

УДК 159.9.305

DOI: https://doi.org/10.31521/modecon.V43(2024)-05

**Замкова І. В.**, доктор економічних наук, професор, професор кафедри обліку і оподаткування, Миколаївський національний аграрний університет, м. Миколаїв, Україна

**ORCID:** 0000-0001-5172-3821

**e-mail:** iryna\_zamkova@meta.ua

**Хозяшев О. О.**, здобувач вищої освіти обліково-фінансового факультету, Миколаївський національний аграрний університет, м. Миколаїв, Україна

**ORCID:** 0009-0003-1425-3500

**e-mail:** oleksiikhoziashev@gmail.com

### **Формування адреналінової залежності мешканців прифронтових територій: гендерний вектор**

**Анотація.** Здійснено сутнісну характеристику адреналінової залежності як нестандартного психічного прояву поведінки населення прифронтових територій України на травматичні події війни. Досліджено історичний ракурс впливу війни на психологічне здоров'я чоловіків та жінок, що мешкають на прифронтових територіях. Здійснено аналіз та оцінку результатів емпіричного дослідження формування адреналінової залежності мешканців прифронтових територій (на матеріалах м. Миколаїв). Встановлено та узагальнено способи подолання адреналінової залежності.

**Ключові слова:** адреналінова залежність; гендерна ідентичність; війна; травмуючі події.

**Zamkova Iryna**, Doctor of Economics, professor, professor of the department of accounting and taxation, Mykolayiv National Agrarian University, Mykolayiv, Ukraine

**Khoziashev Oleksii**, applicant higher education, Mykolayiv National Agrarian University, Mykolaiv, Ukraine

### **Formation of Adrenaline Dependence Inhabitants of Frontline Territories: Gender Vector**

**Abstract. Introduction.** In wartime, residents of the entire territory of Ukraine feel danger, stress, risk and threat to their lives. This is especially true for civilians who live in the frontline areas, near the combat zone, and are under constant rocket fire and shelling. This provokes such a physiological reaction as the release of adrenaline, which makes the residents of frontline cities addicted to adrenaline, which can significantly affect not only family and work relations, but also the general psychological background of a certain area. This phenomenon has a different individual psycho-emotional color depending on the gender of the individual, but the problems it provokes are equally difficult for the entire society.

**Purpose.** The purpose of the article is to theoretically substantiate the scientific bases of the formation of adrenaline addiction among the residents of the front-line territories of Ukraine, emphasizing the specificity due to belonging to the female or male sex, as well as to develop practical recommendations for overcoming this psychophysiological phenomenon.

**Results.** The essential characterization of adrenaline addiction as a non-standard psychological manifestation of the residents of the frontline territories of Ukraine to the traumatic events of the war was carried out. The historical perspective of the impact of the war on the mental health of men and women living in the frontline areas was studied. Analysis and evaluation of the results of an empirical study on the formation of adrenaline addiction among the residents of the frontline territories (based on the materials of the city of Mykolaiv). Ways of overcoming the adrenaline addiction were determined and summarized.

**Conclusions.** The main goal of Ukrainian society in overcoming adrenaline addiction in a significant number of citizens, first of all, those who were in the zone of active hostilities or in the frontline territories, is to reduce the probability of negative consequences in the form of unreasonable exposure to risks for their personal lives. It is important to organize for this category of people such safe ways of feeling the influx of adrenaline, which allow to feel emotional saturation without increased risk to life. However, it should be remembered that it takes some time to successfully overcome the addiction to adrenaline.

**Keywords:** adrenaline addiction; gender identity; war; traumatizing events.

**JEL Classification:** J16.

**Постановка проблеми.** Війна чинить свій тиск на все, фізично руйнуючи людські долі, та психологічно впливаючи на кожного громадянина України, який живе у стані постійного стресу. Найбільш вразливими до отримання фізіологічних і психічних травм серед цивільних громадян, є мешканці прифронтових територій, які через постійні обстріли, ракетні та

шахедні атаки, до загального стресу переживання війни відчувають на собі такий феномен, як «адреналінові гойдалки», що призводить до адреналінової залежності. Сьогодні мешканці регіонів, що перебували або зараз знаходяться поблизу зони активних бойових дій, є, в тій чи іншій мірі, носіями такої залежності. Вона суттєво впливає не тільки на

<sup>1</sup>Стаття надійшла до редакції: 10.02.2024

Received: 10 February 2024

родинні відносини, робочі стосунки, а й формує загальний психологічний фон певної території. Цей феномен має різне індивідуальне психоемоційне забарвлення в залежності від гендерної приналежності індивіда, але проблеми, які він провокує, однаково складні для всього суспільства.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Особливості й наслідки травмуючих подій, що стали наслідком війни, активно вивчаються дослідниками у сфері психічного здоров'я вже протягом багатьох десятиліть. Їм присвячені наукові праці L. Bierer, K. Erikson, S. Junger, L. Cooper, P. Dewe, A. Lehrner, V. Passarelli. Серед українських науковців питання аналогічної тематики розробляються у дослідженнях В. Луценко, Г. Петренко, І.Франкової, О. Чабан.

Незважаючи на фундаментальність наукових досліджень наведених вище авторів, невирішеними залишаються ряд питань як теоретичного, так і практичного характеру, які можна було б застосувати для розв'язання проблеми з адреналіновою залежністю мешканців прифронтових територій.

**Формулювання цілей дослідження.** Метою статті є теоретичне обґрунтування наукових засад формування адреналінової залежності мешканців прифронтових територій України з виокремленням специфіки, обумовленої приналежністю до жіночої або чоловічої статі, а також розробка практичних рекомендацій подолання цього психофізіологічного явища.

**Основні результати дослідження.** У воєнний час, особливо на передовій, постійно відчувається небезпека, стреси, ризик і загроза життю. Психологи пояснюють, що все це провокує викид адреналіну, який створює адреналінову залежність.

Адреналін – це гормон стресу, який виробляють надниркові залози, коли людина стикається зі стресом. Він вивільняється в кров протягом 2-3 хвилин після стресора або загрози. Біохімічні кореляти підвищеної активації симпатичної нервової системи у цивільних осіб із посттравматичним стресовим розладом включають виведення адреналіну та норадреналіну [1] і зменшення кількості альфа-2 адренергічних рецепторів на поверхні тромбоцитів [2].

Під час підвищеного виділення адреналіну організм може працювати на межі своїх можливостей. Тому його викид у зонах бойових дій та в прифронтових територіях викликає як у військових, так і у мешканців цих регіонів безстрашність. Викид адреналіну зменшує біль, призводить до більшого напруження м'язів. Він загострює зір, слух і всі інші відчуття. Людина перетворюється у такого собі звіра, який намагається вижити. Завдяки цьому досягається відома реакція «Бийся, замри або біжи».

Необхідно зазначити, що адреналінова залежність є ознакою нестандартного психічного прояву. Людина, залежна від бажання відчути сильні емоції під час вибухів, відчуває стійку потребу повернутися в місце обстрілів, у небезпечне місце, а інколи взагалі відмовляється евакуюватися, залишити прикордонні

міста, які потерпають від ураження. Для неї тиша відносно мирного і безпечного життя стає незвичною, нецікавою, дратівною й навіть нестерпною. У пошуках ризику людина виснажує свою психіку, яка не здатна впоратись зі стресом протягом занадто довгого часу [3].

Наслідки від недостатності адреналіну є доволі характерними – організм стає млявим, сонним, втомленим. Люди, після адреналінового сплеску, також можуть різко або негативно реагувати на прості речі після пережитого.

Розумна кількість адреналіну корисна, тому що вона тримає нас пильними та допомагає зосередитися під час стресових ситуацій. Але коли стресові ситуації відбуваються рідко, це одне питання. Коли стресові ситуації відбуваються щоденно, у людини формується такий феномен, як адреналінова залежність. Мешканці прифронтових територій можуть стати залежними від адреналіну, тому що їхній фізіологічний поріг збудження сильно змінюється під впливом, як правило, серійної, надзвичайної небезпеки. І людський організм буде вимагає, щоб ця адреналінова залежність так чи інакше, з певною періодичністю в нього з'являлася. Жити абсолютно нормальним життям після подібних травмуючих подій, що викликали таку залежність, такі люди вже не можуть. Це просто факт того, що відбувається зараз на територіях, які перебували в окупації, знаходились поруч зони активних бойових дій та/або є прифронтовими територіями.

Основними ознаками наявності адреналінової залежності є:

- людина відчуває сильний потяг до діяльності, що несе великий ризик;
- якщо вона не бере участь у такій діяльності, то відчуває розчарування, апатію, занепокоєння;
- людина втрачає інтерес до інших видів діяльності;
- продовжує йти на ризик навіть попри негативні наслідки попереднього досвіду – наприклад, травми;
- стає дедалі залежнішою від ризикової діяльності, збільшуючи свій досвід.

Дехто намагається викликати симптоми деструктивною поведінкою, наприклад: ризикованим водінням автомобіля; дрібними крадіжками; навмисним пошкодженням чужого майна; навмисною провокацією сварок; свідомим маніпулюванням людьми або відкладанням роботи на останню мить, щоб дороблювати все в стресі – це так само є ознакою залежності від адреналіну. Також деякі залежні можуть зловживати алкоголем та наркотичними речовинами, почати палити.

Але діяльність, що викликає у нас приплив адреналіну, не обов'язково має бути небезпечною для життя. Не варто сприймати адреналін ні погано, ні добре. «Це природні відчуття людини відповідно до умов, у яких вона живе», – каже Іванна Ковальчук [4].

Доведено достатньою кількістю наукових клінічних досліджень, що людина, яка хоч раз піддалася потужному впливу адреналіну і пов'язаної з ним ейфорії, спробує відтворити це відчуття.

Авторами було проведено дослідження психоемоційного стану мешканців прифронтового міста Миколаїв під час формування у них адреналінової залежності, викликаного проживанням поблизу зони проведення активних бойових дій, перебуванням під постійними артилерійськими і ракетними обстрілами, а також шахедними атаками. Опитування проводилося з 1 вересня по 31 жовтня 2023 року включно. Респондентами стали мешканці міста Миколаїв у віці від 20 до 70 років. Основною вимогою до них стало перебування у місті Миколаїв в період з 24 лютого 2022 року по 24 листопада 2022 року.

Респонденти прокоментували групи питань, що стосуються наступних сфер дослідження:

1. Наявність ризикової поведінки (адреналінової залежності) до війни;
2. Відчуття та поведінка під час регулярних обстрілів м. Миколаїв у період з 24 лютого 2022 року по 24 листопада 2022 року;
3. Проблеми зі здоров'ям, з якими зіткнулися респонденти, пов'язані з регулярним виділенням адреналіну через постійні обстріли м. Миколаїв у 2022 році;
4. Позитивні короткострокові наслідки для здоров'я респондентів, пов'язані з регулярним виділенням адреналіну через постійні обстріли м. Миколаїв у 2022 році.

Щодо першої групи питань, то необхідно зазначити, що вона складалася з чотирьох позицій (рис. 1).

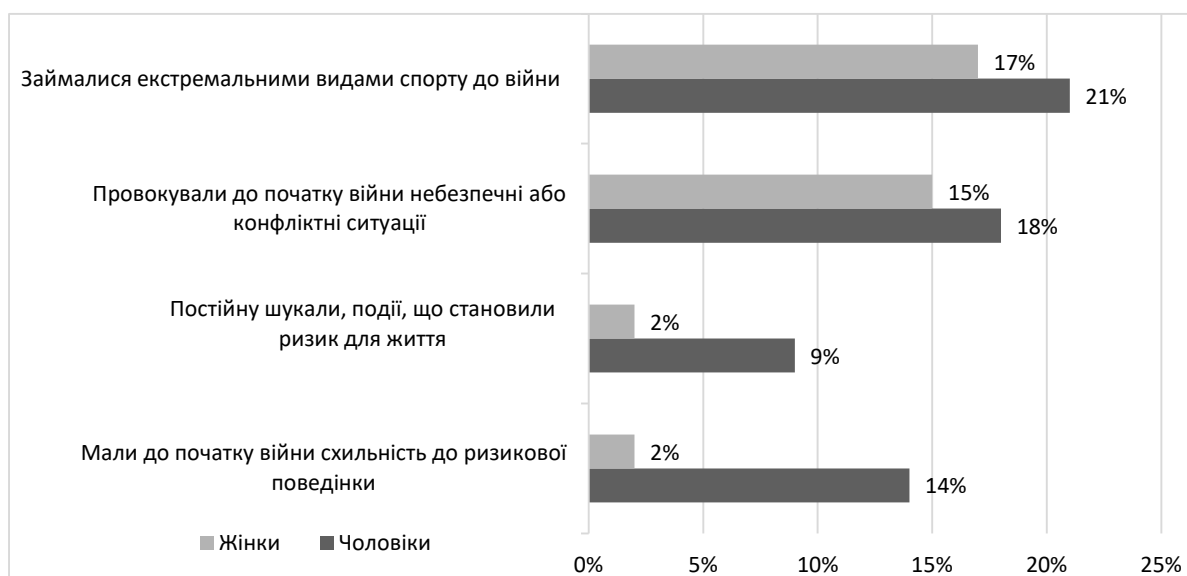


Рисунок 1 - Наявність ризикової поведінки (адреналінової залежності) у респондентів до початку повномасштабної війни

Джерело: розроблено автором

Опитування респондентів дозволило встановити, що до війни займалися екстремальними видами спорту 17 % жінок та 21 % чоловіків. В той же час схильність до ризикованої поведінки мали 2 % жінок та 14 % чоловіків. До початку війни повномасштабної агресії постійно шукали події, що становили ризик для життя, 2 % респондентів-жінок та 9 % опитаних чоловіків. Провокаторами небезпечних або конфліктних ситуацій до початку воєнних дій вважають себе 18 % чоловіків та 15 % жінок.

Друга група запитань, поставлених респондентам, стосувалася відчуттів та поведінки респондентів під час регулярних обстрілів м. Миколаїв у період, що досліджувався.

Найпотужнішим та найчастішим тригером, що викликав стрес після початку війни, став сигнал повітряної тривоги. Миколаївська область, станом на

1.01.2024 року була на 7 місці серед областей України із загальною кількістю оголошених повітряних тривог, сигнал звучав 1951 раз (рис. 2).

Страх, який він викликав, у період з лютого по травень 2022 року відчували 100 % опитаних жінок і 86,8% чоловіків. З часом, у другому періоді, що досліджувався, тобто з червня по серпень 2022 року, не дивлячись на збільшення кількості щоденних обстрілів, адреналіновий викид під час звучання повітряної тривоги, відчували 66,7% чоловіків та 55,6% жінок. Необхідно зазначити, що частина опитаних жінок вказувала, що на ступінь страху перед повітряною тривоگو суттєво впливала наявність дітей в зоні потенційної небезпеки. Тому зниження страху у жінок у третьому періоді (вересень-листопад 2022 року), що досліджувався, було пов'язано в тому числі з

перебуванням дітей в безпечному місті (наприклад, у рідних в сільській місцевості).



Рисунок 2 – Мапа повітряних тривог України станом на 1 січня 2024 року

Джерело: [5]

Одностайною реакцією респондентів на початок війни стало відчуття розгубленості та безпорадності. Його відчули протягом лютого-травня 2022 року 100 % жінок і чоловіків. Разом з тим, цей показник мав і найшвидші, з усіх наведених відчуттів, темпи згасання. Так, у другій фазі (червень-серпень 2022 р.) його вже відчували 67,8% жінок та 28,3% чоловіків, а протягом третьої фази 22,2 % жінок та лише 5,2 % чоловіків.

Відчуття роздратованості також стало одним з найсильніших стресуючих чинників. Його відчували 100 % опитаних жінок і чоловіків.

Третя група запитань дозволила нам оцінити рівень проблем зі здоров'ям, з якими зіткнулися респонденти, що мають адреналінову залежність. Вченими встановлено, що ефект від викиду адреналіну в кров має короткостроковий ефект він зникає після того, як небезпека минула. Сам по собі цей процес не несе небезпеки. Проте часті викиди адреналіну можуть призвести до значних проблем зі здоров'ям (рис. 3 та рис. 4):

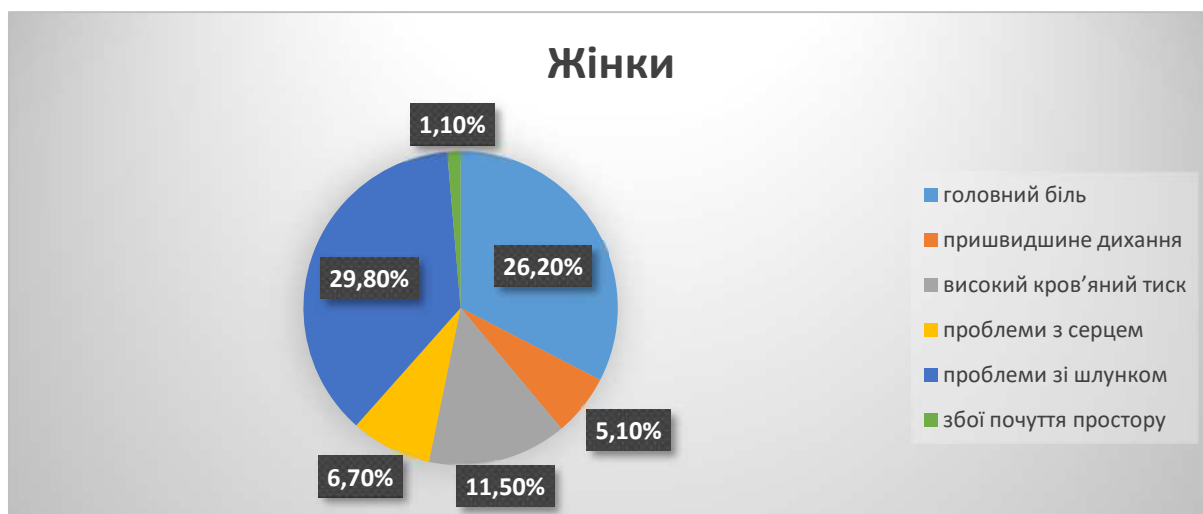


Рисунок 3 – Проблеми зі здоров'ям, з якими зіткнулися респонденти-жінки, пов'язані з регулярним виділенням адреналіну через постійні обстріли м. Миколаїв у лютому-листопаді 2022 року

Джерело: розроблено автором



Рисунок 4 – Проблеми зі здоров'ям, з якими зіткнулися респонденти-чоловіки, пов'язані з регулярним виділенням адреналіну через постійні обстріли м. Миколаїв у лютому-листопаді 2022 року

Джерело: розроблено автором

Надто часті його стрибки можуть призвести (крім адреналінової залежності) до захворювань серцево-судинної системи (інфаркт, інсульт), вестибулярного апарату (збої почуття простору, незрозуміла тривожність), психічного виснаження (за рахунок зайвої витрати нервових клітин), зменшення рівня кальцію в організмі, як і інших корисних речовин, які під час екстриму витрачаються нерационально і нерівномірно. І це не рахуючи, звичайно, ризику

серйозних травм і небезпеки для життя. Жінкам надлишок адреналіну загрожує проблемами із зачаттям [6].

Четверта група запитань, поставлених респондентам, аналізу позитивних короткострокових наслідків для здоров'я респондентів, пов'язаних з регулярним виділенням адреналіну через постійні обстріли м. Миколаїв у 2022 році (табл. 1).

Таблиця 1 Позитивні короткострокові наслідки для здоров'я респондентів, пов'язані з регулярним виділенням адреналіну через постійні обстріли м. Миколаїв у 2022 році

Показник життєдіяльності	Жінки, %	Чоловіки, %
Концентрація уваги	96,2	83,8
Посилення слуху, зору	39,4	32,6
Збільшення фізичної витримки	55,7	74,5
Підвищення больового порогу	12,3	26,1
Напруження м'язів	28,6	33,3

Джерело: розроблено автором

Оцінка даних, наведених у таблиці 1, показує, що як опитані жінки, так і чоловіки, відчули короткострокові покращення таких показників життєдіяльності, як посилення слуху і зору, збільшення фізичної витримки та концентрація уваги – у значній мірі (> 35%). Напруження м'язів та підвищення больового порогу було характерне опитаних чоловіків, відповідно для 26,1 % та 33,3 % респондентів.

Адреналінова залежність мешканців прифронтових територій призвела до виникнення в них, в першу чергу, двох таких специфічних потреб, як відшукати сенс свого життя (96,0 % у жінок та 78,1 % у чоловіків) та пережити страх смерті (79,4 % у жінок і 12,3 %). Також для респондентів-жінок виявився необхідним стан відчуженості (80,2 % в порівнянні з 17,6 % серед чоловіків), особливо, як було ними вказано, по

відношенню до рідних і близьких, які перебували поза зоною ризику. Також негативним наслідком, який сформувався під впливом адреналінової залежності, стало вживання алкоголю.

Враховуючи вищенаведене, можемо зазначити, що адреналінова залежність, виникнення якої у мешканців м. Миколаїв було спровоковано постійними обстрілами протягом лютого-листопада 2022 року, з часом призвела не тільки до проблем зі здоров'ям, а й стала причиною підвищеної схильності мешканців міста, які весь цей період перебували там, до проявів ризикованої поведінки у різних сферах суспільного життя.

Висновки. Війна в Україні відкрила багато унікальних реакцій людської психіки на травмуючі події, що відбуваються навколо. Однією з них є

психофізіологічна відповідь мешканців прифронтових територій у вигляді «адреналінової залежності» на постійні артилерійські та ракетні обстріли, шахедні атаки. Адреналінова залежність, як певна хвороба, не діагностується і не прописана у світовій медичній практиці. Вона є ознакою нестандартного психічного прояву.

Під час підвищеного виділення адреналіну організм працює на межі своїх можливостей. Тому його викид у людей (як військових, та і цивільних), що знаходяться у зонах бойових дій та на прифронтових територіях, викликає безстрашність, зменшує біль, призводить до більшого напруження м'язів. Він загострює зір, слух і всі інші відчуття. Завдяки цьому досягається відома реакція «Бийся, замри або біжи».

Людина, яка хоч раз піддалася потужному впливу адреналіну і пов'язаної з ним ейфорії, спробує відтворити це відчуття знову.

Основна мета українського суспільства у подоланні адреналінової залежності у значній кількості громадян, в першу чергу тих, хто перебував у зоні активних бойових дій або на прифронтових територіях, полягає в зменшенні ймовірності негативних наслідків у вигляді безпідставного наражання на ризики для їх життя ними особисто. Важливо організувати для цієї категорії осіб такі безпечні способи відчуття притоку адреналіну, що дозволяють відчути емоційну насиченість без підвищеного ризику для життя. Разом з тим треба пам'ятати, що для успішного подолання залежності від адреналіну знадобиться деякий час.

#### Література:

1. Davidson L. M., Inslicht, S. S., Baum A. Traumatic Stress and Posttraumatic Stress Disorder among Children and Adolescents. In: Sameroff, A.J., Lewis, M., Miller, S.M. (eds) Handbook of Developmental Psychopathology. Springer, Boston, M.A. 2000. URL: [https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4163-9\\_38](https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4163-9_38).
2. Perry B.D. Neurobiological Sequelae of Childhood Trauma: Post traumatic Stress Disorders in Children. In: Catecholamine Function in Post Traumatic Stress Disorder: Emerging Concepts (M. Murburg, Ed.) American Psychiatric Press, Washington, DC, 1994. 253-276.
3. Попеску О. Адреналінова залежність від вибухів – нова психологічна проблема українців. Як розпізнати? *LIGA.NET*. 2023. URL: <https://www.liga.net/ua/author/oksana-popesku>.
4. Vovk K. Adrenaline rush: do soldiers want to return to war? *SVIDOMI*. 2023. URL : <http://svidomi.in.ua/en/page/adrenaline-rush-do-soldiers-want-to-return-to-war>.
5. Луценко В. Повернення журналістів в зону АТО: залежність від адреналіну? *Інститут масової інформації*. 2014. URL: <https://imi.org.ua/articles/povernennya-jurnalistiv-v-zonu-ato-zaleznist-vid-adrenalinu-i983>.

#### References:

1. Davidson, L. M., Inslicht, S. S., Baum, A. (2000). Traumatic Stress and Posttraumatic Stress Disorder among Children and Adolescents. In: Sameroff, A.J., Lewis, M., Miller, S.M. (eds) Handbook of Developmental Psychopathology. Springer, Boston, MA. URL: [https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4163-9\\_38](https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4163-9_38)
2. Perry, B. D. (1994). Neurobiological Sequelae of Childhood Trauma: Post traumatic Stress Disorders in Children. In: Catecholamine Function in Post Traumatic Stress Disorder: Emerging Concepts (M Murburg, Ed.) *American Psychiatric Press, Washington, DC*, 253-276.
3. Popesku, O. (2023). Addiction to adrenaline from explosions is a new psychological problem of Ukrainians. How to recognize? *LIGA.NET*. <https://www.liga.net/ua/author/oksana-popesku>.
4. Vovk, K. (2023). Adrenaline rush: do soldiers want to return to war? *SVIDOMI*. <http://svidomi.in.ua/en/page/adrenaline-rush-do-soldiers-want-to-return-to-war>.
5. Lucenko, V. (2014). The return of journalists to the ato zone: addiction to adrenaline? *Institute of mass information*. <https://imi.org.ua/articles/povernennya-jurnalistiv-v-zonu-ato-zaleznist-vid-adrenalinu-i983>.

