



УДК 159.95

КОПИНГ-СТРАТЕГИИ У ПАЦИЕНТОВ С НАРКОМАНИЕЙ И АЛКОГОЛИЗМОМ.

Теретина Ирина Александровна

**Таврическая академия (структурное подразделение) ФГАОУ ВО
«Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского» (г.
Симферополь)**

E-mail: irinateretina@mail.ru

Считается, что люди ежедневно начинают употреблять наркотики, чтобы справляться со стрессом, потому что не видят другого выхода. Цель состоит в том, чтобы исследовать стратегии борьбы со стрессом у пациентов с наркоманией и алкоголизмом. Мы использовали опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса. Результаты показывают, что статистически значимые различия между пациентами с алкогольной и наркотической зависимостью наблюдались в подшкалах: конфронтивное копирование, поиск социальной поддержки, дистанцирование, самоконтроль и положительная переоценка. Это исследование важно, потому что оно позволяет понять и оценить диапазон стрессоустойчивых пациентов с зависимостью и сравнить результаты алкогольной и наркотической зависимости.

Ключевые слова: наркомания, алкоголизм копинг-стратегии, стресс.

Введение. Известно, что существует значительная связь между острым, хроническим стрессом и склонностью к злоупотреблению веществами, вызывающими привыкание. Установлено, что стресс играет важную роль в процессах приобщения к наркотикам. С другой стороны,



стресс способствует повышению частоты употребления наркотиков и снижает мотивацию к прекращению зависимости.

Цель статьи. Изучить копинг-стратегии борьбы со стрессом у пациентов с зависимостью от наркотиков и алкоголя.

Методы: Для достижения цели исследования мы использовали опросник «Способы совладающего поведения» Лазаруса, он состоит из 50 вопросов, которые разделены на 8 подшкал. Конфронтационный копинг, поиск социальной поддержки и планирование решения проблемы соответствуют проблемно-ориентированному преодолению стресса, в то время как дистанцирование, самоконтроль, принятие ответственности, бегство-избегание и положительная переоценка относятся к копинг-стратегиям, ориентированным на эмоции. Данные были обработаны с использованием программы SPSS.

Основное изложение материала. Существуют разные точки зрения для описания моделей злоупотребления психоактивными веществами. С когнитивно-поведенческой точки зрения модель снятия стресса возродилась [23] и привела к тому, что люди чаще используют алкоголь в качестве реакции на стресс, при котором он используется для улучшения положительного аффекта или уменьшения неприятных ощущений. В этом контексте употребление алкоголя как ответной реакции может рассматриваться как адаптивный и успешный в краткосрочной перспективе, однако употребление алкоголя для преодоления хронического стресса или длительного негативного напряжения обычно считается неадаптивным методом [14] и ограничено в своей долгосрочной эффективности. Данная модель предполагает, что алкоголь используется при отсутствии других эффективных и адаптивных стратегий преодоления, и поэтому люди, у которых нет таких вариантов, рискуют столкнуться с проблемным поведением, связанным со злоупотреблением алкоголя [21][11].



Недостаток более эффективных навыков для борьбы со стрессом является одним из потенциально важных факторов, регулирующих связь между стрессом и последствиями употребления алкоголя. Возможно, сталкиваясь со стрессорами, люди с дефицитом адаптивных методов преодоления стресса или проблемно-ориентированных стратегий с большей вероятностью будут употреблять алкоголь, чтобы справиться с негативными эмоциями. Научно-исследовательская литература подтверждает эту модель, поскольку стратегии избегания постоянно связаны как с проблемами тяжелого употребления алкоголя, так и с наркотиками [2][9][13][19][7]. Конечно, не все попытки справиться с эмоциональными последствиями стресса являются неадекватными, например, было показано, что такие стратегии, как поиск социальной поддержки, в целом защищают от негативного воздействия стресса на здоровье [5] и [12] этот риск употребления алкоголя снижается под действием социальной поддержкой [8].

Несколько исследований по преодолению стресса показывают, что адаптивное преодоление стресса рассматривается как эффективное преодоление стресса и ведет к лучшей адаптации.

Адаптивное копирование часто ориентировано на действия [16] и включает изменение проблемы или среды, которая вызывает проблему [10]. С другой стороны, среди типов неадаптивного совладания со стрессом чаще всего рассматривается избегающая стратегия. Стратегия избегания, как правило, включает в себя уход от переживания или размышлений о стрессовой ситуации [3]. Конкретные типы навыков преодоления трудностей, обычно определяемые как избегающие, включают в себя отрицание, умственную отстраненность и употребление психоактивных веществ [17]. В целом, адаптивные стратегии выживания прогнозируют лучшие результаты в отношении здоровья и меньшее количество потребления алкоголя, в то время как большая зависимость от неадаптивных копинг-стратегий, в частности,



стратегий избегания связаны с наркотикам и с большим употреблением алкоголя [1][6][22]. Чтобы судить, является ли конкретная стратегия преодоления стресса адаптивной или нет, необходимо проанализировать различные психологические факторы и факторы, связанные с личностью.

Результаты исследования: В исследовании были задействованы 208 пациентов с зависимостью. Из них 100 пациентов с наркотической зависимостью и 108 пациентов с алкогольной. Участники были в возрасте от 17 до 67 лет, средний возраст $38,24 \pm 10,28$, женщин 36,3% и 63,7% мужчин. Участники исследования были разделены на две группы - алкоголики и наркоманы. Результаты исследования «Способы совладающего поведения» приведены в таблице 1

Таблица 1

Шкала	наркозависимые		алкозависимые		P
	З	СО	З	СО	
Конфронтационный копинг	1.84	0.50	1.50	0.52	0.000
Поиск социальной поддержки	2.02	0.55	1.63	0.59	0.000
Планирование решения проблемы	1.93	0.55	1.68	0.60	0.030
Дистанцирование	1.85	0.46	1.45	0.55	0.000
Самоконтроль	1.98	0.44	1.68	0.44	0.000
Принятие ответственности	2.08	0.54	2.08	0.58	0.832
Бегство-избегание	1.81	0.45	1.63	0.51	0.160
Положительная переоценка	1.93	0.55	1.59	0.57	0.000
Проблемно-ориентированные стратегии	1.92	0.43	1.60	0.44	0.000
Эмоционально-ориентированные стратегии	1.93	0.36	1.67	0.40	0.000

При уровне значимости <0.001

После суммирования данных по шкале «Способы совладающего поведения» мы видим, что у пациентов с наркозависимостью наиболее распространенными способами преодоления стресса были принятие ответственности ($Z = 2,08$), поиск социальной поддержки ($Z = 2,02$) и самоконтроль ($Z = 1,98$), В то время как для пациентов с алкогольной зависимостью Принятие ответственности было наиболее распространенным способом преодоления стресса, хотя вторым наиболее распространенным способом преодоления стресса были Планирование решения проблем ($Z = 1,68$), а также Самоконтроль ($Z = 1,68$), но третий по распространенности



способом преодоления стресса было Бегство-избегание ($Z = 1,63$) и Поиск социальной поддержки ($Z = 1,63$). Пациенты с наркотической зависимостью, а также алкоголики были более эмоционально ориентированы. Статистически значимые различия между пациентами, страдающими алкоголизмом и наркоманией, наблюдались в нескольких подшкалах вопросника «Способы совладающего поведения». Эти различия были обнаружены в подшкалах: конфронтационный копинг, поиск социальной поддержки, дистанцирование, самоконтроль и позитивная переоценка. Следует подчеркнуть, что как в проблемно-ориентированном, так и в эмоционально-ориентированном преодолении стресса были обнаружены статистически значимые различия между группами. Как можно видеть из данных, представленных в таблице 1, в основном все шкалы показывают более высокие баллы у пациентов с наркоманией по сравнению с алкоголиками.

По результатам исследования копинг-стратегий у пациентов с алкоголизмом и наркоманией следует отметить следующие тенденции: наркоманы и алкоголики чаще используют эмоционально-ориентированную копинг-стратегию, чем проблемно-ориентированную.

У наркозависимых пациентов наиболее распространенными способами преодоления стресса были принятие ответственности, поиск социальной поддержки и самоконтроль. У пациентов с алкогольной зависимостью принятие ответственности было наиболее распространенным способом преодоления стресса, следующей по частоте использования была стратегия планирование решения проблем, а также самоконтроль. Было замечено, что у пациентов с наркоманией выявлены более высокие оценки способов преодоления стресса по сравнению с алкоголиками. Следует принять во внимание тот факт, что частота выделений проблемных областей значительно выше у наркоманов, но это очень спорно.



Наша оценка пациентов с алкогольной зависимостью была сделана, когда началось лечение, соответственно стресс мог быть усилен, и участники готовились избавиться от проблемного поведения. При этом наркозависимые участники программы поддерживающей терапии в своем образе жизни существенных изменений не отмечают. Вполне возможно, что стресс может усиливаться при присоединении к программе лечения алкоголизма, поскольку необходимо полностью отказаться от употребления алкоголя и проходить специальную психосоциальную терапию. Это соответствует другим данным исследований. [18][4][20]. Также известно, что зависимая личность имеет дефекты Суперэго, и таким же образом также известно с психодинамической точки зрения, что механизмы защиты пациентов с наркотической зависимостью являются незрелыми, что потенциально может повлиять на ответы пациентов на вопросы исследования. [15] Исследование основано на самоотчете, поэтому может быть неточным.

Выводы.

Это исследование важно, потому что оно позволяет понять и оценить диапазон копинг-стратегий пациентов с зависимостью и сравнить результаты у субъектов с алкогольной и наркотической зависимостью. Научные результаты этого исследования являются важным шагом к оценке и пониманию пациентов с зависимостью от ПАВ.

Список литературы:

1. Bonin, M. F., McCreary, D. R., & Sadava, S. W. (2000). Problem drinking behavior in two community-based samples of adults: Influence of gender, coping, loneliness, and depression. *Psychology of Addictive Behaviors*, 14, 151–161.
2. Britton, P. C. (2004). The relation of coping strategies to alcohol consumption and alcohol-related consequences in a college sample. *Addiction Research & Theory*, 12, 103–114.