

ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛОКУСА КОНТРОЛЯ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ЛИЦ С ХИМИЧЕСКОЙ АДДИКЦИЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В РЕМИССИИ

П. П. Носков

*Белорусский государственный университет пр-т Независимости 4, 220004,
г. Минск, Республика Беларусь, pavlikpavlovich1986@gmail.com*

Проблема химической аддикции является одной из наиболее актуальных проблем в современном обществе. Для химически аддиктивного человека характерен возврат к употреблению психоактивных веществ после, как правило, непродолжительного периода воздержания. Так называемые срывы случаются по различным причинам, одной из которых является невозможность человека совладать с жизненными трудностями и стрессом, которым они сопровождаются. Аддикты склонны во всех свои неудачах обвинять окружающих их людей, обстоятельства, судьбу, что приводит к неуверенности в себе, тревожности, подозрительности. Такое свойство аддиктивной личности соответствует экстеральному локусу контроля.

Ключевые слова: химическая аддикция; локус контроля; экстеральность; интернальность; копинг-стратегии.

RELATIONSHIP OF LOCUS OF CONTROL AND COPING STRATEGIES IN PERSONS WITH CHEMICAL ADDICTION IN REMISSION

P. P. Noskov

*Belarusian State University Independence Avenue 4, 220004, Minsk, Republic of Belarus,
pavlikpavlovich1986@gmail.com*

The problem of chemical addiction is one of the most pressing problems in modern society. A chemically addictive person is characterized by a return to substance use after, as a rule, a short period of abstinence. So-called breakdowns happen for various reasons, one of which is a person's inability to cope with life's difficulties and the stress that accompanies them. Addicts tend to blame the people around them, circumstances, fate for all their failures, which leads to self-doubt, anxiety, and suspicion. This property of an addictive personality corresponds to an external locus of control.

Key words: chemically addiction; locus of control; externality; internality; coping strategies.

Химическая аддикция, по определению Всемирной организации здравоохранения, – это психическое, а иногда соматическое состояние, являющееся следствием повторного употребления естественного или

синтетического психоактивного вещества [1, с. 5]. Психоактивное вещество – вещество, оказывающее наркотическое воздействие на организм.

Наркомания и алкоголизм – это болезни, определенные так еще в 1956 году Всемирной Организацией Здравоохранения (с входившим в ВОЗ Советским Союзом) [2, с. 12-13]. Болезнь, как нарушение правильной работы организма, имеет вполне определенные признаки (симптомы) этих нарушений, общую схему развития, и потому обоснованный прогноз. Специалисты изучают факторы, способствующие возникновению зависимости от алкоголя и наркотиков, и факторы, влияющие на развитие этой болезни. На основе этого были разработаны способы лечения наркомании и алкоголизма – и определена их эффективность.

Москаленко В.Д. ссылается на Международную классификацию болезней (МКБ-10), в которой описывается личностное расстройство, полностью соответствующее химической аддикции [3, с. 7-8]. Под рубрикой F 60,7 значится: стремление переложить на других большую часть важных решений в своей жизни; подчинение своих собственных потребностей потребностям других людей, от которых зависит пациент, неадекватная податливость их желаниям; нежелание предъявлять даже разумные требования людям, от которых индивидуум находится в зависимости; чувство неудобства или беспомощности в одиночестве из-за чрезмерного страха неспособности к самостоятельной жизни; страх быть покинутым лицом, с которым имеется тесная связь, и остаться предоставленным самому себе; ограниченная способность принимать повседневные решения без усиленных советов и подбадривания со стороны других лиц.

Существует множество этиологических моделей химической аддикции, и ни одна из них не в состоянии предоставить всестороннее понимание этого феномена [4, с. 43]. Основными из них являются: *моральные модели, психологические модели, модели теорий личности, семейные модели, модель болезни, модель социальной болезни, биологические модели, социокультурные модели, мультикаузальные модели.*

Существуют общие признаки химической аддикции: появляется тяга (неконтролируемая психологическая потребность употребить вещество, повторность навязчивых мыслей о веществе; человек теряет контроль над своим поведением; человеком начинает руководить зависимость: увеличивается доза, длительность употребления вещества; употребление становится способом справиться со стрессом и внешними раздражителями, появляется ощущение, что без помощи вещества нельзя решить проблемы; повышение толерантности (зависимые все чаще стремятся достичь наиболее сильного эффекта воздействия); после приема изменяющих сознание веществ появляется похмелье/ломка; без веществ организм перестает нормально функционировать; много сил, времени и

денег тратиться на то, чтобы удовлетворить потребность в веществе; не усваивается собственный жизненный опыт (зависимый знает, что употребление приводит к смерти, он сам неоднократно страдал от похмелья или ломки, но зависимый, забывая о негативных последствиях, снова употребляет вещество) [5, с. 20].

Зависимость от психоактивных веществ (алкоголизм, наркомания, токсикомания) – семейная болезнь [3, с. 38]. Во-первых, она может встречаться у нескольких членов одной и той же семьи, передаваться из поколения в поколение (к примеру, поражать одновременно отца и сына, нескольких братьев и сестер, проследиваться у более дальних родственников). Конечно, это не является неизбежным, поэтому в каждой такой семье, помимо больных, есть и здоровые люди.

Во-вторых, даже если в семье есть только один алкоголик, все остальные ее члены страдают психологически. Просто невозможно жить рядом с пьющим человеком и не быть вовлеченным в его болезнь эмоционально. Психическое состояние родственников больных зависимостью обозначают термином «созависимость».

Для лиц с химической аддикцией редко имеет значение цели и интересы других людей. Эгоцентризм пронизывает всю структуру лиц с химической аддикцией. Аддикт практически целиком фиксирован на себе, на своих интересах, желаниях, чувствах. Ему безразличны интересы, чувства, желания других людей [6, с. 15].

Локус контроля – понятие, отражающее склонность человека приписывать причины событий внешним или внутренним факторам [7, с. 515]. В первоначальном варианте теории субъективной локализации контроля выделялись лишь два типа локуса контроля: интернальный и экстернальный, которые рассматривались как глобальные характеристики личности.

Ввел понятие локуса контроля в психологию Джулиан Бернارد Роттер, американский психолог, доктор клинической психологии [8, с. 607].

Люди с *экстернальным локусом контроля* полагают, что их успехи и неудачи регулируются внешними факторами, такими как судьба, счастливый случай, удача, влиятельные люди и непредсказуемые силы окружения. Экстерналы верят в то, что они заложники судьбы. Напротив, люди с *интернальным локусом контроля* верят в то, что удачи и неудачи определяются их собственными действиями и способностями (внутренние или личностные факторы). Интерналы поэтому чувствуют, что они в большей степени влияют на подкрепления, чем люди с экстернальной ориентацией локуса контроля.

Для лиц с химической аддикцией более характерно представление себя объектом действия окружающих людей и сложившихся обстоятельств, нежелание принимать активное участие в собственных изменениях

[9]. Их можно охарактеризовать как людей, в меньшей степени планирующих свою жизнь и ощущающих влияние своих поступков на будущие жизненные события, придающих большое значение тому, как складываются обстоятельства. Аддикты чаще полагают, что во взаимодействии с жизненными ситуациями основная нагрузка лежит на других людях и внешних обстоятельствах, они обладают меньшей субъектной включенностью в жизненные ситуации, проявляют меньшую активность в построении своей жизни. Их поведение больше обусловлено внешними ситуациями, под влиянием которых и происходит дальнейшее развитие.

В 1962 году американский психолог Лойс Б. Мерфи, в своих исследованиях кризисов взросления ввел понятие «копинг» или «совладание». Л. Мерфи определял «coping» как попытку индивида конструктивно преобразовать ситуацию, которая является для него угрожающей и заставляет мобилизовать свои внутренние ресурсы [10, с. 35].

Согласно подходу, разработанному Ричардом Лазарусом и Сюзан Фолкман, «coping» понимается как динамический процесс и рассматривается как когнитивные и поведенческие усилия личности, направленные на снижение влияния стресса. Лазарусом была написана книга «Психологический стресс и процесс совладания с ним», в которой автор представил описание осознанных стратегий совладания со стрессом, с ситуациями напряжения и тревоги [11].

Р. Лазарус и С. Фолкман определили 8 видов ситуативно-специфических копинг-стратегий: планомерное разрешение проблем, позитивная переоценка, принятие ответственности, поиск социальной поддержки, конфронтация, самоконтроль, дистанцирование, избегание.

У людей с химической аддикцией имеется дисфункциональное копинг-поведение, при котором чаще используются стратегии избегания, уклонения, погружение в фантазии. У данной категории лиц недостаточно развиты проблемно-ориентированные стратегии, а если и бывает развита, то ориентирована на приобретение психоактивных веществ [12].

Нами было организовано и проведено эмпирическое исследование на базе Местного Фонда «Центр здоровой молодежи» - организации, занимающейся психосоциальной реабилитацией лиц с химической аддикцией.

Цель исследования: выявить взаимосвязь уровня локуса контроля и копинг-стратегий у лиц с химической аддикцией, находящихся в ремиссии.

В качестве основных задач исследования были выделены следующие:

- организация и проведение тестирования для испытуемой группы;
- статистическая обработка (проверка на нормальность распределения данных при помощи критерия Колмогорова-Смирнова с поправкой

Лилльефорса, выявление взаимосвязи между шкалами с помощью коэффициента корреляции Спирмена) и анализ полученных данных;

- формулировка выводов на основе полученных результатов.

Объект исследования: локус контроля и копинг-стратегии у лиц с химической аддикцией.

Предмет исследования: взаимосвязь локуса контроля и копинг-стратегий у лиц с химической аддикцией, находящихся в ремиссии.

Гипотеза исследования: существует взаимосвязь между локусом контроля и копинг-стратегиями у лиц с химической аддикцией, находящихся в ремиссии.

На *первом этапе эмпирического исследования* была выявлена направленность локуса контроля у лиц с химической аддикцией, находящихся в ремиссии.

С этой целью были обработаны данные по методике «Когнитивная ориентация (локус контроля)» Дж. Роттера. На основании полученных данных можно сделать вывод о том, что у выборочной группы направленность локуса контроля отклонена в сторону интернальности (13,39 против 9,6). Такой результат указывает на то, что респонденты более склонны приписывать причины событий внутренним факторам, нежели внешним.

На *втором этапе исследования* необходимо было диагностировать копинг-стратегии у лиц с химической аддикцией, находящихся в ремиссии. В связи с этим был использован «Опросник для изучения копинг-стратегий» Р. Лазаруса.

Полученные данные показали, что на первом месте в группе лиц с химической аддикцией, находящихся в ремиссии, стоит *принятие ответственности* (M=79,14), на втором - *бегство-избегание* (M=68,45), на третьем - *поиск социальной поддержки* (M=66,94), на четвертом - *самоконтроль* (M=64,53), на пятом - *планирование решения проблемы* (M=61,04), на шестом - *дистанцирование* (M=59,84), на седьмом - *конфронтация* (M=59,67), и меньше всего проявляется копинг-стратегия *положительная переоценка* (M=56,63).

На *завершающем этапе исследования* была поставлена задача: установить взаимосвязь между локусом контроля и копинг-стратегиями у лиц с химической аддикцией, находящихся в ремиссии.

Для выбора математического метода обработки данных была произведена проверка на нормальность распределения при помощи критерия Колмогорова-Смирнова с поправкой Лилльефорса. Проверка показала отличное от нормального распределения данных, что говорит о необходимости использования непараметрического метода. В этой связи нами был применен коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

На основании анализа данных можно сделать следующие выводы: существует статистически значимая отрицательная связь между такими переменными, как экстернальность и копинг-стратегия «положительная переоценка» ($R = -0,23831$, при вероятности ошибки $p \leq 0,01$), то есть чем выше показатель экстернальности, тем реже человек с химической аддикцией, находящийся в ремиссии, использует копинг-стратегию «положительная переоценка».

Существует статистически значимая положительная связь между такими переменными, как интернальность и копинг-стратегия «положительная переоценка» ($R = 0,23831$, при вероятности ошибки $p \leq 0,01$), то есть чем выше показатель интернальности, тем чаще человек с химической аддикцией, находящийся в ремиссии, использует копинг-стратегию «положительная переоценка».

Таким образом, проведенное эмпирическое исследование подтвердило предположение о том, что существует взаимосвязь между локусом контроля и копинг-стратегиями у лиц с химической аддикцией, находящихся в ремиссии.

Библиографические ссылки

1. *Старшенбаум Г. В.* Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей. М.: Когито-Центр, 2006.
2. *Савина Е. А.* «Я люблю его...». М.: Адру, 2008.
3. *Москаленко В. Д.* Возвращение к жизни. Как спасти семью: конфликты, ссоры, алкоголизм, наркомания. М.: Ника. 2017.
4. *Капуччи Д.* Психологическое консультирование зависимых клиентов. СПб: ООО «Диалектика», 2021.
5. *Молодцов Р.* Руководство по консультированию в РЦ. М., 2019.
6. *Ерышев О. Ф.* Алкогольная зависимость: формирование, течение, противорецидивная терапия. СПб.: Изд-во «ЭЛБИ - СПб», 2012.
7. *Грицанов А. А.* Социология: Энциклопедия. Минск: Книжный дом, 2003.
8. *Фрейдджер Р.* Личность. Теории, упражнения, эксперименты. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006.
9. *Плаксин А. А.* Особенности жизненных ориентаций наркозависимых с различными сроками трезвости [Электронный ресурс] // Вестник Санкт – Петербургского университета МВД России. 2010. №4. С. 184. URL <https://cyberleninka.ru> (дата обращения: 03.01.2022).
10. *Никольская И. М.* Психологическая защита у детей. СПб: Речь, 2000.
11. *Frydenberg E.* Beyond Coping. Meeting goals, visions and challenges. Oxford University Press, 2002.
12. *Ялтонский В. М.* Копинг-поведение здоровых и больных наркоманией: автореф. дис. ... д-ра мед. наук. СПб., 1995.