

УДК 159.9

Особенности психологического благополучия людей с алкогольной зависимостью

Клищенко Роза Николаевна

Аспирант,
Алтайский государственный университет,
656049, Российская Федерация, Барнаул, просп. Ленина, 61;
e-mail: klishhenko82@mail.ru

Аннотация

В статье представлены результаты эмпирического исследования психологических особенностей людей с алкогольной зависимостью. Был проведен сравнительный анализ показателей по методикам: Шкала психологического благополучия К. Рифф (в модификации Т.Д. Шевеленковой и Т.П. Фесенко), Тест на иррациональные установки А. Эллиса, Шкала депрессии А. Бека, Шкала проявлений тревоги Тейлора в адаптации Т.А. Немчина. В исследовании приняли участие 30 мужчин и женщин с алкогольной зависимостью, начинающих лечение в одном из медицинских социализированных центров города Барнаула. В качестве контрольной группы представлены 30 мужчин и женщин, употребляющих алкоголь не чаще 1 раза в неделю. В результате обработки данных были выявлены статистически значимые различия в выраженности показателей психологического благополучия и тревожности у людей с алкогольной зависимостью и контрольной группой респондентов.

Для цитирования в научных исследованиях

Клищенко Р.Н. Особенности психологического благополучия людей с алкогольной зависимостью // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 12А. С. 33-40.

Ключевые слова

Психологическое благополучие, особенности психологического благополучия, алкогольная зависимость, иррациональные установки, тревожность.

Введение

Современный этап политического и социально-экономического развития общества, произошедший ряд глобальных потрясений оказывает значительное влияние на личностные психологические процессы и состояние граждан. Люди часто оказываются в сложных ситуациях. В связи с этим в центре внимания общества оказывается стремление к улучшению качества жизни, развитию психологического здоровья. И в данной ситуации психологическое благополучие является феноменом, который позволяет нам исследовать психологический и эмоциональный статус людей в сложившейся ситуации, об отношении к самим себе и обстоятельствам вокруг.

Особенно актуально изучать данный феномен у людей с алкогольной зависимостью, так как знание особенностей психологического благополучия лиц с зависимостью позволит выстраивать более эффективную систему реабилитации и ресоциализации, а также разработать систему профилактики. Так как в ситуации социальной и политической неопределенности многие люди могут прибегать к злоупотреблению алкоголем как к способу справиться со стрессом, что приведет к увеличению алкоголизации населения.

Основное содержание

Проблема алкогольной зависимости давно вызывает беспокойство среди ученых, так как люди, склонные к чрезмерному употреблению спиртного, создают проблемы не только для себя, но и для своего окружения и общества в целом. А.В. Воронина, Э. Динер, К. Рифф, Т.П. Фесенк, Т.Д. Шевеленкова и другие подробно анализируют проблематику психологического благополучия как показателя психологического здоровья не только отдельной личности, но и общества в целом. При этом профилактика и борьба с алкоголизмом, а также исследование его причин, становятся ключевыми направлениями в работах таких специалистов, как Б.С. Братусь, Н.В. Говорин, А.В. Немцов и прочих ученых.

Согласно данным статистики 80% мужчин и 55% женщин взрослого возраста в России употребляют алкоголь [Степанова, Слепухина, Безенкова, 2018]. Часто потребление спиртных напитков служит попыткой забыть о проблемах, столкнувшись с жизненными неурядицами, или же как средство достижения ощущения расслабления и иллюзии благополучия, при котором кажется, что человек испытывает радость, свободу и некое подобие счастья [Запесоцкая, 2019]. В результате происходит трансформация мотивационной сферы личности, происходит сдвиг мотива на цель, что оказывает влияние на все сферы жизни человека [Степанова, Слепухина, Безенкова, 2018].

Очевидно, что тематика влияния алкоголя на психическое здоровье и устойчивость личности требует большего внимания ученых, учитывая малое количество проведенных исследований в этом направлении с учетом новейших условий жизни. Именно это делает изучение вопроса о психологическом благополучии людей с алкогольной зависимостью актуальным на сегодняшний день.

Психологическое благополучие, согласно Н. Брэдберну, обусловлено индивидуальным восприятием людьми своего эмоционального реагирования на происходящие в их жизни события, будь то несчастья или радость [Брэдберн, 2005]. Сутью этого процесса является заключение в том, что эмоциональное состояние человека, формирующееся под влиянием его переживаний и впечатлений, приводит к субъективному чувству удовлетворенности или

неудовлетворенности своей жизнью. В соответствии с работой Н. Брэдберна, именно внутренняя обработка этих эмоциональных моментов складывается в опыт, который способствует формированию либо положительного, либо отрицательного эмоционального фона, в зависимости от того, как преобладает одно из этих состояний [Брэдберн, 2005]. Психологическое благополучие, таким образом, можно расценивать как некую балансировку между полюсами переживаний, где ключевую роль играет способность человека адаптироваться к меняющимся условиям и реалиям своей жизни, преодолевая трудности и ценя моменты радости.

В рамках исследования психологического благополучия человека Э. Динер выделяет три основных фактора: чувство удовлетворения, переживание положительных и отрицательных эмоций, которые в совокупности помогают раскрыть суть данного явления [Diener, 1984]. Состояние человеческого благополучия тесно связывается с рядом характеристик личности, включая умение любить себя, наличие уверенности, способность к адекватной самооценке, общительность, доброжелательное отношение к окружающим и эмоциональное равновесие. В свою очередь, К. Рифф выделила шесть ключевых аспектов, влияющих на психологическое благополучие: умение принимать себя, строить позитивные отношения с другими, ощущение личной свободы, эффективное взаимодействие с окружением, наличие жизненных целей и возможность для личностного развития [Ryff, 1995].

Л.В. Карапетян рассматривает психологическое благополучие как сложное явление, которое формируется под влиянием ряда различных аспектов, включая социальные, культурные, экономические, психологические, физические, и духовные факторы [Карапетян, 2014]. Ключевыми элементами для достижения этого состояния являются наличие конкретных целей, доступность ресурсов для их достижения, а также успешность в осуществлении запланированных действий и поведенческих стратегий.

В своих исследованиях Т.Д. Шевеленкова подчеркивает, что психологическое благополучие представляет собой комплексное чувство, ощущаемое как счастье и удовлетворенность собою и своей жизнью, что тесно связано с удовлетворением основных человеческих потребностей [Шевеленкова, Фесенко, 2005].

Таким образом, центральной задачей стоит определение ключевых аспектов психологического благополучия людей с алкогольной зависимостью, чтобы обеспечить им необходимую и специфическую психологическую поддержку.

Основной целью данной работы является раскрытие особенностей психологического благополучия людей с алкогольной зависимостью. В рамках исследования планируется углубленно рассмотреть, что подразумевается под «психологическим благополучием», определить и критически осмыслить ключевые аспекты этого явления, и также провести сравнительный анализ показателей у людей с алкогольной зависимостью и без нее.

Гипотеза исследования заключается в проверке предположения, что существуют значимые различия в выраженности психологического благополучия у людей с установленной алкогольной зависимостью и у тех, кто не имеет трудностей с злоупотреблением спиртосодержащих напитков.

Методы. Исследование проводилось на базе Барнаульского медицинского центра «Интервал», одним из направлений работы которого является лечение людей с алкогольной зависимостью. В качестве основной группы респондентов выступили 30 пациентов данной клиники, стоящие на учете у врача-нарколога в связи с алкогольной зависимостью (20 мужчин и 10 женщин, в возрасте от 38 до 55 лет). Контрольную группу составили 15 мужчин и 15 женщин

в возрасте от 37 до 52 лет, употребляющие алкоголь не чаще 1 раза в неделю, никогда не стоящие на учете у врача-нарколога. Исследование проводилось при помощи следующих методик: Шкала психологического благополучия К. Рифф (в модификации Т.Д. Шевеленковой и Т.П. Фесенко), Тест на иррациональные установки А. Эллиса, Шкала депрессии А. Бека, Шкала проявлений тревоги Тейлора в адаптации Т.А. Немчина.

Применение данных методик позволяет оценить не только субъективное представление людей с алкогольной зависимостью о своем психологическом благополучии, в результате анализа их ответов на вопросы об его оценке (Шкала психологического благополучия К. Рифф), но и провести анализ по показателям, косвенно отражающих психологическое состояние респондента, позволяющие дать оценку его психологическому благополучию (иррациональные установки и эмоциональное состояние).

Результаты. Анализ показателей по методике «Шкала психологического благополучия» К. Рифф при помощи Т-критерия Стьюдента показал, что существуют значимые различия по ряду шкал.

Таблица 1 - Результаты сравнительного анализ показателей по методике «Шкала психологического благополучия» К. Рифф у людей с алкогольной зависимостью и контрольной группой

Шкалы	Люди с алкогольной зависимостью		Контрольная группа		Значимость Т-Критерия
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение	
Психологическое благополучие	304,81	52,94	350,83	51,24	0,046
Позитивное отношение с другими	48,23	11,42	55,16	12,51	0,374
Автономия	48,38	12,97	61,16	9,87	0,008
Управление средой	52,66	7,41	61,5	11,93	0,039
Личностный рост	55,91	8,74	60,5	5,13	0,265
Цели в жизни	52,57	8,88	62,51	9,11	0,005
Самопринятие	47,07	8,26	50	7,53	0,301

Таким образом, люди с алкогольной зависимостью значимо меньше ощущают себя психологически благополучными. Они часто ощущают сильную привязанность к мнению и оценкам окружающих, ориентируются на них при принятии ключевых решений и склонны подвергаться влиянию социального давления, стремясь соответствовать ожиданиям других в своих действиях и размышлениях. Эти лица сталкиваются с трудностями в структурировании своего ежедневного бытия, ощущают бессилие перед лицом текущих жизненных ситуаций, не проявляют осторожности перед возможностями, которые представляются им, и испытывают отсутствие власти над событиями в своей жизни. Часто они признают, что их личностное развитие остановилось, они не чувствуют ни улучшения своего состояния, ни возможности самореализоваться, страдают от скуки и потери интереса к жизни, а также от невозможности построить новые социальные связи или пересмотреть собственные поведенческие паттерны. Их существование кажется бесцельным и лишенным значимых устремлений. Они не способны уловить какое-либо направление в прошлом, не видят перед собой никаких перспектив или убеждений, которые могли бы придать их жизни смысл. У них отсутствуют определенные цели или стремления, оставляя их в состоянии утраты смысла жизни.

Таблица 2 - Результаты сравнительного анализ показателей по методике «Тест на иррациональные установки» А. Эллиса у людей с алкогольной зависимостью и контрольной группой

Шкалы	Люди с алкогольной зависимостью		Контрольная группа		Значимость Т-критерия
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение	
Катастрофизация	14,83	2,03	18,04	4,38	0,032
Долженствование в отношении себя	15,83	1,87	18,28	2,52	0,045
Долженствование в отношении других	18,83	2,94	17,95	2,99	0,429
Низкая фрустрационная толерантность	17,42	2,94	21	2,65	0,048
Самооценка и рациональность мышления	17,81	4,79	17,83	3,68	0,986

Следовательно, люди, страдающие от алкоголизма, имеют уникальное восприятие негативных событий, склоняясь к их гиперболизации как катастрофических. Также они характеризуются неоправданно завышенными ожиданиями от собственной персоны и обладают сниженной способностью адекватно реагировать на разочарования, что указывает на их ограниченный потенциал в преодолении стресса.

Таблица 3 - Результаты сравнительного анализ показателей по методике «Шкала депрессии» А. Бека у людей с алкогольной зависимостью и контрольной группой

Шкалы	Люди с алкогольной зависимостью		Контрольная группа		Значимость Т-критерия
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение	
Общий балл	3,71	3,11	8,61	6,46	0,004
Когнитивно-аффективная субшкала	3,14	2,05	6,11	4,76	0,014
Субшкала соматических проявлений депрессии	1,14	1,62	2,72	2,21	0,015

Стоит обратить внимание, что показатели значимо выше именно у контрольной группы респондентов. Они в большей степени отмечали у себя различные, хоть и незначительные, признаки сниженного настроения и ухудшение самочувствие. Это важно рассмотреть в совокупности с показателями по следующей психодиагностической методике.

Таблица 4 - Результаты сравнительного анализ показателей по методике «Шкала проявлений тревоги Тейлора» в адаптации Т.А. Немчина у людей с алкогольной зависимостью и контрольной группой

Шкалы	Люди с алкогольной зависимостью		Контрольная группа		Значимость Т-критерия
	Среднее значение	Стандартное отклонение	Среднее значение	Стандартное отклонение	
Показатель тревожности	11,91	7,28	16,11	9,93	0,013

Таким образом, люди с алкогольной зависимостью демонстрируют более низкие показатели как депрессивного состояния, так и тревожности. Систематическое употребление алкоголя способствует притуплению ощущения тревоги и беспокойства за свое будущее и будущее своих близких. Люди с алкогольной зависимостью менее чувствительны к социально-экономическим и политическим переменам. Алкоголь стал для них эффективным способом сбежать от проблем.

В связи с этим при выстраивании психологической работы с людьми, борющимися с алкогольной зависимостью, важно обратить особое внимание на формирование и развитие новых эффективных способов справляться со стрессовыми ситуациями.

Обсуждение. Полученные данные позволяют по-новому посмотреть на проблему депрессии и тревожности людей с алкогольной зависимостью. В ряде исследований говорилось, что именно негативные переживания выступают как толчок для формирования алкогольной зависимости. Однако в данном случае доказано, что больше шанс развития депрессивных состояний и выше уровень тревожности у людей, не имеющих проблем с алкоголем.

Данные исследования могут быть использованы для развития системы психологической помощи населению Российской Федерации. Это будет способствовать как улучшению психологического состояния граждан, так и выступать в роли профилактики от злоупотребления алкоголем, так как часто именно алкогольная и иные формы зависимости используются как способ снижения психологического и физического напряжения.

Данное исследование носит пилотажный характер и требует дальнейшего продолжения изучения особенностей психологического благополучия людей с алкогольной зависимостью, расширение эмпирической базы. А также более четких критериев оценки алкогольной зависимости. Стоит обратить особое внимание при продолжении работы на людей, систематически употребляющих алкоголь, но не находящихся на учете у нарколога.

Заключение

В рамках исследования был проведен сравнительный анализ показателей психологического благополучия, иррациональных установок, выраженности депрессии и тревожности у людей, имеющих и не имеющих зависимость от алкоголя. Было доказано, что люди с алкогольной зависимостью демонстрируют меньший уровень психологического благополучия, они больше привязаны к мнению окружающих, сталкиваются с трудностями в структурировании своей жизни, не ощущают развитие себя и своей жизни, не ставят перед собой целей, которые хотели бы достигать. Также люди, начавшие лечение от алкоголизма, чаще прибегают к установке катастрофизмами, они демонстрируют неоправданно завышенные ожидания от самих себя и обладают сниженной стрессоустойчивостью. При этом показатели депрессивного и тревожного состояния выше у людей, не имеющих проблем с употреблением алкоголя, что может свидетельствовать о необходимости выстраивания эффективной системы психологической помощи населению Российской Федерации в сложившейся политико-экономической ситуации.

На основании полученных данных могут быть сформированы цели и направления психотерапевтической работы с людьми с алкогольной зависимостью, эффективность которых будет изучена при продолжении нашего исследования.

Библиография

1. Арутюнян М.С. Некоторые тенденции распространения алкогольной зависимости в России // Высокие технологии и инновации в науке : Сборник статей Ш международной научной конференции, Санкт-Петербург, 27 мая 2024 года. Санкт-Петербург: Гуманитарный национальный исследовательский институт НАЦРАЗВИТИЕ, 2024. С. 19-21.

2. Братусь Б.С. Аномалии личности. Психологический подход. М.: Никея, 2019. 912 с.
3. Брэдберн Н. Структура психологического благополучия. Ярославль: ИНФРА, 2005. 13 с.
4. Воронина А.В. Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа // Сибирский психологический журнал. 2005. № 3. С. 142-143.
5. Говорин Н.В., Сахаров А.В. Алкогольное бремя соматического стационара. Томск: Изд-во «Иван Федоров», 2010. 160 с.
6. Запесоцкая И.В. Особенности самоотношения при пивном алкоголизме // Региональный вестник. 2019. № 19(34). С. 7-8.
7. Карапетян Л.В. Теоретические подходы к пониманию субъективного благополучия // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2014. Т. 123. № 1. С. 171-182.
8. Мусаева Д.Б. Особенности акцентуаций характера женщин с алкогольной зависимостью // Научный журнал. 2021. № 2(57). С. 113-114.
9. Немцов А.В. Алкогольная история России: новейший период. М.: «Либроком», 2009. 320 с.
10. Связь типов мотивации и депрессивных состояний при алкогольной зависимости / Н. Э. Булкина, Е. В. Анищенко, С. И. Радионова, Р. Б. Бондарь // Журнал психиатрии и медицинской психологии. 2021. № 2(54). С. 94.
11. Степанова О.П., Слепухина Г.В., Безенкова Т.А. Психологические особенности людей, зависимых от психоактивных веществ // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2018. Т.7. №4 (25). С. 355-358.
12. Шевеленкова Т.Д., Фесенко Т.П. Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2005. №3. С. 95-121.
13. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95. №3. P. 542-575.
14. Ryff C. Psychological well-being in adult life // Current Direction in Psychological Science. 1995. № 4. P. 99-104.

Features of Psychological Well-Being in Individuals with Alcohol Dependence

Roza N. Klishchenko

Postgraduate Student,
Altai State University,
656049, 61 Lenin ave., Barnaul, Russian Federation;
e-mail: klishhenko82@mail.ru

Abstract

The article presents the results of an empirical study of the psychological characteristics of individuals with alcohol dependence. A comparative analysis of indicators was conducted using the following methods: the Psychological Well-Being Scale by C. Ryff (adapted by T.D. Shevelenkova and T.P. Fesenko), the Irrational Beliefs Test by A. Ellis, the Beck Depression Inventory, and the Taylor Manifest Anxiety Scale adapted by T.A. Nemchin. The study involved 30 men and women with alcohol dependence who were beginning treatment at one of the medical social centers in Barnaul. The control group consisted of 30 men and women who consumed alcohol no more than once a week. Data processing revealed statistically significant differences in the levels of psychological well-being and anxiety between individuals with alcohol dependence and the control group.

For citation

Klishchenko R.N. (2024) Osobennosti psikhologicheskogo blagopoluchiya lyudey s alkogolnoy zavisimostyu [Features of Psychological Well-Being in Individuals with Alcohol Dependence]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 13 (12A), pp. 33-40.

Keywords

Psychological well-being, features of psychological well-being, alcohol dependence, irrational beliefs, anxiety.

References

1. Arutyunyan M.S. Some trends in the spread of alcohol addiction in Russia // High technologies and innovations in science: Collection of articles of the LII international scientific conference, St. Petersburg, May 27, 2024. St. Petersburg: Humanitarian National Research Institute NATsRZAVITIE, 2024. Pp. 19-21.
2. Bratus B.S. Personality anomalies. Psychological approach. Moscow: Nikeya, 2019. 912 p.
3. Bradburn N. The structure of psychological well-being. Yaroslavl: INFRA, 2005. 13 p.
4. Voronina A.V. The problem of human psychological health and well-being: a review of concepts and experience of structural-level analysis // Siberian Psychological Journal. 2005. No. 3. Pp. 142-143.
5. Govorin N.V., Sakharov A.V. Alcohol burden of a somatic hospital. Tomsk: Ivan Fedorov Publishing House, 2010. 160 p.
6. Zapesotskaya I.V. Features of self-attitude in beer alcoholism // Regional Bulletin. 2019. No. 19 (34). P. 7-8.
7. Karapetyan L.V. Theoretical approaches to understanding subjective well-being // Bulletin of the Ural Federal University. Series 1: Problems of education, science and culture. 2014. Vol. 123. No. 1. P. 171-182.
8. Musaeva D.B. Features of character accentuations in women with alcohol dependence // Scientific journal. 2021. No. 2 (57). P. 113-114.
9. Nemtsov A.V. Alcoholic history of Russia: the latest period. Moscow: "Librokom", 2009. 320 p.
10. The relationship between types of motivation and depressive states in alcohol dependence / N. E. Bulkina, E. V. Anishchenko, S. I. Radionova, R. B. Bondar // Journal of Psychiatry and Medical Psychology. 2021. No. 2 (54). P. 94.
11. Stepanova O. P., Slepukhina G. V., Bezenkova T. A. Psychological characteristics of people dependent on psychoactive substances // Azimuth of scientific research: pedagogy and psychology. 2018. Vol. 7. No. 4 (25). P. 355-358. 12. Shevelenkova T.D., Fesenko T.P. Psychological well-being of the individual // Psychological diagnostics. 2005. No. 3. P. 95-121.
13. Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95. No. 3. P. 542-575.
14. Ryff C. Psychological well-being in adult life // Current Direction in Psychological Science. 1995. No. 4. P. 99-104.