

УДК 159.922.86

Ольга Ярославівна ЗАВЕРУХА,

викладач кафедри практичної психології та педагогіки

Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ З АДИКТИВНИМИ ОСОБАМИ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Розкрито теоретичні аспекти психокорекційної роботи з адиктивними підлітками. Констатовано, що залежно від ступеня вираженості адиктивної поведінки підлітків можна поділити на такі групи: потенційні адикти, епізодичні (випадкові адикти), регулярні адикти. Обґрунтовано потребу у психокорекційній роботі з адиктивними підлітками, спрямованої на пропрацювання афективної, когнітивної та соматичної сфер підлітків шляхом формування комплексної системно-сімейної програми корекції адикції у підлітків для роботи у групах.

Адикція – це порушення поведінки, яке виникає в результаті зловживання різними речовинами, які змінюють психічний стан людини, включаючи алкоголь та тютюн, до того моменту, коли фіксується факт психічної і фізичної залежності. У класифікацію нехімічних адикцій увійшла також Інтернет-залежність як альтернативна форма адаптації деяких підлітків до життєвих умов, як засіб їх самореалізації та емоційно-психічної регуляції [5].

Аналіз останньої опублікованої відповідної наукової літератури щодо практичної психокорекційної роботи з адикціями [2; 4; 5] свідчить про те, що адиктивні особи:

– страждають через синдром дефіциту задоволення, який виявляється в постійній або ж частій нудьзі. Життя адикт собі уявляє сірим та одноманітним. Пошук фарб у житті вимагає додаткової стимуляції, тому адикт направляє всю свою енергію на її пошук. До решти сфер життя адикт інтересу не виявляє, а все більше намагається відійти від них. Так, Н. Пезешкіан виділяє чотири форми адиктивної поведінки як втечі від реальності: втеча в тіло (фізичне або психічне «удосконалення» себе, що спостерігається у підлітків у формі анорексичних ідей, посиленого зайняття спортом); втеча в роботу, що проявляється в підлітків через посилену концентрацію на улюбленій справі, певних справах, а також навчанні (отримання максимальної оцінки будь-яким способом); втеча в контакти або самотність, що серед підлітків бачимо у формі постійного (перебільшеного) прагнення до спілкування з референтною групою або, навпаки, до усамітнення, що виявляється в схильності до дромоманії та інших форм поведінки; втеча у фантазії як форма життя в світі ілюзій та

фантазій через ігromанію, надмірну захопленість соціальними мережами, потребу в закоханості [3].

Підтвердженням зазначеної типології Н. Пезешкіана може бути дуже схожа думка Е. Берна [1] про існування у людини шести видів голоду: голод за враженнями, за визнанням, за контактом і фізичним погладжуванням, сексуальний голод, голод структурування часу, голод щодо подій. В адиктивних персон внаслідок поганої здатності долати труднощі повсякденного життя та постійної критики від певного оточення, а також самодокорів формується комплекс неповноцінності. Тривожний адикт може це компенсувати через гіперсоціальність (трудоголізм), гіперкомпенсацію у вигляді завищеної самооцінки з демонстрацією своєї переваги над оточенням, протиставляння себе оточенню через власне романтичне життя, що є вільним від зобов'язань, а тому й від звинувачень, присвячення себе кар'єрі, боротьбі за владу, збагачення;

– основними мотивами адиктивних розладів виступають такі: усувають тривогу, субмісійний (підпорядкування впливу інших), гедоністичний (ейфорійний), активуючий (збудження для активності достатнього рівня), псевдокультурний (демонструє приналежність до культури, що компенсує комплекс неповноцінності), потреби в тому, щоб його любили чи схвалювали всі значущі люди в оточенні, отримання шансу виправдати щось колишніми досягненнями чи успіхами;

– адикт страждає внаслідок переживання внутрішньої дисгармонії, дискомфорту та фрагментації або через нездатність думати добре про себе, а тому й про інших. Тому, серед адиктів дуже розповсюдженими є механізми психологічного захисту, які додають ще більше страждань оскільки виявляються для нього руйнівними. Вважається, що основними психологічними захистами пошкодженого та вразливого Его адикта є примітивна ідеалізація об'єкта залежності; фантазії інкорпорації (поглинання об'єкта шляхом злиття); інтроекція (заміна відносин із зовнішнім об'єктом відносинами з його інтроектами); всемогутність (перебільшення власної сили); девальвація (презирливе знецінення чогось важливого); проекція (приписування іншому власних емоційно значущих мотивацій); проектна ідентифікація (проекція своїх почуттів та мотивацій на об'єкт залежності, над яким адиктована особа потім намагається встановити контроль за допомогою ідентифікації); розщеплення або сплітінг (поділ себе та об'єкта або об'єктів на добрих і поганих); заперечення (ігнорування важливих аспектів реальності); контрфобія (задоволення від небезпечної діяльності, бrawада); псевдонезалежність (несвідома демонстрація незалежності від об'єктів адикції); екстерналізація (перенесення внутрішнього конфлікту зовні та відігравання його компульсивною або імпульсивною дією); раціоналізація (свідоме обгрунтування своєї поведінки прийнятними мотивами замість прихованих

неприйнятних). Так, механізми психологічного захисту серед адиктивних підлітків більше представлені за результатами дослідження, а ще більша їх представленість зафіксована в підлітків з сімей трудових мігрантів;

– девіантна поведінка супроводжується широким колом негативних емоцій, особливо тривогою, страхом та агресією. Нездатність підлітків справлятися з емоціями внаслідок відсутності відповідного досвіду на фоні формування нових цінностей та потреб є вкрай потужним фактором формування адикцій через випадкові та досить легкі способи подолання психотравматичної напруги ще нетренованої психіки. Це виявляється у віковій схильності підлітків до формування суто їхніх акцентуацій характеру, що потім трансформуються в психопатології, різні форми девіантної поведінки, а особливо в її найбільш розповсюджений різновид – адиктивну.

Зазначене вказує на те, що особливостями адикцій у підлітків є стартове, але дуже потужне переживання посиленої психічної напруги емоційного, когнітивного, а також соматичного характеру, що є нестерпним, внаслідок чого виникає потужна потреба в стабілізації функціонування особи в цілому. Тому, найбільш доцільно у психокорекції з адиктивними підлітками зосередитися на отриманні ними достатньо розширеного та ефективного досвіду у формуванні здатності долати зазначені види напруги.

Таким чином, подальша наша робота буде спрямована на пропрацювання афективної, когнітивної та соматичної сфер підлітків шляхом формування комплексної системно-сімейної програми корекції адикції у підлітків для роботи у групах.

Список бібліографічних посилань

1. Берн Е. Що ти кажеш після привітання? Психологія людської долі / пер. з англ. Р. В. Клочка. Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2018. 432 с.
2. Заверуха О. Я. Психологічна корекція адикцій у поведінці підлітків з сімей трудових мігрантів через призму сучасних підходів. *Науковий збірник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Вип. 5. С. 166–170.
3. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия: пер. с нем. М. : Медицина, 1996. 464 с.
4. Сердюк О. О., Белоусов Ю. Л. Соціальна робота з особами з наркотичною та алкогольною залежністю // Соціальна робота в органах внутрішніх справ України : навч. посіб. Харків : Нац. ун-т внутр. справ, 2006. С. 303–324.
5. Соловйова О. П. Причини виникнення адиктивної поведінки у підлітковому віці та основні напрямки психокорекційної роботи із залежними підлітками. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. № 4. С. 28–32.

Отримано 04.02.2020

