

Психопрофілактика алкогольної залежності в юнацькому віці

Slavina N.S. Psychological prevention of alcohol dependence in adolescence / N.S. Slavina // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D. Maksymenko, L.A. Onufriieva. – Issue 36. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2017. – P. 330–339.

N.S. Slavina. Psychological prevention of alcohol dependence in adolescence. The attention is focused on the main aspects of psychological preventive work to reduce alcohol addiction of juveniles. It is noted that alcoholism is a type of deviant behavior, which belongs to the type of additive deviations; in particular it is classified as chemical dependency. It is found that the study of alcoholism as a form of deviant behavior was carried out in various scientific concepts by domestic and foreign methods (psychoanalysis, cognitive and humanistic approaches), the terms «deviation», «addiction», «alcohol dependence» were described in different ways and their essence was seen in different mechanisms, forms and reactions. It is shown that adolescents and youths with symptoms of addictive behavior have a reduction of excitement prevailed that does not allow them to achieve optimum activation. Alcohol takes an additional role of «doping», which can increase the level of activation. It is found that the system of activation of boys with addictive behavior includes discordance associated with that activation status is subjectively considered as unacceptable, as «bad». It is established that the description of the discordance mechanism in the system of activation is new, clarifying information about the susceptibility addicts in search of new experiences. In the context of the theory of socialization the people whose socialization took place in terms of encouraging or ignoring certain elements of such behavior (violence, immorality) are addicted to deviant behavior.

Key words: psychological prevention, alcohol addiction, deviant behavior, deviation, additive behavior.

Н.С. Славіна. Психопрофілактика алкогольної залежності в юнацькому віці. Акцентовано увагу на головних аспектах психопрофілактичної роботи по зниженню алкогольної залежності юнаків. Констатовано, що алкоголізм – це вид девіантної поведінки, який відносять до адитивного типу девіацій, зокрема класифікують як хімічну залежність. З'ясовано, що дослідження алкоголізму як виду девіантної поведінки здійснювалось в різних наукових концепціях вітчизняними та зарубіж-

ними методами (психоаналіз, когнітивний та гуманістичний підходи), які по-різному описують поняття «девіація», «адикція», «алкогольна залежність», і вбачають її сутність в різних механізмах, формах і реакціях. Показано, що у підлітків та юнаків з проявами адиктивної поведінки переважає редукція збудження, що не дозволяє їм досягти оптимального активності. Алкоголь бере на себе роль додаткового «допінгу», який дозволяє підвищити рівень активності. Встановлено, що у системі активності юнаків з адиктивною поведінкою присутня дискордатність, яка пов'язана з тим, що стан активності суб'єктивно розцінюється як неприйнятний, як «поганий». Стверджується, що опис механізму дискордантності в системі активності є новим, уточнюючим дані про схильність адиктивів до пошуку нових вражень. В контексті теорії соціалізації – до девіантної поведінки схильні люди, соціалізація яких проходила в умовах заохочення або ігнорування окремих елементів такої поведінки (насилля, аморальність).

Ключові слова: психопрофілактика, алкогольна залежність, девіантна поведінка, девіація, адитивна поведінка.

Н.С. Славина. Психопрофілактика алкогольної залежності в юнацькому віці. Акцентовано увагу на головних аспектах психопрофілактичної роботи по зниженню алкогольної залежності юнаків. Констатовано, що алкоголізм – це вид девіантного поведіння, який відносять до адитивного типу девіацій, в частині класифікують як хімічну залежність. Виявлено, що дослідження алкоголізму як виду девіантного поведіння здійснювалось в різних наукових концепціях вітчизняними і зарубіжними методами (психоаналіз, когнітивний і гуманістичний підходи), які по-різному описують поняття «девіація», «аддикція», «алкогольна залежність», і бачать її сутність в різних механізмах, формах і реакціях. Показано, що у підлітків і юнаків з проявами адиктивного поведінки переважає редукція збудження, не дозволяє їм досягти оптимального активності. Алкоголь бере на себе роль додаткового «допінгу», який дозволяє підвищити рівень активності. Встановлено, що в системі активності юнаків з адиктивним поведінкою присутня дискордатність, яка пов'язана з тим, що стан активності суб'єктивно розцінюється як неприйнятний, як «поганий». Стверджується, що опис механізму дискордантності в системі активності є новим, уточнюючим дані про схильність адиктивів до пошуку нових вражень. В контексті теорії соціалізації – к девіантному поведінню схильні люди, соціалізація яких проходила в умовах заохочення або ігнорування окремих елементів такого поведіння (насилля, аморальність).

Ключевые слова: психопрофілактика, алкогольна залежність, девіантне поведіння, девіація, адитивне поведіння.

Постановка проблеми. Більшість психодинамічно орієнтованих спеціалістів вважають, що залежна (адиктивна) пове-

дінка переслідує низку цілей: спробу задовольнити потребу в контролі над непереносним афективним станом, пошук ідеалізованого об'єкта, керівництво каральним Супер-Его і збереження контролю як такого. Вирішення цього парадоксу перебуває в конфлікті з несвідомими аспектами психіки та іншими її аспектами, тимчасово пригніченими. Аддикція вміщує як втрату контролю над певними функціями Его, тобто втрату автономії Его, так і одночасний захват контролю несвідомими захистами Его та похідними потягів, що призводить до відігрування аддиктивної поведінки. З погляду аналітиків, така поведінка виникає в результаті неадекватного розвитку чи передчасного руйнування в ранньому періоді дитинства зв'язку «маля – мати» [1].

В юнацькому віці, в основному, завершується фізичний розвиток організму, закінчується статеве дозрівання: серцево-судинна система починає працювати гармонійно, уповільнюється темп росту тіла, помітно збільшується м'язова сила, зростає працездатність, закінчується формування й функціональний розвиток органів і тканин. Тілесна конституція, особливо обличчя, стає дорослою, специфічно індивідуальною. Зникає характерна для підлітків збудливість, неврівноваженість [4]. У юнацькому віці зростає інтерес до дорослих; знання, досвід близьких людей допомагають орієнтуватись у питаннях, що пов'язані з майбутнім життям. Підсилюється потяг до спілкування з ними. Поновлюються емоційні контакти з батьками, від яких очікують порад, розуміння. Сім'я залишається тим місцем, де юнаки почувають себе впевнено. З батьками обговорюються життєві та професійні перспективи. Життєві плани юнаки обговорюють і з учителями, близькими знайомими, тими, хто для них є авторитетним, чия думка для них важлива.

Головним стає прагнення зайняти внутрішню позицію дорослого. Сприяє цьому об'єктивне положення юнака за старших і в школі, і в родині. Але треба набути психологічної готовності до вступу в самостійне доросле життя, а саме:

- бути здатним орієнтуватись у різних формах людської свідомості: в науковій, правовій, художній тощо; для цього потрібно оволодіти основами наукового та громадянського світогляду, що слід виявляти в свідомому критичному ставленні до себе і до оточуючих;
- мати потребу та здатність працювати, володіти звичкою до трудових зусиль, уміннями працювати творчо, продуктивно (незалежно від виду праці);

– бути здатним спілкуватися на засадах рівності, поваги, розуміння та володіти засобами такого спілкування [4].

Звичайно, існують індивідуальні варіанти вступу до дорослого самостійного життя. Це виявляється в першу чергу у виборі різних форм прояву дорослості. Наприклад, у деяких юнаків функцію зовнішнього відособлення відіграє зовнішній вигляд, стиль мови, пози під час розмови, інші за атрибути дорослості обирають куріння тощо. Коли соціальна зрілість (дорослість) відстає від фізіологічної, спостерігаємо явище інфантилізму: юнак зовні дорослий, але зберігає риси поведінки попереднього віку. Іноді «дитяча поведінка» стає у декого рисою пристосування до життя: нічого самому не вирішувати, ні за що не відповідати.

Юнацький вік – це вік входження в об'єктивний та нормативний дух свого історичного часу в його національній формі. Знаходження своєї ідентичності для юнака стає афективним центром життєвої ситуації розвитку. Саме тому до близького дорослого він ставиться як до ідеалу. Ті якості, які юнак високо оцінює, є для нього еталоном у різних сферах людських відносин: виконання моральних норм, ставлення до праці, до самого себе. До цих якостей він приміряє своє ідеальне «Я» – яким він бажає стати в дорослому житті [3].

Змінює юнак і свій характер, і спілкування з ровесниками. Зменшується кількість друзів за рахунок зміни якості дружби, вона набуває інтимно-особистісного значення. Наростає значення індивідуальних емоційних контактів та прихильності. Посилюється потреба у зустрічному розумінні з боку оточуючих ровесників, спілкування з якими залишається сповідальним. З кращим другом або подругою обговорюються найбільш гострі переживання, які пов'язані з різними життєвими подіями. Дружні стосунки вимагають взаєморозуміння, внутрішньої близькості, відвертості. Вони засновані на ставленні до іншого, як до самого себе й підтримують самоповагу, самосприйняття. Напруга у взаєминах виникає лише тоді, коли товариськість буває егоцентричною, коли не виявляється інтерес до почуттів та думок друга. Ставлення до ровесників диференціюється, критерії їх оцінок набувають множинності: одного високо оцінюють за знання і обирають його для спільних занять, іншого за успіхи в спорті: з ним відвідують спортивну секцію. Але існує тенденція переносу ставлення до ровесника як до друга за декількома найважливішими для себе критеріями, наприклад, за успіхами в навчанні та за моральними цінностями. Дружба

заснована на свободі, але на взаємних почуттях та дотриманні моральних законів. Дружба – це процес здійснення соціальної рівності («Скажи, хто твій друг, і я скажу, хто ти»). Дружба має моральну природу: головне – чесність і вимогливість, розум і здатність оцінювати своє «Я» в його власній сутності [8, с.40].

Юність – це повторний критичний період розвитку, який характеризується значним зростанням потенціалу особистості щодо самовизначення (аналогічне поняття «соціальна ідентичність»). Розрізняють індивідуальні варіанти формування соціальної ідентичності, або самовизначення:

- дифузна, невизначена ідентичність;
- наперед вирішений варіант включення в «дорослу систему» відносин, але раніше призначеного часу. Психологи вважають це несприятливим фактором розвитку, юнак знаходиться в процесі інтенсивного пошуку самого себе: відбувається проба ролей, щоб визначитися самостійно. Це позитивне явище, але такий період не повинен тривати довго, бо інакше закріплюються риси інфантильності;
- зроста ідентичність, про що свідчить почуття власної визначеності. Юнак переходить до самореалізації, найбільш повно використовує свої реальні потреби і свої можливості [2].

Ці варіанти можуть бути також етапами самовизначення, але важливо, щоб юнак не зупинився на якомусь попередньому етапі.

На перший план у самовизначенні виступає механізм інтеграції. Роздуми про себе і про своє призначення в житті іноді приводять юнака до пошуку смислу життя. Це веде до інтегрування багатьох вимог різних сфер життєдіяльності і надає їм цілісного характеру. А з іншого боку, виникає потреба інтегрувати свої можливості, здібності максимально мобілізувати їх у відповідності до усвідомлених цілей життя. Труднощі полягають у тому, що не завжди знаходяться засоби для реалізації свого «Я». Ці труднощі значною мірою визначаються проблемою організації (і визначення) провідної діяльності. Серед психологів немає єдиної думки щодо провідної діяльності в юнацькому віці, це питання залишається невирішеним. Присвоєння форм культури та засвоєння дорослості в цей період за суттю не пов'язані один з одним: тому юнак дорослішає поза освітньою системою, а освіта відбувається поза системою становлення дорослості [3, с.24].

У психології розпізнають два принципово різних типи розвитку особистості в юнацькому віці (Т.Томе) – прагматичний і творчий.

Прагматичний тип характеризується орієнтацією юнака на доцільність і на утікання від джерел неспокою, чому суб'єктивно надається першорядне значення. У юнакові такого типу домінують матеріальні цінності та інтереси. Він схиляється до гомеостатичної рівноваги, уникнення будь-яких проблем. І це перешкоджає його подальшому індивідуальному розвитку. Він не прагне до одержання більшої освіти. Саме такого типу юнаки вдаються до застосування алкоголю та наркотиків, щоб «позбутися» проблем [1, с.23].

Творчо-орієнтованого типу юнаки характеризуються прагненнями та інтересами, які спрямовані в майбутнє, вони активно включають у власний спосіб життя різні пізнавальні та інші можливості. Педагогічне завдання – на основі корекції самооцінки допомогти юнакові набутти впевненості в собі, виявляти активність при вирішенні життєвих завдань. Орієнтування на майбутнє, наявність, життєвих перспектив викликають бажання вдосконалювати ті якості, які необхідні для професійної діяльності, в першу чергу, і для майбутнього самостійного життя в цілому. Самооцінка набуває більшої конкретності, критичності, дійовості; за даними досліджень, 13% старшокласників складають програми самовиховання. Вони пов'язані з перспективами набуття професії, зі вступом у Вищий навчальний заклад, з майбутнім положенням у суспільстві, зі встановленням тісних взаємин з другом, з утворенням сім'ї тощо. На основі самооцінки й самовиховання формується самоповага. З усвідомленням своїх якостей і можливостей, з уявленням про своє місце в житті, з оцінкою себе як особистості пов'язане зростання інтересу до моральних проблем – щастя, обов'язок, любов, дружба тощо. У цьому плані можна говорити про вироблення моральної свідомості в старшому шкільному віці (І. Д. Бех). У юності відбувається і моральне, і вольове загартовування [2, с.24]. Зростає рефлексивність свідомості, збільшується увага до особистісних переживань, інтерес до власного психічного життя.

Поведінка юнаків не позбавлена суперечностей:

- підвищені вимога до дорослих і поблажливе ставлення до власного їх порушення;
- у вчинках (як і в свідомості взагалі) співіснують принциповість у великому та безпринципність у малому (зберігаються іноді риси дитячої поведінки);

- емоційне підвищене переживання власних невдач, неприємностей, які іноді гіпертрофуються в справжнє горе [2, с.234].

Ці симптоми можуть пройти безслідно, а можуть стати рисами особистості. Важливо зміцнити потребу юнаків працювати над собою систематично, прямуючи до поставленої мети, зайняти позицію дорослої людини, і створювати умови для прояву ініціативи; творчості, корисних починань у самореалізації та в ствердженні власної особистості.

У психології вважається, що загальні розумові здібності, в основному, оформлюються наприкінці підліткового віку. Протягом юнацького віку вони вдосконалюються: збагачується науковий понятійний апарат, відбувається оволодіння складними інтелектуальними операціями, більш продуктивною стає розумова діяльність. Розумові здібності виявляються як індивідуальні властивості сприймання, пам'яті, мислення, уяви, вони визначають індивідуальний стиль пізнавальної діяльності старшокласника та її продуктивність.

Навчальні дії трансформуються у методи наукового пізнання. Юнаки оволодівають елементами дослідницької діяльності: формулюванням гіпотез, плануючим контролем, прогнозуючою оцінкою. Формуються певні розумові звички, які становлять основу культури розумової праці. Важливе педагогічне завдання – навчити знаходити і ставити нестандартні завдання, бачити нову проблему, визначати нові засоби її вирішення. Саме такі риси характерні для самостійного творчого мислення. Але, за даними дослідження випускників шкіл, більша кількість юнаків працюють на репродуктивному рівні.

У цьому віці продовжується розвиток теоретичного мислення, розвивається здатність до зв'язного логічного міркування, до високого рівня узагальнення та систематизації знань; підвищується самостійність, гнучкість і продуктивність мислення, його рефлексивність [5].

Зростає продуктивність логічної пам'яті, що пов'язана з операційним мисленням. Збільшується обсяг уваги, здатність до її концентрації, переключення. В той же час увага стає більш вибірковою: вона залежить від спрямованості інтересів особистості, від її потреб. Формування професійної орієнтації юнака сприяє розвитку спеціальних здібностей (математичних, літературних, лінгвістичних тощо). У дівчаток в цьому віці спеціальні інтереси менш визначені, порівняно з хлопцями, хоча успішність у навчанні у цілому вища.

За висновками багатьох дослідників, творчі досягнення дослжих не пов'язані безпосередньо з навчальною успішністю в школі. Це пояснюється тим, що шкільні програми регламентовані, викладання та вимоги до учнів не враховують індивідуальних особливостей у здібностях учнів та їх інтересів, тому творчість юнаків повніше та яскравіше виявляється поза засвоєнням програми: в наукових гуртках, факультативах, у гуртках за інтересами поза межами школи. Таким чином, розумовий розвиток юнаків полягає не тільки в накопиченні знань та вмінь (хоча це теж важливо), але й у формуванні індивідуального стилю розумової діяльності, в розвитку розумових здібностей. Це стійка сукупність індивідуальних варіантів у засобах сприймання, його якостях, індивідуальних особливостях пам'яті, мислення, а також свідоме оволодіння прийомами та засобами продуктивної розумової праці.

Підсумовуючи, слід відмітити, що передумовами вживання юнаками алкоголю та наркотичних речовин є:

- 1) неповна сім'я;
- 2) вживання алкоголю членами сім'ї;
- 3) сімейні конфлікти та недостатність близьких взаємин між батьками і дітьми;
- 4) неправильний стиль сімейного виховання;
- 5) погана успішність у навчанні [8].

Представники основних напрямків (психоаналізу, когнітивного, гуманістичного) висувають дуже креативне поняття девіантної поведінки, а також описують різні механізми її вияву. Згідно з Е.Дюркгеймом, вірогідність девіацій поведінки суттєво зростає при ослабленні рівня соціального нормативного контролю згідно теорії аномії Р. Мертона, девіантна поведінка виникає передусім тоді, коли сприйнятливі для суспільства цінності не можуть бути досягнуті певною частиною даного суспільства. В контексті теорії соціалізації до девіантної поведінки схильні люди, соціалізація яких проходила в умовах заохочення або ігнорування окремих елементів такої поведінки (насилля, аморальність).

Висновки. У підлітків та юнаків з проявами аддиктивної поведінки переважає редукція збудження, що не дозволяє їм досягти оптимуму активації. Алкоголь бере на себе роль додаткового «допінгу», який дозволяє підвищити рівень активації. У системі активації юнаків з аддиктивною поведінкою присутня дискордатність, яка пов'язана з тим, що стан активації суб'єктивно розцінюється як неприйнятний, як «поганий».

Саме ж підвищення активації зумовлює зростання тривоги і напруги, що призводить до необхідності її зниження. Створюється «заворожене» коло залежності від психоактивної речовини. Опис механізму дискордантності в системі активації є новим, уточнюючим дані про схильність адиктів до пошуку нових вражень. Дослідження девіантної поведінки у світовій психологічній літературі представлено достатньо широко, а в сучасній вітчизняній психології і педагогіці є визначальним, тому що саме девіантна поведінка перешкоджає соціалізації особистості, її становленню й формуванню, розвитку її громадянської самосвідомості.

Список використаних джерел

1. Апетик Н.М. Вплив несприятливого сімейного оточення на девіантну поведінку підлітків / Н.М. Апетик // Психологія на перетині тисячоліть: зб. наук. праць Ін-т. психол. ім. Г.С. Костюка АПН України: в 3 т. – Вид.2. – К. : Гнозис, 1999. – Т.1. – С.58–65.
2. Беличева С.А. Основы превентивной психологии / С.А. Беличева. – М. : Просвещение, 1999. – 421 с.
3. Бурмака Н.П. Личностные факторы формирования алкогольной аддикции / Н.П. Бурмака // Вісник Харків. ун-ту. – Серія Психологія, 2002. – С. 26–29.
4. Бурмака Н.П. Особенности ранних воспоминаний подростков с алкогольным аддиктивным поведением / Н.П. Бурмака // Актуальные вопросы сексологии и медицинской психологии. – Харьков : ХМАПО, 2002. – С. 41–47.
5. Губенко О. Проблеми профілактики наркоманії, токсикоманії та алкоголізму: методологічні аспекти / О. Губенко // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – С. 33–35.
6. Девіантна поведінка молоді та алкоголізм / під ред. О.М. Бандурка, В.О. Тюріна, О.І. Федоренко. Основы психології і педагогіки: підруч. – Х., 2003. – С.243–256.
7. Максимова Н.Ю. Алкоголь: вживання і зловживання / Н.Ю. Максимова // Безпека життєдіяльності. – 2004. – №3. – С. 23–27.
8. Ткач Б.М. Основні напрямки психопрофілактики адиктивної поведінки та робота з практично здоровою молоддю / Б.М. Ткач // Проблеми загальної та педагогічної психології / за ред. С.Д. Максименка. – К., 2004. – №1. – С. 309–315.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Apetyk N.M. Vplyv nespryjatlyvogo simejnogo otoc Hennja na deviantnu povedinku pidlitkiv / N.M. Apetyk // *Psychologija na peretyni tysjacholit'*: zb. nauk. prac' In-t. psihol. im. G.S. Kostjuka APN Ukrai'ny: v 3 t. – Vyd.2. – K. : Gnozyz, 1999. – T.1. – S.58–65.
2. Belicheva S.A. Osnovy preventivnoy psihologii / S.A. Belicheva. – M. : Prosveschenie, 1999. – 421 s.
3. Burmaka N.P. Lichnostnyie faktoryi formirovaniya alkoholnoy addiktsii / N.P. Burmaka // *Visnyk Harkiv. un-tu. – Serija Psychologija*, 2002. – S. 26–29.
4. Burmaka N.P. Osobennosti rannih vospominaniy podrostkov s alkoholnyim addiktivnym povedeniem / N.P. Burmaka // *Aktualnyie voprosy seksologii i meditsinskoj psihologii. – Har'kov : HMAPO*, 2002. – S. 41–47.
5. Gubenko O. Problemy profilaktyky narkomanii', toksykomanii' ta alkoholizmu: metodologichni aspekty / O. Gubenko // *Praktychna psihologija ta social'na robota*, 2004. – S. 33–35.
6. Deviantna povedinka molodi ta alkoholizm / pid red. O.M. Bandurka, V.O. Tjurina, O.I. Fedorenko. *Osnovy psihologii' i pedagogiky: pidruch. – X., 2003. – S.243–256.*
7. Maksymova N.Ju. Alkohol': vzhyvannja i zlovzhyvannja / N.Ju. Maksymova // *Bezpeka zhyttjedijal'nosti*, 2004. – №3. – S. 23–27.
8. Tkach B.M. Osnovni naprjamky psyhoprofilaktyky adyktyvnoi' povedinky ta robota z praktychno zdorovoju moloddju / B.M. Tkach // *Problemy zagal'noi' ta pedagogichnoi' psihologii' / za red. S.D. Maksymenka. – K., 2004. – №1. – S. 309–315.*

Received January 18, 2016

Revised February 20, 2016

Accepted March 21, 2017