ролями, і стиль батьківського виховання, з одного боку, холодність, відмежованість у стосунках, з іншого – гіперопіка, що позбавляє особистість самостійності, свободи і права на помилку для особистісного росту і можливість отримання досвіду, необхідного на наступних гілках онтогенезу.

2. Дефіцит любові та прийняття, фрустрація інтерактивних потреб особистості.

Виникає через відсутність задоволення базових потреб дитинства, серед яких є потреба у приналежності та любові (прийнятті, близькості, надійному зв'язку), можливості вільно виражати свої емоції та потреби та ін. Діти, які не отримують достатньо емоційної підтримки та уваги, можуть стикатися з проблемами у формуванні самооцінки та самоповаги. Відсутність любові та турботи може призвести до труднощів у встановленні емоційних зв'язків у дорослому віці, викликати тривожність та депресію. Такі діти часто виростають із почуттям неповноцінності, що впливає на їхні соціальні навички та здатність досягати успіхів у різних сферах життя.

Відсутність досвіду безумовної любові в дитинстві чи дорослому житті, невміння виражати свої потреби, емоційні стани приводять до намагання «заглушити» емоційний біль, самотність, нерозуміння з боку інших. Зароджується потреба компенсувати цю «порожнечу» різними об'єктами адикції. «Людська деструктивність – це наслідок нереалізованого життя, неможливості бути собою, нездатності любити» [11, с. 248]. На думку Е. Фромма, потреба у деструктивності є наслідком порушення гармонійного зв'язку між індивідом і світом, що стає вже компенсаторною реакцією на фрустрацію базових потреб в любові, повазі, свободі, сенсі. «Мотиваційною базою психологічної залежності виступають фрустрації інтерактивних потреб особистості. Наявність компенсаторних атрибутів у процесі задоволення інтерактивних потреб у колі значущого



спілкування призводить до спотворення емоційно-вольової сфери людини, внаслідок чого може виникнути залежність будь-якого типу» [3, с.77].

3. Аперсональна поведінка.

З позиції екзистенційно-аналітичної теорії адикція може бути результатом аперсоналізації, коли особистість втрачає контакт із власним «Я», відчуттям власної унікальності, цілісності та особистісної значущості. У центрі уваги – недостатня роль духовно-персонального виміру в особистісному розвитку[10]. Відтак людина сприймає себе не як суб'єкта власної життєдіяльності, а як об'єкт впливу зовнішніх факторів, різного роду випадковостей, ситуацій, що породжує місце відчуття внутрішньої опустошеності, формує ставлення до себе як жертви обставин, прагнення втекти від реального «Я».

Втрата відчуття індивідуальності, як і автентичної ідентичності, породжує відчуження від себе, пасивність у сприйнятті себе як активного творця життя, спонукає до пошуку нової «маски» через адикцію як спосіб самовираження або захисту. У такому стані зовнішні стимулятори сприймаються як швидкий спосіб отримати хоча б тимчасове відчуття повноти життя [Там само], має місце механізм «втечі від себе» – занурення у світ ілюзій (інші реальності, на кшталт: ігри, віртуальний світ тощо), як і зовнішнє підтвердження власної значущості (залежність від думки інших, культ статусу, іміджу).

4. Втрата сенсу життя (екзистенційний вакуум) (В. Франкл).

В екзистенційній психології сенс життя розглядається як фундаментальна внутрішня структура, що забезпечує цілісність особистості та здатність витримувати труднощі, розуміння того, що власне життя має цінність.

Втрата сенсу – це стан, коли попередні цінності та цілі перестають підтримувати відчуття власної значущості, перестають надихати і мотивувати і на їх місце не приходять нові. З'являється відчуття того, що не має заради чого жити, позаяк людина автоматично щось робить, без розуміння для чого.

В. Франкл називав втрату сенсу життя екзистенційним вакуумом – внутрішньою порожнечою, що проявляється апатією, депресією та схильністю до залежностей або компульсивної активності [9]. Він підкреслював, що без відчуття сенсу страждання сприймається як непосильне і безглузде. **Екзистенційна тривога дає глибоке занепокоєння, пов'язане з усвідомленням власної смертності, обмеженості часу, відповідальності за свій вибір.** Адикція часто є спробою втечі від тривоги та порожнечі. Вона виконує роль «псевдо-опори», замінюючи втрачений контакт із власним «Я». Е. Фромм писав, що люди схильні тікати від свободи й тривоги в залежності, підпорядкування або конформізм, щоб уникнути болісної невизначеності[12].

Р. Мей вбачав втрату сенсу як наслідок втрати автентичності, де на перший план власного буття виступають не власне бачення, сформоване на основі внутрішньої картини світу зі своїми глибинними цінностями, а диктат



зовнішнього. І людина живе не своїм життям, а нав'язаним ззовні. Р.Мей тут підкреслює, що найбільша загроза особистісній автентичності полягає не в самому страху, а в бездумному підлаштуванні під масові стандарти [13], що породжує відчуженість від себе та неможливість створювати власний життєвий шлях.

І.Ялом відносив безсенсовність до чотирьох базових екзистенційних даностей (разом зі смертю, свободою та ізоляцією). Він стверджував, що життя не має притаманного йому сенсу, людина сама повинна цей сенс створити. І.Ялом цим підкреслює активну відповідальність людини за наповнення власного існування значенням [14]. Відтак подолання кризи сенсу вбачав в активній життєтворчості і прийнятті власної відповідальності. Втрата сенсу в екзистенційній психології прямо пов'язана з ризиком адикцій: людина, що відчуває внутрішню пустку, шукає швидких заміників задоволення – алкоголю, наркотиків, азартних ігор або компульсивної поведінки. Звідси адикцію можна означити як «пристрасть» або «одержимість», які відображають внутрішню деструкцію душевного життя. Будь-яке бажання (тілесне, духовне, соціальне, культурне) людина може перетворити в пристрасть, навіть і саму релігійну віру можна довести до пристрасті, прикладом чого є релігійний фанатизм [5, с.4]. Це спроба «заглушити» екзистенційний вакуум, але без роботи над відновленням сенсу проблема не зникає. І як наслідок – виникає внутрішня духовна порожнеча, породжена втратою відчуття сенсу життя, нездатністю знайти глибинну мету та цінності, які виходять за межі матеріального, відсутністю досвіду справжнього внутрішнього миру та радості, внутрішнього задоволення та єдності із собою.

5. Духовна криза.

Духовна криза – це не лише втрата релігійних переконань, а глибше явище, що включає відсутність сенсу, ціннісну дезорієнтацію, розрив із власними глибинними потребами. Залежність у цьому випадку виступає як сурогат, що заповнює цю пустку. До ознак духовної кризи О. І. Климишин відносить [2, с.9]: руйнування свободи як онтичної властивості людини; нівелювання власної суб'єктності; моральний релятивізм; почуттєва «атрофія»; десакраменталізація. Розглянемо прояви цих ознак.

Перш за все, свобода є апіорною духовною даністю людини, суть якої полягає в тому, щоб стати особистістю і припинити жити у відповідності із зовнішніми принципами, щоб здійснювати трансценденцію, виходячи таким чином за межі себе, щоб вибирати себе, бути самим собою й нести відповідальність за свій вибір. Людина, яка втрачає здатність регулювати свою активність із середини, стає все більш беззахисним об'єктом маніпуляції і навіть суб'єктивно починає тяжіти до статусу підлеглої, підпорядкованої волі іншого, який уособлює силу і владу [2, с.9-10]. Позаяк духовний стан свободи досягається в процесі духовного розвитку особистості і характеризується



високим рівнем самосвідомості, а значить готовністю здійснювати вибори, «здатністю оволодіти цією свободою, визначати певні рамки власної свободи, за які особистість не виходитиме» [Там само, с.10]. Адикція тут вступає в суперечність принципу свободи, позаяк людину робить рабом, прив'язуючи її максимально увагу до своїх об'єктів, пропонує «швидкий» та «легкий» спосіб отримання задоволення, без затрат когнітивних та афективних ресурсів. Внаслідок чого людина ізолюється від навколишнього світу, замикається в собі, вибирає односторонній спосіб виживання – відхід від проблем [3, с.57]. Натомість «предметом її уваги стають конкретні емоційні потреби, ейфоричні переживання, які вона намагається задовільнити та пережити вживанням психоактивних речовин або ж надмірної фіксації на окремих видах діяльності» [2, с.11]. Коли ж мовиться про нівелювання власної суб'єктності, то мається на увазі десуб'єктивацію людини в умовах втрати «критеріальної моделі ідентифікації вчинкової активності» (В.О. Татенко), що веде до формування об'єктної орієнтації соціальних взаємин, що позбавляє людину можливостей ініціювання вчинкового способу реалізації своєї сутності.

В умовах розвитку адикції людина поступово нівелює власну суб'єктність та, певною мірою, у функціональному відношенні перетворюється в об'єкт впливу, узалежнений та закріпачений [2, с.11]. Щодо морального релятивізму, то перш за все, йдеться про тотальне руйнування параметрів масової свідомості, де має місце втрата особистісної позиції щодо індивідуальної відповідальності за ті моральні імперативи, які вона сповідує і реалізовує. Почуттєва «атрофія» (Р.Трач), яка має місце в «адиктивній драмі» полягає у нездатності людини емоційно проживати життя через дотик з прекрасним, невміння виражати свої емоції, нехтування емоційними переживаннями інших людей, невміння любити, бути емпатійним у спілкуванні (це те що означили вище як дефіцит любові і прийняття). Відтак замість готовності до відкритих продуктивних стосунків у адикта росте напруга, в очікуванні тотальної небезпеки і загрози. Звідси всі дії спрямовані на уникнення напруги і болю. З почуттєвою атрофією пов'язана і деформація виміру вартості власної особи та особи іншої людини, яку можна назвати десакраменталізацією. Суть останньої полягає в знеціненні честі і гідності особи (В.В.Рибалка) (Цит.за:[2, с.12-13]), співзвучно тому, що озвучено нами вище як аперсональна поведінка.

6. Відчуженість від вищого «Я» або духовної опори – розрив зв'язку з вірою, традиціями, внутрішнім світом. Це по суті розрив з вищими цінностями. Людина, «породжена» іманентно у своєму існуванні Творцем, апіорі не може остаточно розірвати зв'язок із власною духовною опорою. У випадку втрати цього відчуття вона переживає стан відчуженості від вищого «Я». Саме тоді, стикаючись із першими труднощами, вона піддається спокусі «легкого виходу» – забуття чи гіперкомпенсації. Однак такий шлях не розв'язує проблеми:



екзистенція постійно нагадує про себе, і коло дій замикається в ілюзії подолання турбот та страждань, насправді лише подвоюючи їх і наближаючи до критичної межі, за якою постає омана існування. Втрата або ігнорування духовних і моральних принципів веде до пріоритету вибору миттєвого задоволення замість тривалого духовного зростання. У цьому процесі відбувається загальна ціннісна перебудова особистості, розвивається адиктивна система цінностей. Домінуючим мотивом стає пошук адиктивного об'єкту, що задовольняє потребу, яка заміщує справжню. Володіння таким об'єктом тимчасово послаблює напругу, але згодом вона знову повертається. Смилова сфера особистості перебудовується відповідно до цього провідного адиктивного мотиву. Об'єкт узалежнення включається в структуру Я-концепції як самостійний внутрішній образ, і потім впливає на поведінку адикта [7, с.18]. На цьому шляху в адикта може з'явитися бунт проти духовної дисципліни, як і духовна дезорієнтація, що ведуть до несприйняття авторитетів, у тому числі духовних, відмова від молитви, медитації чи інших практик, які вимагають самоконтролю, прагнення жити «за власними правилами» без відповідальності, підміна духовності окультними або псевдодуховними практиками, які не дають істинного зцілення, хибне уявлення про свободу як відсутність будь-яких обмежень. М. В. Савчин зазначає, «коли душа (психіка) людини відірвана від духу, тоді вона черпає сили (одержує задоволення) від тіла, виснажуючи його (наркоманія, алкоголізм, проституція, культуризм тощо) чи від соціуму (породжує конфлікти, маніпулювання іншими людьми, експлуатація їх), отримуючи від цього егоїстичне задоволення, що швидко минає, приносячи тривогу, сум, невпевненість, утрату сенсу життя. На такому шляху людина руйнує свою душевну рівновагу» [8, с.18].

З огляду на змістову й функціональну пріоритетність духовного начала в інтегральній єдності біологічної, соціальної та духовної природи людини, можемо висунути припущення, що саме деформація духовності є першопричиною розвитку адиктивної поведінки. Духовність у своїй сутності унеможливорює залежність, надає людині здатність піднятися над обмеженнями біологічного й соціального вимірів.

Сьогодні проблема розвитку духовності кожної особистості, передусім у сім'ї, постає як єдиний реалістичний шлях збереження та подальшого розвитку людства. Лише справжнє втілення духовних цінностей, утвердження духовних пріоритетів на всіх рівнях життєдіяльності людини уможливорює її стати творцем власного життя.

Висновки.

Таким чином, духовно-екзистенційні витoki адиктивної поведінки здебільшого пов'язані з екзистенційним пошуком сенсу життя, переживанням внутрішньої порожнечі та браком ціннісно-духовних орієнтирів. У таких умовах залежність може виступати формою психологічного захисту – способом



уникнення реальності, спробою компенсувати дефіцит емоційної наповненості чи отримати тимчасове полегшення від екзистенційних страждань.

Духовно-екзистенційні витоки адиктивної поведінки – це простір внутрішньої тривоги й втрати смислу, де залежність постає як симптом духовного виснаження, розщеплення цілісності та руйнування життєвого наративу, зниження самосвідомості. Вона свідчить про розрив зв'язку з власним «Я», зі світом і з трансцендентним виміром. Усвідомлення цих глибинних причин відкриває шлях до зцілення не через тимчасові заміники чи втечу, а через відновлення смислу, духовну практику, відповідальність й інтеграцію особистості. Саме такий підхід дозволяє досягти справжнього визволення й віднайти цілісність буття і обґрунтовує доцільність духовної терапії як складової реабілітаційної роботи.

Подальші наукові розвідки доцільно спрямувати на **розроблення та наукове обґрунтування комплексної програми психологічної реабілітації, профілактики та психокорекції осіб із залежною поведінкою**, що ґрунтується на засадах **духовно-екзистенційного підходу**.

Така програма має інтегрувати сучасні досягнення психології залежностей, духовної та екзистенційної психології, що дозволить забезпечити не лише усунення деструктивних форм поведінки, але й формування цілісного, життєздатного та відповідального суб'єкта.

Література

1. Климишин О. І. *Психологія духовності особистості: християнсько-орієнтований підхід*: монографія. Івано-Франківськ: Гостинець, 2010. 440 с.
2. Климишин О. І. *Духовна терапія адиктивних осіб: християнсько-орієнтований підхід*: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: Гостинець, 2012. 121 с.
3. Лециньська О. А. *Особистість у лабіринтах автономності та залежності*: вибр. твори: монографія. Івано-Франківськ: Симфонія форте, 2021. 148 с.
4. Лециньська О. А. *Феноменологія психологічної залежності в деструктивних культах релігійного типу*: монографія. Івано-Франківськ: Симфонія форте, 2019. 216 с.
5. Матейко Н. М. Першопричини адиктивної поведінки особистості з позицій духовної психотерапії. *Збірник наукових праць: психологія*. 2016. Вип. 21. С. 59–65. Режим доступу: <https://journals.pnu.edu.ua/index.php/psp/article/view/3236>
6. Міщиха Л. П. Самоусвідомлення як психологічний феномен. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2025. Вип. 1. С. 17–22. Режим доступу: <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/373/440>
7. *Організація соціально-психологічної реабілітації uzалежнених осіб*: наук.-метод. посіб. / за ред. Старкова Д. Ю., Максимової Н. Ю. Київ: 7БЦ, 2023. 680 с.
8. Савчин М. В. Християнський ідеал духовно розвиненої людини. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2010. Т. XII, ч. 3. С. 340–347.
9. Франкл В. *Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі*. Харків: Клуб «Сімейного Дозвілля», 2019. 159 с.



10. Халанський В. В. Адиктивна поведінка як результат аперсоналізації в екзистенційно-аналітичній теорії А. Ленгле. Режим доступу: <https://surl.lu/vwgzu0>
11. Fromm E. *The Anatomy of Human Destructiveness*. Kindle Edition, 1973. 527 p.
12. Fromm E. *Escape from Freedom*. New York: Farrar & Rinehart, 1941. 204 p.
13. May R. *Love and Will*. New York: W. W. Norton & Company, 1969. 486 p.
14. Yalom I. D. *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books, 1980. 524 p.

References

1. Klymyshyn, O. I. (2010). *Psykhologhiia dukhovnosti osobystosti: Khrystyiansko-oriietovanyi pidkhd* [Psychology of personality's spirituality: Christian-oriented approach]. Ivano-Frankivsk: Hostynets.
2. Klymyshyn, O. I. (2012). *Dukhovna terapiia adyktivnykh osib: Khrystyiansko-oriietovanyi pidkhd* [Spiritual therapy of addicted persons: Christian-oriented approach]. Ivano-Frankivsk: Hostynets.
3. Leshchynska, O. A. (2021). *Osobystist u labiryntakh avtonomnosti ta zalezhnosti* [Personality in the labyrinths of autonomy and dependence]. Ivano-Frankivsk: Symfoniia forte.
4. Leshchynska, O. A. (2019). *Fenomenologhiia psykhologichnoi zalezhnosti v destruktivnykh kultakh relihiinoho typu* [Phenomenology of psychological dependence in destructive religious cults]. Ivano-Frankivsk: Symfoniia forte.
5. Mateiko, N. M. (2016). Pershoprychyny adyktivnoi povedinky osobystosti z pozytsii dukhovnoi psykhoterapii [Primary causes of addictive behavior from the perspective of spiritual psychotherapy]. *Zbirnyk naukovykh prats: Psykhologhiia*, (21), 59–65. <https://journals.pnu.edu.ua/index.php/psp/article/view/3236>
6. Mishchukha, L. P. (2025). Samousvidomlennia yak psykhologichniy fenomen [Self-awareness as a psychological phenomenon]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykhologhiia*, (1), 17–22. <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/373/440>
7. Starkov, D. Yu., & Maksymova, N. Yu. (Eds.). (2023). *Orhanizatsiia sotsialno-psykhologichnoi reabilitatsii uzaleznykh osib* [Organization of socio-psychological rehabilitation of addicted persons]. Kyiv: 7BC.
8. Savchyn, M. V. (2010). Khrystyianskyi ideal dukhovno rozvynenoi liudyny [The Christian ideal of a spiritually developed person]. *Problemy zahalnoi ta pedahogichnoi psykhologii*, XII(3), 340–347.
9. Frankl, V. (2019). *Liudyna v poshukakh spravzhnogo sensu. Psykholog u kontstabori* [Man's search for meaning]. Kharkiv: Klub Simeinoho Dozvillia.
10. Khalanskyi, V. V. (n.d.). Adyktivna povedinka yak rezultat apersonalizatsii v ekzystentsiino-analitychnii teorii A. Lengle [Addictive behavior as a result of apersonalization in A. Längle's existential-analytical theory]. <https://surl.lu/vwgzu0>
11. Fromm, E. (1973). *The anatomy of human destructiveness*. Kindle Edition.
12. Fromm, E. (1941). *Escape from freedom*. New York: Farrar & Rinehart.
13. May, R. (1969). *Love and will*. New York: W. W. Norton & Company.
14. Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.