

Преодоление трудных жизненных ситуаций у алкозависимых мужчин и женщин: возможности психокоррекционных групповых занятий

Светлана С. Кузенко*^{id}, Анастасия С. Бордоносенко^{id}

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация

*Почта ответственного автора: kuzenko@sfedu.ru

Аннотация

Введение. Статья посвящена анализу стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью. В связи с актуальной потребностью пересмотра концепций реабилитационных мероприятий и психологического воздействия на лиц, относящихся к аддиктивной категории населения, нами разработана и реализована программа групповых занятий с пациентами и проведена оценка ее эффективности. **Методы.** Исследовано 120 респондентов на базе Луганского Республиканского наркологического диспансера: 60 пациентов с I-II стадиями хронической алкогольной зависимости (30 мужчин и 30 женщин), а также 60 сотрудников медицинского учреждения без алкоголизма в анамнезе (30 мужчин и 30 женщин). Использован метод психологического тестирования и психодиагностический инструментарий: Тест «Преодоление трудных жизненных ситуаций»; Опросник «Способы совладающего поведения»; Опросник, определяющий склонность к развитию стресса; Опросник «Уровень субъективного контроля»; Мичиганский скрининг-тест алкоголизма. Групповые психокоррекционные занятия были направлены на повышение уровня выраженности адаптивных стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью, наряду с редукцией дисфункциональных и дезадаптивных поведенческих стратегий; повышение уровня интернальности локуса контроля личности, а также снижение выраженности стресса и актуализация ресурсов к его преодолению. **Результаты.** Аддиктивные мужчины предпочитают

вступать в конфронтацию с окружающими при отчетливой жалости к себе. Женщины ориентированы на получение действенной и эмоциональной поддержки, делегирование личной ответственности. Психокоррекционные групповые занятия способствуют выраженности активных и целенаправленных стратегий действенного разрешения трудностей. Возрастание самоконтроля, принятия ответственности, а также снижение склонности к развитию стресса при повышении интернальности личности являются ресурсами формирования конструктивного поведения алкозависимых больных. **Обсуждение результатов.** Экстернальность локуса контроля аддиктов и низкая стрессоустойчивость, указывают на вариант деструктивного проявления личностных ресурсов. Формирование когнитивной и практической основы функциональных стратегий возможно посредством комплексного реабилитационного процесса.

Ключевые слова

трудная жизненная ситуация, алкогольная зависимость, стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций, копинг, дисфункциональность поведения, психокоррекция, тренинговое воздействие

Для цитирования

Кузенко, С.С., Бордоносенко, А.С. (2024). Преодоление трудных жизненных ситуаций у алкозависимых мужчин и женщин: возможности психокоррекционных групповых занятий. *Российский психологический журнал*, 21(4), 233–247. <https://doi.org/10.21702/rpj.2024.4.12>

Введение

Реалии современного общества подвергают людей необходимости преодолевать трудные жизненные ситуации, не утрачивая собственную эффективность. Успешность взаимодействия личности с окружающим миром заключается в оценке и купировании стресса, его своевременной редукции. В связи с этим, особую значимость для личности имеет преобладание в поведенческом репертуаре конструктивных и функциональных стратегий, что также является одним из факторов целостности, устойчивости личности, ее адаптивности (Абдурахманов, 2019). Интегральным показателем трудной жизненной ситуации является нарушение механизма адаптации, возрастание интенсивности психологического стресса (Евтушенко, Карнаухов, 2018).

Воздействие трудной жизненной ситуации на личность проявляется в препятствиях к ее полноценному функционированию. В условиях трудной

жизненной ситуации у человека проявляется необходимость к изменениям и перестройке (Нартова-Бочавер, 1997). Для перестройки требуется повышение социальной активности при выборе ресурсов и стратегий преодоления трудной жизненной ситуации (Парфенова, 2009).

Фокус внимания исследователей в области психологии совладающего поведения по большей части был сконцентрирован на изучении общих и возрастных особенностей поведенческого репертуара личности без выраженных патологий и девиаций (Heim, 1988; Lazarus, 1998; Нартова-Бочавер, 1997; Крюкова, 2007; Коссова, 2005; Чехлатый, 2006). Отдельно изучалось поведение и когнитивная оценка пациентов с хроническим алкоголизмом в контексте столкновения с трудностями (Biggs, Brough & Drummond, 2019; Kelly, Humphreys & Ferri, 2020; Spivakovskaya, Lutsenko, 2021; Цапенко, 2021).

Конструктивное поведение и освоение знаний, умений, навыков преодоления трудностей выступает не только как фактор протекции личности от деструктивных явлений, но и как фактор, способствующий восстановлению, актуализации адаптационного потенциала, формированию опыта жизни без аддикции и развитию способности к сопротивлению влияния внешней среды для лиц, подверженным наркологическим заболеваниям (Фадеева, Лановая, 2024).

Реалии характеризуются большей нормализацией образа жизни, включающего латентное или нерегулярное употребление алкоголя вне зависимости от пола. Происходит унификация порицания женского алкоголизма в обществе, что приводит к его универсальности как заболевания (Мандель, 2018; Степанова, Салимова, 2020; Шайдукова, 2005).

Кроме того, данные о необходимости пересмотра концепции лечения и реабилитации аддиктивных пациентов обусловлены преимущественно низким реабилитационным потенциалом больных, выраженностью анозогнозии (Ялтонский, 2017), наряду с несформированностью устойчивости внешней и внутренней мотивации, слабостью «Я-концепции» и недостаточностью средовых и внутренних ресурсов к совладанию с трудностями (Шайдукова, 2005). Возникает задача формирования и последующей реализации программы группового тренингового воздействия, способствующей коррекционному и вспомогательному эффекту в аспекте конструктивного и социально приемлемого поведения у аддиктивной категории населения (Бордоносенко, 2023а).

Таким образом, **цель исследования** заключается в исследовании стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью, разработке тренинговой программы сопровождения аддиктов и оценке ее эффективности.

В качестве основных целей разработанных коррекционных мероприятий стоит выделить следующее: формирование у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью когнитивной и практической основы навыков использования эффективных и

проблемно-ориентированных стратегий, наряду с редукцией дисфункциональных и дезадаптивных поведения; повышение уровня интернальности локуса контроля личности, а также снижение выраженности стресса и актуализация ресурсов к его преодолению (Бордоносенко, 2023b).

Методы

Выборка

Экспериментальное исследование 120 респондентов (респ.) проводилось на базе Луганского Республиканского наркологического диспансера, где ранее проводились некоторые авторские исследования (Бордоносенко, 2023а). Сформирована группа алкозависимых респондентов (группа 1) с I-II стадией заболевания (60 респ.), из которых 30 мужчин (средний возраст 44,6 года) и 30 женщин (средний возраст 45,1 года).

После первичного предъявления психологических тестов (тест «Преодоление трудных жизненных ситуаций» (ПТСЖ); опросник «Способы совладающего поведения» Лазарус Р., Фолкман С. (Крюкова, Куфтяк, 2007); опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Немчину Т. А. и Тейлору С.); опросник «Уровень субъективного контроля» (УСК) Бажин Е. Ф., Голынкина Е. А., Эткинд Л. М.; мичиганский скрининг-тест алкоголизма) была сформирована экспериментальная группа для дальнейшего посещения цикла занятий, разработанных в рамках данного исследования. В экспериментальную группу вошли 10 мужчин (средний возраст 46,2 года) и 10 женщин (средний возраст 47,4 года) с I и II стадией хронической алкогольной зависимости. Для поиска показателей эффективности программы также сформирована контрольная группа: 10 мужчин (средний возраст 45,9 лет) и 10 женщин (средний возраст 46,2 года) с I и II стадией заболевания.

Кроме того, исследованы респонденты, не имеющие в анамнезе алкогольной зависимости (группа 2), состоящая из 30 мужчин (средний возраст 43,3 года) и 30 женщин (средний возраст 38,3 года). Респонденты в группе 2 являются медицинским персоналом Луганской Республиканской клинической психоневрологической больницы.

Методики

Психодиагностический инструментарий включает в себя:

1. Тест «Преодоление трудных жизненных ситуаций» (ПТЖС) в адаптации Водопьяновой Н. Е. (Водопьянова, 2009);
2. Опросник «Способы совладающего поведения» Лазарус Р., Фолкман С. (Крюкова, Куфтяк, 2007);
3. Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Немчину Т. А. и Тейлору С.) (Райгородский, 2001);

4. Опросник «Уровень субъективного контроля» (УСК) Бажин Е. Ф., Голынкина Е. А., Эткинд Л. М. (Райгородский, 2001);
5. Мичиганский скрининг-тест алкоголизма (MAST) в адаптации (Дмитриев, Белов, Парфенов, 2010).

Обработка результатов

Обработка статистических данных проводилась в программе Statistica 13.3. Применен непараметрический U-критерий Манна-Уитни, позволяющий выявить различия результатов неалкоголизированных и аддиктивных респондентов, а также различия, обусловленные половой принадлежностью, различия контрольной и экспериментальной групп. Метод ранговой корреляции Спирмена использован для выявления особенностей избрания стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью. Расчет T-критерия Вилкоксона применялся для оценки результативности разработанной тренинговой программы в экспериментальной группе.

Результаты

Описание тренингового воздействия

Тренинговое воздействие предполагало проведение 8 групповых встреч в смешанном составе. Отбор участников в группу осуществлялся с соблюдением этического регламента и добровольного согласия пациентов, а также с учетом выраженности уровня их дезадаптивных стратегий поведения в сочетании со стресс-истощенностью и преобладающей экстернальностью личности.

Программа выстраивалась на основании элементов когнитивно-поведенческой терапии, направленных на создание когнитивной и практической основы функциональных навыков и работу с убеждениями (Beerse, Van Lith, & Stanwood, 2020); гештальт-подход в терапии был интегрирован для формирования основ распознавания, мониторинга собственного состояния и его вербализации; элементы экзистенциального подхода интегрированы для конфронтации с границами «Я» и исследования образов «Я-концепции»; техники телесно-ориентированной терапии в сочетании с арт-техниками интегрированы для обеспечения релаксационного компонента занятий (Kelly, Humphreys & Ferri, 2020).

Программа психокоррекционных занятий представлена в Приложении.

Скрининг-тест алкоголизма

Согласно Мичиганскому скрининг-тесту алкоголизма, в группе 2 алкогольная зависимость у респондентов не выявлена. Подозрение на синдром зависимости

в данной группе у 10% мужчин (3 респ.) и у 3,3% женщин (1 респ.) является промежуточной стадией злоупотребления и не может соотноситься с установленным диагнозом. Исследуемые в группе 2 не имеют в анамнезе диагностированной алкозависимости. В группе 1 алкогольная зависимость выявлена у 100% исследуемых (60 респ.), на период проведения диагностики респонденты являлись пациентами наркологических отделений.

Преодоление трудных жизненных ситуаций

Применение теста «Преодоление трудных жизненных ситуаций» в адаптации Н. Е. Водопьяновой отражает склонность к повышенной раздражительности, конфликтности поведения и агрессивным тенденциям у мужчин с хроническим алкоголизмом ($SD = 14,2$). При этом в поведенческом репертуаре отмечается склонность к часто необоснованному и утрированному сочувствию к себе ($SD = 10,3$). Стремление к делегированию ответственности на референтную группу лиц отмечается у аддиктивных женщин при переживании трудностей, наряду с ожиданием эмоциональной поддержки и заинтересованности в повышении их благополучия ($SD = 23,4$). Вместе с тем, негативные переживания не находят своего конструктивного разрешения и приводят к оценке алкоголя как средства, способствующего купированию стресса ($SD = 24$). Респонденты с зависимостью проявляют склонность к однотипной когнитивной оценке трудностей, выстраивая отчетливо негативные образы возможных последствий, наряду со снижением целенаправленности и проблемной ориентированности поведения.

Занятия могут снижают дезадаптивные проявления жалости к себе ($T_{\text{эмп.}} = 0$ у мужчин и $T_{\text{эмп.}} = 5$ у женщин). Компонент деятельностного преодоления трудностей, контроль над ситуацией становится выраженным у мужчин ($T_{\text{эмп.}} = 3$) и женщин ($T_{\text{эмп.}} = 10$) с алкогольной зависимостью после посещения тренинговых занятий ($U_{\text{эмп.}} = 98$), что может указывать на повышение умения анализировать ситуацию, планировать и исполнять необходимые действия для разрешения проблемы.

Способы совладающего поведения

В экспериментальной группе опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса Р. и Фолкман С. указывает на выраженное преобладание у мужчин конфронтации в сочетании с избеганием трудностей (70% респ.) при низком самоконтроле (90% респ.), указывая на импульсивность и утрату целенаправленности поведения. Посещение занятий снижает чрезмерную напряженность дезадаптивных копинг-стратегий. До посещения тренинга для женщин присуща выраженная необходимость в поиске социальной поддержки (80% респ.), низкий уровень принятия ответственности (90% респ.) и планирования решения проблемы (100% респ.).

Воздействие занятий повышает склонность избирать конструктивные стратегии поведения. Можно сделать вывод о том, что тренинговое воздействие способствует

положительной динамике и изменению поведения в сторону большей адаптивности. Умеренное использование конфронтации в трудных жизненных ситуациях указывает на формирование навыков конструктивного отстаивания собственной позиции, что подтверждается статистически: $T_{\text{эмп.}} = 9$ у мужчин и $T_{\text{эмп.}} = 3$ у женщин. Результаты указывают на изменение в пользу более самостоятельного и деятельного разрешения трудностей ($T_{\text{эмп.}} = 1$ у мужчин и $T_{\text{эмп.}} = 0$ у женщин).

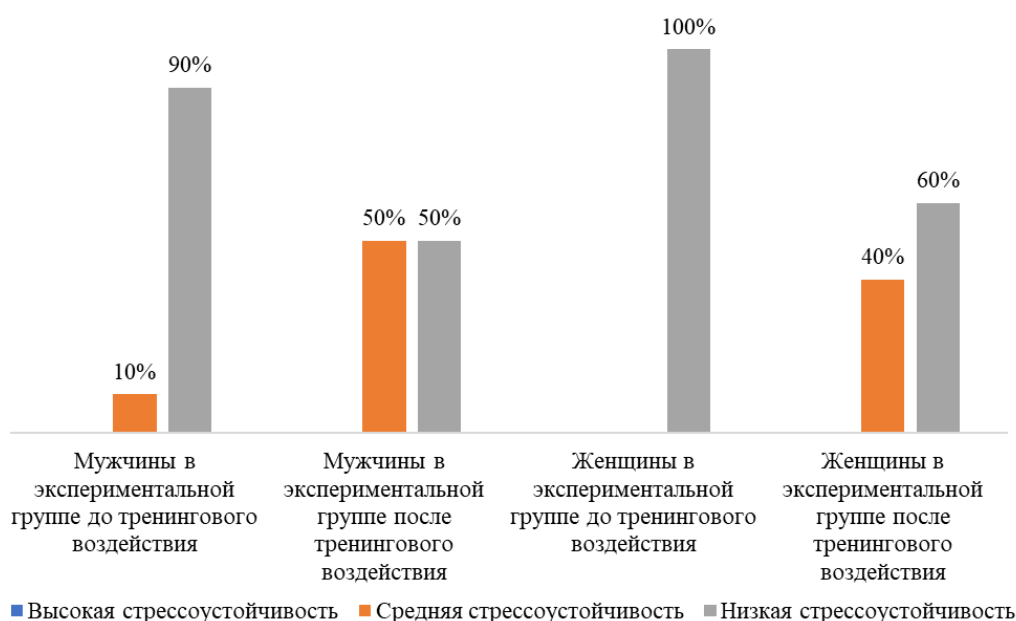
Занятия способствуют повышению принятия ответственности, установлению причинно-следственной связи между личным вкладом в разрешение ситуации, а также последствиями подобного вмешательства ($T_{\text{эмп.}} = 0$ у мужчин и $T_{\text{эмп.}} = 6$ у женщин) и снижают вероятность накопления неразрешенных ситуаций ($T_{\text{эмп.}} = 3,5$ у мужчин и $T_{\text{эмп.}} = 6$ у женщин). Деадаптивные проявления сохранены у пациентов, не привлеченных к психокоррекции.

Склонность к развитию стресса

Показатели по шкалам опросника, определяющего склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и С. Тейлору) у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью до и после тренинга представлены на рисунке 1.

Рисунок 1

Соотношение уровней стрессоустойчивости мужчин и женщин в экспериментальной группе до и после тренингового воздействия по опроснику, определяющему склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и С. Тейлору)



До посещения занятий в группе выраженное стрессовое состояние и низкая стрессоустойчивость указывают на недостаточную устойчивость алкоголизованных респондентов и развитие негативных последствий при отсутствии соответствующих мер (рис. 1). Интенсивность переживания стресса у аддиктивных мужчин и женщин может усиливаться посредством неэффективного ответа на действие трудных жизненных ситуаций, тем самым побуждая к повторному приему алкоголя. Занятия в группе способствуют повышению стрессоустойчивости пациентов. Тренинговое воздействие выступает в качестве мер, препятствующих развитию стрессового состояния, а также способствует освоению навыков саморегуляции поведения, приемов релаксации и переоценки ситуации ($T_{\text{эмп.}} = 6,5$ у мужчин и $T_{\text{эмп.}} = 0$ у женщин). Большая склонность к развитию стресса характерна для респондентов контрольной группы, не посещавших занятия ($U_{\text{эмп.}} = 125,5$).

Уровень субъективного контроля

Рассмотрим результаты, полученные по опроснику «УСК» (Бажин Е. Ф., Голынкина Е. А., Эткинд Л. М.). При отсутствии соответствующих коррекционных мер, личность у алкоголизованных мужчин и женщин характеризуется отчетливым преобладанием экстернальности во всех исследуемых сферах. Значимые события вне зависимости от их масштаба и эмоционального заряда воспринимаются в качестве итога воздействия неподконтрольных обстоятельств извне (100% респ.). Выстраивание основ для проявления интернальности личности алкозависимых будет способствовать повышению самооэффективности и ощущению контроля над ситуациями, возможность проявить действия для их преобразования. Несмотря на ранее выявленную значимость получения социальной поддержки, женщины с алкогольной зависимостью не склонны проявлять инициативу и ответственность как в семье (70% респ.), так и при межличностном общении (100 респ.), ожидая активных действий со стороны окружения. Пассивная позиция и делегирование ответственности на окружающих отмечается у аддиктов вне зависимости от пола также в отношении здоровья, выявляя пассивность позиции при лечении и проявления алкогольной анозогнозии (100% мужчин и 100% женщин).

Групповые занятия способствуют повышению ответственности в области эмоционально положительных событий у 50% мужчин (5 респ.) и 30% женщин (3 респ.), что подтверждается статистически: $T_{\text{эмп.}} = 6$ у мужчин и $T_{\text{эмп.}} = 5,5$ у женщин. Респонденты, посещавшие занятия, проявляют большую степень общего субъективного контроля ($U_{\text{эмп.}} = 90$), а также интернальности в области достижений, чем респонденты контрольной группы ($U_{\text{эмп.}} = 101$). Тренинговое воздействие способствует повышению ответственности в ситуациях, связанных с семейным взаимодействием у 40% мужчин (4 респ.) и 50% женщин (5 респ.), однако, значимые показатели выявлены только у женщин ($T_{\text{эмп.}} = 2$), что, предположительно, может быть связано с их большей ориентированностью на взаимодействие с другими

людьми, получение внимания и сочувствия. Тем не менее, экстернальность в области здоровья на данном этапе не поддается коррекции, что, предположительно, можно аргументировать хроническим течением зависимости и прогрессивностью заболевания, наряду с проявлениями анозогнозии и неустойчивой внутренней мотивацией на трезвость.

Обсуждение результатов

Проведение исследования позволяет сделать вывод об отчетливой выраженности дезадаптивных и неконструктивных стратегий у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью. Для пациентов с данным наркологическим заболеванием присуще явление алкогольной деградации, что может, вероятнее всего, оказывать эффект на отсутствие межполовых различий в предпочитаемых стратегиях преодоления трудных жизненных ситуаций (Братусь, 1988). Для респондентов с алкогольной зависимостью характерно проявлять враждебность в сочетании с высоким уровнем агрессии и конфронтации при сниженном самоконтроле, наряду с избеганием ответственности и необходимости действенного разрешения ситуации (Фоломкин, Вепренцова, 2021). Прием ПАВ выступает в качестве ведущего компонента в преодолении трудных жизненных ситуаций (Beerse, Van Lith & Stanwood, 2020). Социально-поддерживающий процесс также имеет псевдоадаптивный характер: при развитии базисной стратегии «поиск социальной поддержки», пациент ориентирован на локальную алкогольную среду, а не на просоциальное поддерживающее поведение (Белоколов, Малкова, 2016).

Поскольку употребление алкоголя оказывает деструктивный эффект на нервную систему и высшую нервную деятельность, некупированное психоэмоциональное напряжение при дезадаптивном поведении также снижает устойчивость к воздействию стрессогенных ситуаций (Saunders, Degenhardt, Reed & Poznyak, 2019). Для алкоголизованных лиц более характерна высокая склонность к развитию стресса, общая истощенность внутренних ресурсов личности (Castillo-Carniglia, Keyes, Hasin & Cerdá, 2019). Принимая в учет данные о патогенезе алкогольной зависимости, отмечается, что у аддиктивных женщин данный дезадаптивный механизм протекает ускоренно и интенсивно, что обусловлено высокой прогрессивностью заболевания и более тяжелыми клиническими проявлениями в целом (Бохан, Анкудинова, Мандель, 2013).

Немаловажным является выраженное отсутствие ресурсов к совладанию с трудностями, обеспечивающими связь личностных характеристик и социальной ситуации аддикта: деформированные и негативные образы «Я-концепции» в сочетании с отсутствием проявлений эмпатии и аффилиации, экстернальность локуса контроля преимущественно во всех областях социальных отношений (Милаева, 2023; Степанова, Салимова, 2020). Приведенные характеристики оцениваются в качестве деструктивных психологических факторов, усиливающих индивидуальную

потребность аддиктов в спиртных напитках (Гончарова, 2022). Отличительной чертой данной модели является отсутствие факторов, обеспечивающих сохранение и устойчивость психологического благополучия больных, что может дополнительно усиливать дезадаптацию (Ялтонский, 2017). В контексте приведенной модели, аддикция выступает в качестве малоадаптивного, стресс-совладающего поведения. Данные исследований Castillo-Carniglia et al. (2019) также указывают на прямую взаимосвязь эффективности преодоления трудностей и снижения частоты рецидивов.

Поведение аддикта во многом зависит от того, как воспринимается и оценивается актуальная или потенциальная ситуация, важен также уровень развития базисных копинг-ресурсов: уверенность в себе, компетентность, степень признания наличия аддикции, самоконтроль (Barman, 2019; Khantzian, 2021). В ситуации приобщения алкозависимых к процессу освоения когнитивных и практических основ адаптивных стратегий, прогрессивный процесс заболевания может стать подконтрольным и поддаваться коррекции (Белоколов, Малкова, 2016; Рачок, 2001).

Рассматривая необходимость формирования устойчивой внутренней мотивации, преодоления противоречивости поведения пациентов, а также выработку адаптивных и функциональных стратегий, в процессе комплексного реабилитационного процесса могут проводиться как личные, так и смешанные групповые занятия (Breuninger et al., 2020). Предпочтение зачастую отдают лично-ориентированной терапии, также курируют процесс исполнения программы трезвости (Kuhlemeier et al., 2021).

Заключение

Согласно полученным результатам, алкоголизированные мужчины и женщины склонны проявлять выраженную агрессию и конфронтацию в сочетании с низким самоконтролем и принятием ответственности, наряду с избеганием деятельного и активного разрешения трудностей. Помимо данных дезадаптивных проявлений, аддиктам присуща выраженная ориентированность на получение социальной поддержки и сочувствия от окружения, направленность на локальную алкоголизированную социальную среду и оценка алкоголя как средства снятия психоэмоционального напряжения.

Разработанная тренинговая программа показывает свою эффективность в аспекте повышения выраженности активных и целенаправленных стратегий преодоления, ориентированных на действенное разрешение проблемы, как у алкоголизированных мужчин, так и у женщин. Возрастают тенденции к самоконтролю, принятию ответственности в сочетании с контролем над стрессовой ситуацией при повышении интернальности личности, а также снижение склонности к развитию стресса выступает в качестве важных внутриличностных ресурсов, способствуя формированию конструктивного поведения алкозависимых больных.

Данные проведенного исследования могут быть полезны не только в ситуации наркологического лечения на фоне поставленного диагноза, но также выступать основной для составления психопрофилактических программ и просветительских мероприятий среди населения подросткового и юношеского возраста.

Литература

- Абдурахманов, Р. А. (2019). Психологические особенности совладающего поведения личности в трудной жизненной ситуации. *Человеческий капитал*, (6), 333–342.
- Белоколов, В. В., Малкова, Е. Е. (2016). *Психологические технологии формирования приверженности лечению и реабилитации наркозависимых*. Юрайт.
- Бордоносенко, А. С. (2023а, апрель). *Междисциплинарность в современном медицинском знании: сборник избранных статей Международной научно-теоретической конференции*. Ростов-на-Дону: Ростовский государственный медицинский университет.
- Бордоносенко, А. С. (2023b). Стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью. *Северо-Кавказский психологический вестник*, 21(1), 49–57.
- Бохан, Н. А., Анкудинова, И. Э. & Мандель, А. И. (2013). *Коморбидные формы алкоголизма у женщин*. Томск: Наука.
- Братусь, Б. С. (1988). *Аномалии личности*. Москва: Мысль.
- Гончарова, М. В. (2022). Коррекция созависимого состояния женщин, имеющих мужей с алкогольной зависимостью. *Наука 21 века: вопросы, гипотезы, ответы*, 2(42), 20–30.
- Дмитриев М. Г., Белов В. Г., Парфенов Ю. А. (2010). *Психолого-педагогическая диагностика делинквентного поведения у трудных подростков*. СПб.: Пони.
- Евтушенко, Е. А., Карнаухов, В. А. (2018, май). *Психология и педагогика XXI века: теория, практика и перспективы: материалы V Международной научно-практической конференции «Специфика защитно-совладающего поведения личности и его взаимосвязь с психологическим здоровьем человека»*. Чебоксары: Интерактив плюс.
- Крюкова, Т. Л. & Куфтяк, Е. В. (2007). Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ). *Журнал практического психолога*, (3), 93–112.
- Мандель, А. И. (2018). Семейная психотерапия созависимых родственников больных алкоголизмом с учетом данных семейно-генетического анализа и индивидуально-психологической диагностики: результаты и оценка эффективности. *Сибирский вестник психиатрии и наркологии*, (98), 81–88.
- Милаева, Т. В. (2023). Особенности Я-концепции и копинг поведения у людей с алкогольной зависимостью. *Society and Security Insights*, 6 (1), 107–124.
- Нартова-Бочавер, С. К. (1997). «Coping behavior» в психологии личности. *Психологический журнал*, (5), 20–30.
- Парфенова, Н. Б. (2009). О подходах к классификации и диагностике жизненных ситуаций. *Вестник Псковского государственного университета*, (9), 109–117.
- Райгородский, Д. Я. (ред.). (2001). *Практическая психодиагностика. Методики и тесты*. Издательский Дом «Бахра-м».
- Рачок, В. В. (2020). Копинг-поведение у лиц с алкогольной зависимостью: клинический случай. *Молодежная наука и современность*, (13), 263–265.
- Степанова, Н. В., & Салимова, Е. А. (2020). Ценностно-смысловое содержание личности и совладающее поведение у больных алкоголизмом. *Международный научно-исследовательский журнал*, 97(7-2), 105–109.

- Фадеева, Е. В., Лановая, А. М. (2024). Изучение мотивационной сферы личности и психоэмоциональных особенностей у пациентов с наркологическими расстройствами на различных этапах лечебно-реабилитационного процесса. *Психология и право*, 14(2), 199–218.
- Фоломкин, И. М., Вепренцова, С. Ю. (2021). Особенности копинг стратегий и механизмов психологической защиты у лиц с алкогольной зависимостью. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*, 4(5), 91–102.
- Цапенко, А.В. (2021). Скрытые влечения женщин с алкогольной зависимостью. *Инновационная наука: психология, педагогика, дефектология*, 4(6), 64–75. <https://doi.org/10.23947/2658-7165-2021-4-6-64-75>
- Шайдукова, Л. К. (2005). Феномен стигматизации в наркологической практике. *Казанский медицинский журнал*, (1), 55–58.
- Ялтонский, В. М. (2017). Теоретическая модель мотивации к лечению зависимости от психоактивных веществ. *Вопросы наркологии*, (6), 60–69.
- Barman, H. (2019). Coping strategies used by wives of patients with alcohol related disorders. *International Journal of Nursing Education and Research*, 7(2), 237–241.
- Beerse, M. E., Van Lith, T. & Stanwood, G. (2020). Therapeutic psychological and biological responses to mindfulness-based art therapy. *Stress and Health*, (36), 419–432.
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2019). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. *The handbook of stress and health: A guide to research and practice*, 349–364.
- Breuninger, M. M., Grosso, J. A., Hunter, W., & Dolan, S. L. (2020). Treatment of alcohol use disorder: Integration of Alcoholics Anonymous and cognitive behavioral therapy. *Training and Education in Professional Psychology*, 14(1), 19.
- Castillo-Carniglia, A., Keyes, K. M., Hasin, D. S., & Cerdá, M. (2019). Psychiatric comorbidities in alcohol use disorder. *The Lancet Psychiatry*, 6(12), 1068–1080.
- Heim, E. (1988). Koping and adaptivited gibtes geeignetes oder ungeeignetes koping. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 1, 8–15.
- Kelly, J. F., Humphreys, K. & Ferri, M. (2020). Alcoholics Anonymous and other 12 step programs for alcohol use disorder. *Cochrane database of systematic reviews*, (3), 185–196.
- Khantzian, E. J. (2021). Psychodynamic psychotherapy for the treatment of substance use disorders. *Addiction treatment: International perspectives*, (32), 383–389.
- Kuhlemeier, A., Desai, Y., Tonigan, A., Witkiewitz, K. & Jaki, T. (2021). Applying methods for personalized medicine to the treatment of alcohol use disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 89(4), 288.
- Lazarus, R. S. (1998). The stress and coping paradigm. *Fifty years of the research and theory of R.S. Lazarus: An analysis of historical and perennial Issues*, 182–220.
- Saunders, J. B., Degenhardt, L., Reed, G. M., & Poznyak, V. (2019). Alcohol use disorders in ICD-11: Past, present, and future. *Alcoholism: Clinical and experimental research*, 43(8), 1617–1631.
- Spivakovskaya, A.S., Lutsenko, A.M. (2021). Resource Factors Allowing People with Alcohol-addicted Parents to Overcome Their Negative Emotions: A Latent Variable Model and Content Analysis. *Psychology in Russia: State of the Art*, 14(2), 25–41. <https://doi.org/10.11621/pir.2021.0203>

Поступила в редакцию: 07.07.2024

Поступила после рецензирования: 12.08.2024

Принята к публикации: 12.08.2024

Заявленный вклад авторов

Светлана Сергеевна Кузенко – формулирование концепции исследования, разработка методологии исследования; подготовка плана и научное редактирование текста статьи; оформление приложений статьи и описания программы психокоррекционных групповых занятий; перевод и оформление статьи на английском языке.

Анастасия Сергеевна Бордоносенко – обзор исследований по проблеме статьи, статистическая обработка эмпирических данных в программе Statistica 13.3, интерпретация результатов исследования, формулировка выводов, разработка и апробация программы групповых тренинговых занятий, формирование методических рекомендаций.

Информация об авторах

Кузенко Светлана Сергеевна – кандидат психологических наук, доцент, Академия психологии и педагогики, Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация; SPIN-код РИНЦ: 4827-2828, Scopus ID: 57224214368, Author ID:1070789, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8539-0770>; e-mail: kuzenko@sfedu.ru

Бордоносенко Анастасия Сергеевна – ассистент кафедры психофизиологии и клинической психологии, Академия психологии и педагогики, Южный Федеральный Университет, Ростов-на-Дону, Российская Федерация; SPIN-код РИНЦ: 2710-9932, Web of Science ResearcherID LQK-0696-2024, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-0643-6344>; e-mail: bordonosenko@sfedu.ru

Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Приложение

Программа групповых занятий для мужчин и женщин с алкогольной зависимостью

Цель

Повышение уровня выраженности адаптивных стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций у мужчин и женщин с алкогольной зависимостью, наряду с редукцией дисфункциональных и дезадаптивных поведенческих стратегий; повышение уровня интернальности локуса контроля личности, а также снижение выраженности стресса и актуализация ресурсов к его преодолению.

Задачи

оказание общего психологического просвещения мужчин и женщин с алкогольной зависимостью, посещающих тренинговые занятия; обучение навыкам распознавания, мониторинга и вербализации собственного эмоционального состояния и выявление причин его возникновения, обучение навыкам адаптивного поведения; обучение навыкам совладения с агрессивным поведением, выраженной конфронтацией и гневом, развитие возможностей саморегуляции, укрепление умения дифференцировать собственные переживания; обучение навыкам принятия ответственности и редукция выраженности стратегии избегания трудностей, актуализация позитивных личностных ресурсов и повышение интернальности как личностной характеристики; исследование и интеграция образов «Я-концепции» участников группы, повышение рефлексивности личности и выстраивание внутренних психологических опор, позитивных личностных ресурсов к преодолению трудных жизненных ситуаций; формирование когнитивной основы навыков уверенного поведения, открытого выражения чувств; формирование когнитивной основы понимания психологических барьеров в межличностном общении и практическая работа над формированием, закреплением навыка их преодоления; закрепление навыков открытого выражения позитивных и негативных чувств участников тренинга на основе актуализации их личного опыта; актуализация позитивных внутриличностных ресурсов участников тренинга, саморефлексия и положительная переоценка основных жизненных аспектов личности.

Критерии включения в группу

Алкозависимые мужчины и женщины, проявляющие высокую выраженность дезадаптивных стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций: агрессия, конфронтация, избегание, поиск социальной поддержки и прием ПАВ (алкоголя),

наряду с низкой стрессоустойчивостью и преобладающей экстернальностью локуса контроля.

Форма проведения занятий

Групповая смешанная форма работы (10 алкозависимых мужчин и 10 алкозависимых женщин).

Используемые методы и техники

Когнитивно-поведенческая терапия: формирование когнитивной основы функциональных навыков с помощью тематических информационных блоков; методики экзистенциальной терапии: Методики прояснения и проработки, методика «жизненного пути (континуума)», методики конфронтации с экзистенциальными границами «Я» (столкновения с границами близости), методика углубления свободы выбора и ответственности: осознание неадаптивных защит и способов уклонения от ответственности, мотивационное письмо в будущее; элементы телесно-ориентированной терапии; гештальт подход в терапии: техники «Здесь и сейчас», «Построение живых цепочек», «Интегрирующее осознание», «Мне это нравится / Мне это не нравится»; арт-терапевтические техники: Метафорический автопортрет, «Карта моей души»

Общее время работы, частота встреч

8 психокоррекционных встреч, 3 раза в неделю.

Длительность коррекционного занятия

8 занятий по 90 минут.

Предполагаемый результат

Редукция выраженности дезадаптивных стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций, а также повышение показателей, связанных с функциональным и адаптивным поведением: принятие ответственности, планирование решения проблемы, положительная переоценка ситуации.