

Кресан О.Д. Психологічні чинники хімічної залежності особистості // *Формування тверезого способу життя в сім'ї та суспільстві* : матеріали IV наук.-практ. конф., 4 –5 листопада 2017 р., м.Київ /Ред. І.В.Данилюк. Київ, 2017. 160 с. С. 64 –68.

УДК 159.923.2 : 615.015.6

Кресан О.Д., кандидат психологічних наук

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ХІМІЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. Дослідження присвячено аналізу психологічних чинників хімічної залежності особистості, що є передумовою її виникнення. Виокремлено три групи психологічних чинників: когнітивні, емоційні, поведінкові. Урахування цих факторів та робота з ними в процесі психопрофілактики та корекції залежної поведінки допоможе підвищити ефективність цієї роботи.

Ключові слова. хімічна залежність; адикція; психологічні чинники.

Кресан О.Д., кандидат психологических наук

Нежинский государственный университет имени Николая Гоголя

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация. Исследование посвящено анализу психологических факторов химической зависимости личности, которые являются предпосылкой для ее возникновения. Выделено три группы психологических факторов: когнитивные, эмоциональные и поведенческие. Учетывание этих факторов и работа с ними в процессе психопрофилактики и коррекции зависимого поведения поможет повысить эффективность этой работы.

Ключевые слова: химическая зависимость; аддикция; психологические факторы.

Kresan O.D. Candidate degree in psychology

Nizhhyn Gogol State University

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PERSON'S CHEMICAL DEPENDENCY

Abstract. This research is devoted to the analysis of psychological factors which cause person's chemical dependency. The following tree groups of psychological factors such as cognitive, affective and behavioral were found. It is necessary to take into account these factors and make use of them in the psychoprophylaxis proses and dependence behaviour correction in order to improve its efficiency.

Key words. chemical dependency, addiction, psychological factors.

Розповсюдженість різних форм залежної поведінки в сучасному суспільстві вражає своїми масштабами. Особливе занепокоєння викликає постійне зростання кількості хімічно uzалежнених осіб та зниження вікових меж вживання хімічних речовин.

Під **хімічною залежністю** розуміють залежність людини від психотропних речовин: алкоголю, наркотиків, токсичних речовин тощо. А вживання цих речовин зазвичай називають **адиктивною поведінкою**. Згубні наслідки вживання цих хімічних речовин важко переоцінити, оскільки вони стосуються не лише здоров'я людини, а й її особистісного, соціального та емоційного благополуччя, викликають незворотні зміни в організмі й психіці людини. Щоб попередити ці негативні наслідки та зміни, пов'язані з ними, необхідно насамперед зрозуміти внутрішні передумови адиктивних проявів, які спонукають та зумовлюють вживання людиною хімічних речовин.

Вивченням цієї проблеми в різних аспектах займалися А.Ю.Єгоров, Ц.П.Короленко, С.А.Кулаков, В.Д.Менделевич, Н.П.Пихтіна, Т.М.Ткач та ін., проте поза увагою дослідників залишаються передумови та чинники хімічної залежності, особливо внутрішні, психологічні.

Загалом усі чинники адиктивної поведінки об'єднуються в три групи: *біологічні*, пов'язані зі спадковістю, психофізіологічними функціями та

функціонуванням організму людини (В.Б.Альтшулер, А.Ю.Єгоров, М.М.Іванець, Б.М.Ткач та ін.), *соціальні*, що передбачають вплив середовища, засобів масової комунікації, інших людей, реклами, сімейного виховання тощо (В.С.Бітенський, Е.Г.Ейдміллер, В.Юстицькіс, Н.П.Пихтіна, Б.Г.Херсонський та ін.), та *психологічні*, що становлять внутрішні передумови залежності, зокрема особистісні властивості, фрустровані потреби, незадоволення яких може призводити до адиктивних проявів (С.В.Березін, Б.С.Братусь, Ц.П.Короленко, Н.Ю.Максимова, В.Д.Менделевич та ін.).

Кожна з цих груп чинників має важливе значення у виникненні адикції, тому в процесі профілактики й корекції хімічної залежності та формування здорового способу життя особистості має бути відображена вся життєва ситуація людини цілісно, з урахуванням усіх наведених чинників.

Метою даного дослідження є аналіз психологічних чинників хімічної залежності, що виступають внутрішніми передумовами її виникнення, оскільки без їх глибокого розуміння і врахування профілактика й корекція вживання психотропних речовин неможливі.

До **психологічних чинників хімічної залежності** насамперед належать психологічні особливості, характеристики, властивості особистості, які прямо чи опосередковано спонукають прояви залежної поведінки або сприяють їм. Наприклад, особливості Я-концепції (К.Роджерс) та самооцінки (впевненість/невпевненість у собі, занижена/завищена/адекватна самооцінка, позитивна/негативна Я-концепція тощо); комунікативні якості, вміння та навички (товариськість, комунікабельність, сором'язливість, відкритість/закритість у спілкуванні, довіра/недовіра тощо), властивості темпераменту й характеру (гнучкість, ригідність, резистентність, стресостійкість, тривожність тощо); порушення процесу саморегуляції, зокрема емоційної, вольової, смислової (Б.В.Зейгарник); емоційні характеристики особистості та труднощі в емоційній сфері (схильність до стресів, фрустрації, емоційна нестійкість, пошук нових вражень, «емоційний голод», невміння виражати свої почуття – алекситимія тощо).

В.Д.Менделевич вважає, що психологічні чинники залежної поведінки пов'язані з емоційною незрілістю особистості й виділяє такі з них, як інфантильність, навіюваність, максималізм, ригідність і негнучкість, нетерплячість, схильність до ризику й небезпеки, страх бути покинутим тощо [3].

Схожої думки дотримується Б.Сегал, який виокремлює наступні психологічні передумови адиктивної поведінки особистості: прагнення уникати відповідальності у прийнятті рішень, залежність, підпорядкованість у відносинах з іншими, прихований комплекс неповноцінності, що поєднується із зовнішньо вираженим комплексом переваги, прихований за зовнішньою соціабельністю страх глибоких емоційних контактів, тривожність, стереотипність дій та поведінки [1, с.29].

Узагальнюючи погляди на психологічні чинники хімічної залежності, пропонуємо виокремити **три групи вказаних чинників**, що об'єднують всі наведені вище, а також інші психологічні передумови залежної поведінки особистості. Отже, психологічними чинниками хімічної залежності, на нашу думку, є когнітивні, емоційні та поведінкові.

До **когнітивних** належать *знання, установки, інтерес, переконання* щодо вживання хімічних речовин (алкоголю, наркотиків), які людина отримує з різних джерел: сімейне виховання, культура, засоби масової інформації тощо. Наприклад, на сьогодні у нашому суспільстві, на жаль, побутує уявлення про алкоголь як про атрибут будь-якого свята, «панацею» у вирішенні проблем, безвідмовний засіб зняття напруження, лікування тощо. Відкрита й прихована реклама, пропагування алкоголю та інших хімічних речовин спостерігається у ЗМІ, кіно, через соцмережі тощо. Небезпека таких установок (Д.М.Узнадзе) полягає в тому, що людина їх не усвідомлює, тому ставлення до вживання хімічних речовин (алкоголю, нікотину та ін.) зазвичай є лояльним, навіть якщо сама людина їх не вживає. До когнітивних чинників також відносимо *механізми психологічного захисту* (З.Фройд, А.Фройд), що супроводжують всі види залежної поведінки, найбільш поширені серед адиктів – це уникнення,

заперечення (т.зв. анозогнозія – заперечення алкоголіком чи наркоманом факту своєї залежності), витіснення, раціоналізація, проєкція, регресія.

Емоційні чинники хімічної залежності включають *почуття, емоції, стани, потреби* людини, які є передумовами адиктивної поведінки. Зокрема переживання стресових станів, фрустрації, тривожності, постійна потреба у знятті психологічного напруження, пошук нових вражень, невпевненість, страхи й фобії, почуття нудьги й самотності, які людина не може регулювати та ін. Емоційні чинники є досить вагомими поруч з іншими, оскільки вони беруть участь у формуванні самого механізму залежності, який становить собою постійну зміну фізичного і психологічного стану (Ц.П.Короленко, Н.Мак-Вільямс та ін.). Так, людина в стані дискомфорту (стресу, напруження, фрустрації тощо), вживаючи хімічну речовину, штучно змінює цей стан, позбавляючись його або видозмінюючи на інший. У разі вживання наркотичних речовин у людини виникає ейфорія – штучний короткочасний стан максимального задоволення, що супроводжується позитивними емоціями. Після закінчення дії хімічної речовини на її організм і психіку емоційний стан не просто повертається на початковий рівень, а й значно погіршується, що спонукає людину знову і знову вдаватися до цієї речовини, яка ніби «рятує» її на деякий час від «жорстокої реальності». Слід зазначити, що емоційна сфера особистості з хімічною залежністю внаслідок цього збіднюється настільки, що людина вже не здатна переживати позитивні емоції як такі, постійно перебуваючи в стані «ломки» – абстинентного синдрому, пов'язаного з постійним дискомфортом внаслідок відсутності в організмі хімічної речовини.

Поведінкові психологічні чинники включають *научіння, вміння й навички* щодо адиктивної поведінки, соціальні паттерни (зразки) такої поведінки, засвоєні з середовища або вироблені самостійно в процесі власного досвіду. А.Бандура називає це явище *научінням через спостереження*, важливою його передумовою є саме приклад інших, некритично засвоєний особистістю. Наприклад, звичка втікати від проблем, відповідальності, складних ситуацій за допомогою алкоголю чи наркотиків, досвід вживання хімічних речовин,

отриманий в дитинстві чи юності, перешкоджають формуванню тверезого способу життя та здорової здатності до подолання труднощів [2].

Висновки. Отже, проаналізувавши психологічні чинники хімічної залежності особистості, можемо зробити висновок, що вони становлять собою глибинні, внутрішні передумови залежної поведінки, без урахування яких корекція та лікування хімічної залежності й формування тверезого способу життя будуть неможливими. До психологічних чинників хімічної залежності належать когнітивні – знання, переконання, уявлення, емоційні – стани, почуття, емоції, що переживає особистість, та поведінкові – власний досвід взаємодії з хімічною речовиною і конкретні моделі поведінки. Для формування тверезого здорового способу життя, здійснення профілактики й корекції адиктивної поведінки та лікування хімічної залежності насамперед необхідно визначити психологічні чинники цього явища у кожному конкретному випадку, проводити відповідну роботу, яка обов'язково включає психологічні консультації та психологічну допомогу особистості.

Література

1. Гоголева А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А.В.Гоголева. – 2-е изд., стер. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2003. – 240 с. (Серия «Библиотека психолога»).
2. Психология и лечение зависимого поведения / Под ред. С.Даулинга: [Пер. с англ. Р.Р.Муртазина]. – М.: Независимая фирма «Класс», 2000. – 240 с. – (Библиотека психологии и психотерапии, вып. 85).
3. Руководство по аддиктологии / Под ред. проф. В. Д. Менделевича. – СПб.: Речь, 2007. – 768 с.