

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ СКЛОННЫХ
К АЛКОГОЛИЗАЦИИ ПОДРОСТКОВ**

**PSYCHOLOGICAL PECULIARITIES OF COPING
STRATEGIES OF ADOLESCENTS PRONE
TO ALCOHOL DEPENDENCE**

О.М. КАЗАКОВА, О.В. МАРКЕВИЧ, С.Н. МАРКЕВИЧ
O.M. KAZAKOVA, O.V. MARKEVICH, S.N. MARKEVICH

Гомельский государственный университет им. Франциска Скорины»
Гомель, Республика Беларусь
Francisk Skorina Gomel State University
Gomel, Belarus
e-mail: ksyksykyok@gmail.com, sn_mark@tut.by

В статье решается задача определения психологических особенностей копинг-стратегий подростков, склонных к алкогольной зависимости. Освещается анализ копинг-стратегий с использованием теоретических и психодиагностических методик, методов количественной и качественной обработки данных. Также в статье представлены результаты исследования психологических особенностей копинг-стратегий у подростков, склонных к алкоголизации.

Ключевые слова: алкоголь, подростковый алкоголизм, алкогольная зависимость, аддикция, копинг-стратегии, копинг-поведение.

The article deals with the definition of psychological characteristics of coping strategies of adolescents who are prone to alcohol dependence. It covers the analysis of coping strategies using theoretical and psycho-diagnostic methods, methods of quantitative and qualitative data processing. The article also presents the results of a study of the psychological characteristics of coping strategies used by adolescents prone to alcohol abuse.

Keywords: alcohol, adolescent alcoholism, alcohol dependence, addiction, coping strategies, coping behavior.

Стратегически важной задачей современного социально-ориентированного общества является сохранение и формирование здоровья человека, особенно подрастающего. В белорусском обществе здоровье рассматривается как важнейший критерий реализации потенциала человека, так как здоровье, социально-личностная и профессиональная компетентность и высокая гражданская ответственность во многом определяют темпы и масштабы научно-технического прогресса.

Употребление алкоголя – одна из основных причин губительного воздействия на здоровье. «Алкогольные проблемы» нашего времени принимают масштабы гуманитарной катастрофы, приводя к заболеваниям, высокому уровню смертности, преступности, травматизма, снижению качества жизни. Молодежь в силу особенностей психики наиболее подвержена риску развития всевозможных видов зависимостей.

Изучением проблемы алкоголизации подрастающего поколения занимались такие ученые, как В.С. Братусь, И.П. Дудочкина, Д.В. Колесова, В.Н. Лужбина, И.А. Невский, В.Я. Ольшанский и другие. Сегодня вопросам антиалкогольного воспитания посвящены работы исследователей А.Л. Афанасьева И.В. Виноградова, Х.И. Идельчик, А.А. Константинова, Е.И. Лотовой, А.В. Павлучкова, Л.К. Фортовой.

Современные условия жизни предъявляют повышенные запросы к формированию адаптивных возможностей подростков. Совладание с образовавшимися тяжелыми обстоятельствами является одним из психологических механизмов адаптации подростка к изменившимся условиям. Большое количество авторов приходят к выводу о том, что оно плотно связано с жизненными стрессовыми обстоятельствами и неумением личности преодолевать их. Вследствие этого, возможно предположить присутствие связи между неумением подростка справляться со стрессом и развитием у него дезадаптивного копинг-поведения как одной из разновидностей аддиктивного поведения [1, с. 48].

В социальном плане алкоголизм означает злоупотребление спиртосодержащими напитками (пьянство), приводящее к нарушению моральных и общественных норм поведения. Злоупотребление алкоголизмом, по сведениям ВОЗ, считается третьей после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний причиной смертности.

Особенность характера человека может относиться к психологическим факторам и определять причины потребления спиртных напитков. По данным А.Е. Личко, среди подростков, которые употребляют алкоголь, преобладают лица с чертами эпилептоидной и неустойчивой психопатии. Неустойчивые личности употребляют спиртного объясняют желанием повеселиться, гипертимные – бездельем, истероидные – привлечением к себе внимания, шизоиды – снятием робости и неловкости в общении, конформные – выпить «за компанию».

Социальное окружение, отношение к спиртному в семье, алкогольная зависимость родителей, алкогольные обычаи в компаниях, отсутствие контроля за поведением и обучением подростков - социальные факторы, содействующие развитию алкоголизма у молодежи и подрыва их здоровья.

Усиленное притязание на взрослость – одна из причин алкоголизма подрастающего поколения. Употребление алкоголя в подростковом и юношеском возрасте считается символом мужественности, состоятельности. Внутренняя духовная ограниченность, неумение выразить себя в учебном коллективе обуславливают нередкое потребление подростками спиртного ради самоутверждения в уличной группе сверстников.

Популяризация потребления алкоголя в кино, видеороликах, телевизионных передачах, рекламных роликах делает подростков более притягательными к спиртным напиткам. Примеры пьющих блогеров, артистов – наиболее эффективная форма вовлечения молодых в пьянство. Склонность подрастающего поколения к объединению со сверстниками также является одной из причин алкоголизации. Неформальные группы нередко бывают регулятором поведения подростков.

Н.Я. Оруджев выделяет факторы, приводящие к риску алкоголизма и наркомании среди подростков: экономическое/социальное неблагополучие; неблагоприятное окружение и общественная необустроенность; частые перемены места жительства; противоречия и несогласованность в законодательстве; доступность алкоголя и наркотиков; неумелость и непоследовательность в воспитании; неуспеваемость, отсутствие желания продолжать обучение; протест и риск в подростковом возрасте; положительное отношение к алкоголю и наркотикам [2, с. 26].

Д.В. Колесова считает, что у подростка формируется зависимость от спиртных напитков за период 2-4 года, а это относительно малый период, значительно отличающий подростковый и взрослый алкоголизм [3, с. 9]. В свою очередь, С.Н. Шевердин доказал, что появлению индивидуальной зависимости от спиртного обычно предшествует групповая психическая зависимость, когда потребность выпивки появляется сначала в «своей» компании.

В организме молодого человека алкоголь прежде всего проникает в кровь, печень, мозг. В связи с незрелостью центральной нервной системы итогом такого воздействия будет нарушение дифференцирования и созревания нейронов, вследствие чего страдает личность подростка, нарушается абстрактное логическое мышление, интеллект, память, эмоциональные реакции. Под воздействием спиртного поражаются буквально все системы организма подростка, его здоровье.

По мнению Н.Ю. Максимовой, влияние алкоголя на здоровье подростков приводит к тяжелым последствиям в будущем, так как в организме подростка происходит развитие и становление важных систем. Наиболее разрушителен алкоголизм именно для психики, так как молодой организм еще до конца не сформирован [4, с. 112].

Д.В. Колесова утверждает, что у подрастающего поколения повышена чувствительность к спиртному, они пьянеют от меньших доз, по сравнению со взрослыми. Клиника же опьянения имеет ряд особенностей: эйфория, сопровождающаяся нецеленаправленной гиперактивностью и снижением общественного контроля.

Копинг-поведение – это стратегии действий, предпринимаемые человеком в ситуациях психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию, осуществляемые в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах функционирования личности и ведущие к успешной или менее успешной адаптации. Копинг-поведение регулируется копинг-ресурсами (личностные и средовые ресурсы). Копинг-стратегии – способ осознанного управления стрессором. В теории копинг-поведения, основанной на работах когнитивных психологов Р. Лазаруса и С. Фолкмана, выделяются базисные копинг-стратегии и базисные копинг-ресурсы (Я-концепция, локус контроля, эмпатия, аффилиация и когнитивные ресурсы).

Среди базисных копинг-стратегий выделяют: копинг-стратегию «разрешения проблемы» – это активная поведенческая стратегия для поиска возможных способов эффективного разрешения проблемы; «поиск социальной поддержки» – это активная поведенческая стратегия, при которой человек для эффективного разрешения проблемы обращается за помощью и поддержкой к окружающей его среде (семье, друзьям); «избегание» – это поведенческая стратегия, при которой человек старается избежать контакта с окружающей его действительностью, уйти от решения проблем (уход в болезнь, употребление психоактивных веществ, суицидальное поведение); «конфронтация» (противостояние) – агрессивная установка человека по отношению к тяжелым жизненным обстоятельствам, когда ситуации воспринимаются как враждебная сила, которую надо победить и/или уничтожить; «дистанцирование или откладывание решения» – когда человек пытается смотреть на проблему словно «из-за стекла»; «самоконтроль» – стремление регулировать свои чувства и действия; «принятие ответственности» – как путь сильных и зрелых людей, подразумевает признание собственных ошибок и их анализ; «самоактуализация» – заключается в том, что любое, даже самое негативное, событие переоценивается в положительном ключе.

Аддиктивные подростки в сложных жизненных ситуациях пытаются уйти от реальности наиболее простым путем. Они, как правило, используют неэффективные копинг-стратегии, которые поддерживаются зависимостями. Употребление психоактивных веществ более вероятно,

когда уровень жизненного стресса высок и копинг-ресурсы истощены или неэффективны [5, с. 131].

В рамках исследования было изучено 120 школьников г. Гомеля в возрасте 12-14 лет. Исследование проводилось с помощью психодиагностическим методик: теста Г.В. Лозовой на наличие зависимости к 13 видам аддикций и опросника «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса и С. Фолкмана.

На основании данных теста Г.В. Лозовой на наличие алкогольной зависимости у 58 % респондентов склонности к алкоголизму не выявлено. Низкая степень склонности к алкогольной зависимости обнаружена у 25 % испытуемых. У 11 % подростков выявлена средняя степень склонности к зависимости, у 6 % респондентов – высокая степень склонности к алкогольной зависимости.

На следующем этапе исследования для выявления особенностей копинг-стратегий подростков, склонных к алкоголизации, респонденты были распределены на три группы. Первую группу составили подростки, у которых склонность к алкогольной зависимости отсутствует (87 испытуемых). Вторую группу составили подростки с низкой степенью склонности к алкогольной зависимости (38 испытуемых), третью – со средней и высокой степенью склонности к алкогольной зависимости (25 испытуемых).

На основании целостного анализа результатов эмпирического исследования установлено:

- преобладающими копинг-стратегиями для подростков, не склонных к алкогольной зависимости, являются «конфронтация» и «дистанцирование». Данная группа респондентов способна активно противостоять трудностям и стрессу, способна снижать субъективную значимость трудноразрешимых ситуаций и предотвращать эмоциональные реакции на фрустрацию.
- преобладающими копинг-стратегиями для подростков, склонных к алкогольной зависимости, являются «самоконтроль», «поиск социальной поддержки», «бегство/избегание». Респонденты данной группы испытывают трудности выражения переживаний в связи с проблемной ситуацией, обладают сверхконтролем поведения. Обладают склонностью к формированию зависимой позиции, чрезмерным ожиданиям от окружающих. Склонны отрицать и игнорировать проблемы, уклоняться от ответственности и действий по разрешению возникших трудностей. Такие подростки погружаются в фантазии, пассивны, нетерпеливы, раздражительны.
- преобладающими копинг-стратегиями для подростков с низкой степенью склонности к алкогольной зависимости являются «конфронта-

ция» и «планирование решения проблемы». Данная группа испытуемых умеет отстаивать собственные интересы, справляться с тревогой в стрессогенных условиях благодаря энергичности и предприимчивости при разрешении проблемных ситуаций. Предпринимают попытки целенаправленного и планомерного разрешения проблемных ситуаций.

- преобладающими копинг-стратегиями для подростков со средней и высокой степенью склонности к алкогольной зависимости являются «самоконтроль», «поиск социальной поддержки», «принятие ответственности», «бегство/избегание». Данная группа респондентов склонны скрывать от окружающих свои переживания в связи с проблемной ситуацией, бояться самораскрытия, чрезмерно требовательны к себе. Однако при этом испытывают потребность в эмоциональной поддержке, эмпатии и сочувствии от окружающих. Самокритичны, не удовлетворены собой, склонны к переживанию чувства вины. Склонны отрицать либо игнорировать проблемы, уклоняться от ответственности и действий по разрешению возникших трудностей.

Полученные данные могут быть использованы в составлении коррекционной программы повышения адаптивного потенциала подростка и развития их копинг-ресурсов, использованы в консультативной и психопрофилактической работе с подростками, склонными к алкоголизации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеев, Б.Е. Системный подход к изучению алкоголизма и наркоманий // Обозрение психиатрии и мед. Психологи / Б.Е. Алексеев. – 2002. – №1. – С. 48-57.
2. Оруджев, Н.Я. Адаптация детей и подростков, злоупотребляющих алкоголем / Н.Я. Оруджев // Социальная и клиническая психиатрия. – 2001. № 4. – С. 26-30.
3. Колесова, Д.В. Патофизиология алкогольной болезни и наркоманий / Д.В. Колесова, В.Е. Дворников. – М., 2001. – 104 с.
4. Максимова, Н.Ю. Психологическая профилактика алкоголизма и наркоманий несовершеннолетних: учебное пособие / Н.Ю. Максимова. – Ростов н/Д: Феникс, 2000. – 384 с.
5. Чехлатый, Е.И. Основные научные подходы к копинг-поведению / Е.И. Чехлатый. – М.: Просвещение, 2000. – 191 с.