МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

АДИКТИВНА ПОВЕДІНКА В ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ

Кваліфікаційна робота (проєкт)

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконав: студент 4 курсу 07-431 групи
Спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійної програми «Психологія»
Владислав ЛИТВИН
Керівник: к.психол.н., доцент Вікторія КАЗІБЕКОВА
Рецензент: к.психол.н., доцент Оксана ЛОСЬ

Херсон 2021

ЗМІСТ

ВСТУП 3

РОЗДІЛ 1. Теоретичний аналіз поняття адиктивної поведінки 6

1.1 Визначення адиктивної поведінки та етапи її розвитку 6

1.2 Фактори які сприяють становленню адиктивної поведінки 111

1.3 Особливості адиктивної поведінки та її види 14

РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження: наявність адиктивної поведінки, порівняльний аналіз та кореляція вибірки 26

2.1 Опис методичного інструментарію 26

2.2 Виявлення критерію залежності 29

2.3 Кореляція результатів методик за критерієм Спірмена 30

ВИСНОВОК 35

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 37

ДОДАТОК А Кодекс академічної доброчесності здобувача вищої освіти Херсонського державного університету 41

ДОДАТОК Б 42

ДОДАТОК В 47

ДОДАТОК Г 49

ДОДАТОК Д 51

ВСТУП

Проблема адиктивної поведінка у сучасному світі є, мабуть, однією з найскладніше вирішуваних зі всіх тих, які зараз постали перед суспільством та соціально-психологічними науками.

Актуальність проблематики цієї роботи полягає у тому, що сучасне суспільство бажає мати здорових, психічно стабільних, освічених людей, котрі можуть керувати власним життям та вміють формулювати цілі та досягати їх. Але, нажаль, сучасна людина, зокрема українець, примушені стикатися з великою кількістю проблем, на тлі котрих дуже виражені проблеми фінансового характеру, що приводить людей у стан фрустрації, негативних переживання та подальшого пошуку виходу з проблем. Але це на завжди конструктивний вихід, буває, що людина починає уникати цих проблем та відмовляється їх вирішувати.

Всі люди прагнуть до матеріального благополуччя, але цього не завжди вдається досягнути. Щоб пережити негативну ситуацію чи подію більшість людей використовує різні стратегії. Це можуть бути як внутрішні ресурсі – хобі, робота, спорт та ін. Так і зовнішні, які проявляються в підтримки близьких. У нормі ці складові ніяк не впливають на психічний комфорт людини, а тільки допомагають та є необхідними компонентами повноцінного життя. Як тільки подібний спосіб регуляції стресу починає домінувати в житті індивіда, то в даному разі можна казати про початок розвитку адиктивної (залежної) поведінки.

Тому є необхідність у психокорекційних заходах та профілактики залежної поведінки, так як у сучасному часі є багато видів адиктивної поведінки, наприклад: Курець кидає палити, але починає багато їсти, тому компенсує одну адиктивну поведінку іншою. В даному разі необхідно проводити комплекс корекційних та профілактичних заходів.

Важливим є сама залежна поведінка, тому що вона може мати велику кількість критичних відхилень, таких як зниженні працездатності, порушення комунікативної сфери індивіда, погіршення відносин з оточуючими, кримінальні дії тощо.

Актуальність обумовлена не лише швидким зростанням нарко-аклкозалежних, але і поява нових адикції, які досить активно розвиваються з розвитком інформаційних технології, що може стати початком розвитку та формування залежності. Сама цьому виникає потреба у розробці та досліджені цієї проблематики.

Ступінь наукової розробки. Вирішення цієї проблем має як теоретичне значення, так і практичне. Ця проблема дуже добре вивчена як вітчизняними, так і зарубіжним психологами, але все одно, її актуальність не знизилась. Українські вчені, котрі займалися дослідженнями адиктивної поведінки: М. Барамзіна, В. А. Бараннік, П. В. Волошин, М. М. Денисенко, О. Ліщинська та ін.

Метою дослідження є визначення поняття адиктивної поведінки, види, її прояви та висвітлення методів профілактики й корекцій адикції. Для досягнені мети визначено наступні **завдання:**

- Освітлення питання адиктивної поведінки;
- Визначення видів адиктивної поведінки;
- Фактори, які сприяють розвитку адикції;
- Виявлення симптомів прояву адиктивної поведінки;
- Емпіричний зріз даних;
- Обробка результатів та їх інтерпретування;

Об`єкт дослідження – адиктивна поведінка.

Предмет – вплив низького матеріального благополуччя на розвиток адиктивної поведінки у осіб дорослого віку.

Методи дослідження. У даній роботі використані наступні методи дослідження: теоретичний аналіз літератури з вище зазначеної проблематики; узагальнення теоретичних даних; кількісний та кореляційний

аналіз емпіричних даних; критерій Спірмана. Для збору первинних результатів були використані такі **тестові методи:** 16 факторний особистісний опитувальник Кеттелла Р. (форма А); індивідуально типологічний опитувальник Собчик Л. М.; Копінг-тест Лазарус Р.; Методика діагностики схильності до 13 видам залежної поведінки Лозова Г. В.

Апробація результатів дослідження. Основні положення й результати дослідження обговорювались на засіданні кафедри (протокол № 4 від 09 квітня 2021 р.).

Структура роботи. Робота складається зі змісту, вступу, першого теоретичного розділу та трьох підрозділів, другого емпіричного розділу та трьох його підрозділів, висновок, список використаних джерел, додатки А-Ґ.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ

1.1 Визначення адиктивної поведінки та етапи її розвитку

У психології дуже часто зустрічається такі терміни, як «залежність», «адикція», «адиктивна поведінка» та ін. Ці терміни завжди мали негативний сенс і розглядалися лише з боку деструктивних проявів поведінки, які несуть руйнування особистості й тіла. Якщо порівнювати дані терміни, то можливо побачити, що залежна поведінка не завжди є адикцією. Можливо привести такий приклад: Людина залежить від лікарських препаратів, які її можуть врятувати життя, тоді як алкоголік чи наркоман не лише залежить від алкоголю, чи наркотиків, але вони співвідносять себе з адиктивною поведінкою.

«Адиктивна поведінка – це бажання уникнути реальності, завдяки зміні свого психічного стану»[19].

«Адиктивна поведінка – це одна з типів девіантної поведінки, яка формує у особистості бажання уникнути реальності шляхом зміни свого психічного стану за допомогою вживання наркотичних речовин, чи фіксацій своєї уваги на якійсь дії або діяльності з метою відчути та підтримати інтенсивні емоції»[22].

Адиктивна поведінка, як одна з типів девіантної поведінки, має декілька форм:

1. Хімічна залежність (куріння, токсикоманія, наркозалежність, алкогольна залежність);
2. Порушення їстівної поведінки (переїдання, голод, відмова від їжі);
3. Ігрова залежність (ком’ютерна залежність, азартні ігри);
4. Релігійно-деструктивні культи (релігійний фанатизм, вступ до секти).

Розвиток адиктивної поведінки протікає дуже скритно. Спочатку, це досить безпечний початок, який супроводжується звичайним задоволенням потреб. Але потім, це перетікає в поведінку, якою особистість практично не може керувати, після чого настає сформована адиктивна поведінка. Період розвитку адиктивної поведінки залежить від багатьох змінних, а саме; стать, вік, особистісні особливості та ін.

Замість того, щоб знайти вихід з ситуації, адиктивна особистість уникає проблем. У подібній особистості адаптаційні механізми порушуються на психофізичному рівні. На першій стадії адаптаційних можливостей людина починає відчувати дискомфорт, який може бути порушеним будь якою причиною. Відомо, що люди будуть різним чином реагувати на ті, чи інші ситуації. У деяких людей реакція на якісь явища, дії або діяльність можуть стимулювати відчуття різних емоцій, котрі є природнім супротивом до тяжких життєвих ситуацій, необхідність брати на себе відповідальність, чи нести відповідь за результат якоїсь дії. Але у інших ці емоцій і переживання можуть бути такими сильними, що їм необхідно докладати значну частку зусиль, щоб виконати ту чи іншу дію, але цього може і не статися. Саме такі люди шукають «синтетичну» модель реальності, шляхом зміни свого емоційного фону нав’язливими діями, діяльністю, чи наркотиками. Таким чином, у людини виникає хибна картина вирішення проблеми. Це спосіб «вирішення» проблем може домінувати над іншими. Цей спосіб досить швидко й просто закріпляється у поведінці особистості та стає домінуючім методом розв’язання проблем, який заважає реалізації тих методів рішення проблем, які є конструктивними. Необхідно враховувати і те, що ці заходи рішення проблем мають найменший супротив, що дуже сильно привертає до них увагу адикта. Особистість адикта, таким чином, послабляє відчуття тривоги та увагу відносно своїх проблем та направляє їх на ті дії, діяльність чи об’єкт, які є для нього методом уникнення реальності. Також у адиктивної особистості слабшають відносини з родиною, так як адикт віддає перевагу самотності та поглибленню у самого себе[2].

Зараз ми перейдемо до розгляду тематики адиктивної поведінки з боку різних підходів та авторів. Вивчення адиктивної поведінки в ХХ ст. допомагає з'явитися на світ цілої наукової галузі – адиктологія. Головним питанням яке намагається вирішити адиктологія – це те, що адиктивна поведінка може сприяти на розвиток інших порушень в поведінці особистості. Тому, вчасно виявлена адиктивна поведінка сприяє вчасній профілактиці й корекції, що запобігає розвитку інших порушень у поведінці індивіда.

Порушення пов'язані з адиктивною поведінкою досить добре досліджувалися на заході у різних наукових течіях. Зараз ми перерахуємо деякі з цих течій:

- Психоаналіз (А. Адлер, З. Фрейд, Е. Берн, Е. Еріксон);
- Интеракціонізм (Т. Шибутані);
- Когнітивна психологія (Дж. Ґріндер, Дж. Келлі, Г. Олпорт, Л. Фестінгер);
- Гуманістична психологія (А. Маслоу, К. Роджерс);
- Гештальтпсихологія (В. Келер, К. Коффка, К. Левін);
- Психосинтез (Р. Ассаджилолі).

У східноєвропейській психології проблема залежної поведінки розглянута та описана з різних сторін, а саме:

- Залежна поведінка, яка «хибно опредмечіна потреба» (О. М. Леонтьєв, С. Л. Рубінштейн, Б. Г. Ананьєв)
- Залежна поведінка, яка «недостатньо сформована егоідентичність» (Н. В. Дмитрієвна, Т. О Донських, Ц. П. Короленко)
- Залежна поведінка, як «стабільна психологічна система, змінюючи мотиваційну сферу і зміщуючи вольовий потенціал» (Д. В. Четвериков)

Проблему корекції залежної поведінки розглядали такі українські вчені-психологи: М. Барамзіна [4], В. А. Бараннік [5], П. В. Волошин [9], М. М. Денисенко [14], О. Ліщинська [21] та ін.

В цих працях розглядаються питання структури особистості, фактори які провокують розвиток залежної поведінки, і змінні зовнішньої та внутрішньої середи, котрі приводять до зміни та трансформації особистості та підвищення рівня її вразливості адиктивним агентам, також методи і способи корекції та реабілітації адиктивної поведінки.

Щоб зрозуміти адиктивну поведінку, яку ту, котра є відхиленням від норми, слід виділити такі ознаки:

- Антиципація адиктивної поведінки;
- Тривала адиктивна поведінка;
- З’являється потреба збільшення повторень та доз для досягнення необхідного ефекту;
- Соціальна взаємодія індивіда попадає під загрозу;
- Згодом, з’являється сильне бажання позбавитися звички;
- Абстинентний синдром (виникають симптоми різного характеру при відмові від вживання ПАР);
- Індивід вживає ПАР як копінг-стратегію;
- Людина починає відмовлятися від інших шляхів задоволення;
- Адикт починає ігнорувати інші види діяльності [8].

Характерною якістю для адиктивної поведінки також є циклічність. Зараз ми перерахуєм фази одного циклу:

- Наявність внутрішньої здатності до залежної поведінки;
- Посилення бажання та напруги;
- Очікування та активний пошук адикції;
- Отримання об’єкту та переживання незвичних емоції;
- Розслаблення;
- Фаза ремісії.

У кожного індивіда цикл адиктивної поведінки триває різний час. У одного він може тривати один рік, а у іншого декілька днів [41].

Не завжди залежна поведінка приводить до смерті (у разі наркозалежності чи алкозалежності), але залежна поведінки поступову приводить до особистісних та соціальних змін.

Велику роль грає формування залежної установки – емоційні, особистісні та групові чинники, які сприяють розвитку адиктивного бачення життя.

У адикти формується найбільш значуще відношення до свого об'єкту адиктивної поведінки, тобто він починає хвилюватися відносно тих речовин, котрі йому необхідно вживати. Всі теми адикта для бесіди сходяться до його об'єкту залежності, він не може не говорити про нього. Адикт починає шукати виправдання свої поведінці. Також адиктивна людина перестає помічати те, що бачать навколишні люди. Адиктивна людина починає вірити в ілюзії, що адиктивна поведінка допомагає їй відчувати себе добре, що ті адикти з якими вона спілкується – є нормальними людьми і т. і. Адикт починає підозрювати всіх, хто с ним не згоден та не віра в його ілюзії [37].

Адиктивна установка перетворює об'єкт адиктивної поведінки у сенс життя, а задоволення – образом життя. Щоб задовольнити свою потребу в адикції, адикт може піти на будь що. Дуже часто адикти, щоб досягти своєї цілі починають брехати. Адикт не бачить якихось суттєвих перешкод, закріплюється захисна реакція, яка перетікає у агресивні стани. Адикт не розуміє, що йому потрібна допомога, тому що він на бачить у проявах своєї поведінки залежності від чогось, саме це ускладнює процес допомоги адиктивним особистостям та їх соціальні стосунки [38].

Таким чином, ми можемо бачити, що адикти схильні до порушення суспільного порядку, грабувати, красти; також є ризик що адикт може накласти на себе руки. Основні мотиви адикта: відчай, безвихідь, ізольованість від світу, самотність. Також можуть бути зриви: агресія, гнів, котрі зміняються на пригніченість.

1.2 Фактори які сприяють становленню адиктивної поведінки

Залежна поведінка детермінується різними факторами впливу. До цих факторів відносять: біологічні, соціальні та індивідуальні фактори.

Зараз розглянемо ці фактори.

Біологічні фактори.

Під біологічним фактором розуміється індивідуальні реакції індивіда на ті чи інші впливання, речовини чи стереотипи поведінки, наприклад: алкоголь, інтернет, відношення тощо. У цьому разі необхідно враховувати генетичні детермінанти схильності до того чи іншої залежної поведінки індивіда [3].

Біологічний фактор може проявитися при сильних стресових навантаженнях, коли починає підвищується робота ендорфинних рецепторів, що приводить людину у стан стурбованості та тривоги. Роботу цех рецепторів можливо компенсувати алкоголем або наркотиками, що приводить до зловживання та розвитку хімічної залежної поведінки.

Соціальні фактори.

Під соціальними факторами, в першу чергу, розуміється – сім’я та школа.

Стосовно сім’ї, тут розглядають низку характеристик, які її притаманні: структура сім’ї, виховання, відносини, сімейні ролі та риси особистостей батьків. Стосовно школи, то тут виводять такі характеристики, як успішність в навчанні, відносини між однокласниками та вчителями, місце дитини у шкільному колективі, тип референтної групи [10].

Для деяких груп залежна поведінка є проявом групової динаміки. У даному разі наявність адиктивної поведінки у підлітка виступає, як еталоном та можливістю вступити у подібну групу та приєднатися до цієї субкультури. Подібне явище має низку функцій:

- Допомагає відчути себе дорослим та звільнитися від батьківського впливу;

- Відчуття належності до групи та дає можливість неформального спілкування;
- Регулювання емоційного стану;
- Дає змогу реалізації креативного потенціалу завдяки вживанню різного роду речовин [18].

Частіше за все сім’я є причиною вживання психоактивних речовин тому, що це може буде нормальною поведінкою, яку людина спостерігала впродовж тривалого часу. Це демонструє, що сім’я є основую для формування залежної поведінки. Подібні сім’ї, які мають низьку соціально відповідальність переносять подібні принципи на своїх дітей, що призводить до початку раннього вживання наркотиків та сприяють можливим правопорушенням.

Виокремлюють низку факторів, які сприяють формуванню залежної поведінки:

- Неправильні методи виховання дитини, досить часті фізичні покарання;
- Неповна сім’я;
- Проблемна сім’я. Така сім’я характеризується досить частими сварками та конфліктами;
- Аморальна сім’я. Цей тип сім’ї характеризується аморальністю сексуальних стосунків, частим вживанням алкоголю та деморалізацією загалом [36].

Також спостерігається, що дитина може вести себе в однакових сімейних обставинах по-різному. Більше того, у сім’ї, де батьки страдають від алкоголізму, дитина може на перейняти цей вид залежної поведінки. У даному разі ми можемо бачити, що головну роль у появі та розвитку адиктивної поведінки відіграє не лише соціальний фактор, а також і індивідуальний.

Механізмами захисту від адиктивної поведінки виступають:

- Функціональна сім’я;

- Гармонічні дитино-батьківські стосунки;
- Соціально орієнтовані установки сім'ї, які відображені у сімейних правилах;
- Розвинені з дитинства комунікативні навички;
- Високі моральні принципи та інтелектуально-культурна орієнтація в сім'ї;
- Повага сімейних цінностей [26].

До макросоціальних факторів, можливо віднести технічний прогрес, який дає поштовх до формування залежної поведінки завдяки створенню нової продукції в харчовій промисловості або фармацевтичній індустрії, які розроблюють і створюють нові ліки чи продукти – вони можуть стати новим об'єктів залежності. До цієї ланки соціальних факторів відносять також діяльність наркоторговців, які активно розповсюджують психоактивні речовини. Урбанізація також вносить свій вклад до розвитку адиктивної поведінки тому, що починають слабшати міжособистісні стосунки людей. Люди активно прагнуть незалежності, тому почали втрачати почуття безпеки та підтримки.

Індивідуальні фактори.

До психічних особливостей відносять риси, характер, травми які індивід зазнав на різних вікових періодах свого життя.

Факторами, які провокують відхилення, розвиток адиктивної поведінки є нервово-психічна нестабільність, акцентуації характеру (гіпертимний, нестабільний, конформний, істероїдний, епілептоїдний типи особистості). До цих факторів також необхідно віднести особливості, які обумовлені характерними для цього періоду реакціями: емансипація, групування, інтереси та формування сексуального потягу [10].

Виокремлюють не лише фактори ризику, але і ті, що допомагають в захисті від розвитку адиктивної поведінки.

Фактори ризику:

- Низький самоконтроль;

- Імпульсивність;
- Пониження здатності людини до тривалої та цілеспрямованої діяльності;
- Нездатність прогнозувати наслідки своїх дії;
- Емоційна нестабільність та незрілість індивіда;
- Знижена або надмірно висока самооцінка, яка комбінується з екстернальним локусом контроля;
- Неадекватність домагань;
- Низька стресостійкість;
- Надмірне бажання ризику та схильність до пошуку «гострих» відчуттів;
- Відмова приймати соціальні норми, незрілість моральних орієнтирів.

Фактори захисту:

- Висока самооцінка;
- Стресостійкість;
- Розвинений самоконтроль;
- Добре розвинені навички самостійного пошуку рішень проблем, прийняття допомоги та підтримки від оточення;
- Стійкість к негативним впливам;
- Високий рівень інтелекту [39].

Таким чином ми можемо бачити, що фактори які сприяють розвитку адиктивної поведінки є не лише соціальними чи біологічними, вони також дуже сильно пов’язані з особистістю індивіда. Якщо людина має досить сильно розвинені механізми захисту, то вона зможе уникнути розвитку адиктивної поведінки.

1.3 Особливості адиктивної поведінки та її види

Якщо у особистості є адиктивна поведінка, то її прояви мають різну ступінь наявності:

- Присутня адиктивна поведінка – має один чи більше видів адикцій з високим значенням для індивіда;
- Суміжна адиктивна поведінка – має один чи більше видів адикції, які перебувають у незначній чи досить близькій ступені до високої значущості для індивіда;
- Відсутність адиктивної поведінки – повна відсутність ти чи інших видів адикцій.

На даний момент нараховують десь 30, можливо і більше, видів залежної поведінки. Зараз ми перелічимо ті які є досить розповсюдженими. В першу чергу, адиктивна поведінка ділиться на: хімічну, біохімічну, нехімічну.

Як зрозуміло з назви, найбільш небезпечними є адикції хімічного типу, котрі проявляються у:

- Никотиноманії;
- Токсикоманії;
- Наркозалежності;
- Залежності від ліків;
- Алкоголізмі.

Наступним видом адикції є біохімічні (порушення прийомів їжі), котрі проявляються як:

- Анорексія;
- Булімія;
- Залежність від смаків.

Нехімічні адикції (поведінкові). Вони проявляються наступним чином:

- Інформаційні (до неї відносять: комп’ютерну залежність, радіо, телевізійну, інтернет, чат-залежність, смс-залежність, постійне перемикання каналів телевізора т ін.);
- Залежність від діяльності (працеголізм, колекціонерство, збирання різних непотрібних речей та ін.);

- Сексуальні адикції (зоофілія, некрофілія, трансвестизм, садомазохізм та ін.);
- Залежність від змін свого тіла (тату, пірсинг, пластичні операції, нанесення шрамів та ін.);
- Поведінкові залежності (надмірне турбота, соціальна дистанцьованість від людей, постійне бажання спати, хронічне запізнення та ін.);
- Погані звички (відкушування шкіри, висмикування волосся, ретинолексоманія та ін.);
- Залежність від цінних речей та грошей (бажання тратити гроші, постійно їх перераховувати, накопичення та ін.);
- Неправомірні залежності (клептоманія, патологічна крадіжка ті ін.);
- Залежність зі специфічним ставленням до свого здоров'я (Іпохондрія, манія постійно народжувати дітей та ін.);
- Гемблінг (рулетка, автомати, ставки, карточні азартні ігри, комп'ютерні ігри, залежність від електронних пристроїв та іграшок та ін.);
- Залежність від відносин (сексуальна, созалежність, уникнення відносин та ін.)
- Релігійна залежність (молитви, секти, медитації, транс та ін.);
- Залежність від «гострих» відчуттів та ризику (їзда на великій швидкості, пірнання у клітці до акул, стрибки з парашутом ті.).

Зараз ми розкриємо зміст видів адиктивної поведінки, які найчастіше зустрічаються.

Хімічна адикція.

«Хімічні адикції здатні змінювати психічний стан за допомогою різних хімічних речовин. Практично всі з них викликають фізичні пошкодження людського організму. Деякі речовини, змінюючи психічний стан, долучаються до обміну та викликають фізичну залежність» [21].

Алкогольна залежність.

Алкоголізм – це захворювання проявляється в результаті довготривалого вживання спиртних напоїв заради отримання фізичних та психічних задоволень. Прояви алкоголізму:

- Підвищення толерантності до спиртних напоїв;
- Особливе почуття задоволення під час прийому спиртних напоїв;

«Супроводжуються виникненням залежності, тобто непереборне бажання до вживання алкоголю та нездатністю від нього відмовитися з розвитком стійких часто незворотних соматонервологічних розладів, а також психічної та особистісної деградації» [12].

Можливо виділити ряд ефектів прийому алкоголю:

- Ейфорія – у цьому стані людина відчуває дуже позитивні емоції;
- Атарактичний – у цьому стані знижується тонус скелетних м’язів;
- Кайф-ефект – цей стан підвищує можливості людино до фантазування та відвертає її від реальності, шляхом занурення у фантастичні картини [13].

Алкоголік має не лише фізичну залежність, але ще і психічну. В діагностуванні залежності від алкоголю необхідно враховувати особливості вживання, стиль вживання, котрий формує досить швидке привикання до алкоголю. Мається на увазі, його кількість в якій індивід вживає алкоголь не вертає уваги на своє почуття від кількості випитого їм спиртного.

Наркозалежність.

«Наркоманія – це сукупність захворювань, для яких характерна невизначеність прагнень к постійному прийому наркотичних речовин, внаслідок стійкої психічної то фізичної залежності від них з розвитком абстиненції при зупинені їх вживання»[43].

Якщо ми спостерігаємо за людино яка знаходиться у стані наркотичного сп’яніння, то можливо побачити, що така людина втрачає контроль над собою та несе небезпеку як собі, так і оточуючім. До цього також відноситься зловживання снодійним. Розповсюдженню наркотиків сприяє низький рівень соціально-економічних умов населення. Якщо велика частина людей перебуває у поганому матеріальному становищі, то це може привести до підвищення кількісного рівня цієї адикції.

Якщо порівнювати наркотичну адикцію з алкогольною, то можливо побачити багато спільного тому, що мотивація вживання цих речовин практично однакова:

- Прагнення поліпшення емоційного дискомфорту;
- Отримання задоволення;
- Неможливість відмовитися від вживання тієї речовини яку пропонують;
- Слідування динаміки групи, стилю чи іміджу.

Наркозалежність визначається у зв’язку з тими речовинами, які мають свою різницю як на рівні впливу на організм людини так і між собою (опіати, стимулятори, кокаїн, галюциногени, синтетичні речовини тощо).

Залежність від ліків.

Залежність від ліків – це сукупність захворювань, які обумовлені пристрастю до медичних ліків (знеболюючі, медикаментозні речовини тощо) з подальшим розвитком цієї адикції. Здебільше розуміється як психічне порушення, яке може стати фізичним, котре склалося внаслідок прийому лікарських препаратів. Ознаки наркотичної і лікарської досить сильно схожі між собою. Завдяки цьому лікарську адикцію можливо частково співвідносити з наркотичною.

Синдроми на базі яких формується лікарська залежність:

- Синдром психічної залежності
- Синдром фізичної залежності;

- Синдром скасування (активується та спонукає до виникнення будь якого з синдромів після відмови від вживання ліків) [23].

Нікотинова залежність.

Нікотиноманія – це захворювання відноситься до однієї з форм токсикоманії, яке зумовлене курінням тютюну чи його сумішей, котре характеризується вдиханням тютюнового диму. Курець шкодить не лише своєму здоров'ю, а також оточуючім його людям.

В порівняні з курінням сигар чи трубки або жуванням, чи вдиханням тютюну, куріння звичайних сигарет більш розповсюджене.

Якщо порівнювати нікотин з іншими психофармакологічними речовинами, він має менш інтенсивний вплив, але присутній ефект розслаблення та заспокоєння, що робить його більш «ефективним» засобом.

Якщо курець не контролює своє бажання курити, тоді ця адикція стає схожа на алкогольну залежність та має зв'язок з наркозалежністю.

Біохімічні залежності.

Цей вид адикції проявляється та розвивається завдяки імітованим хімічним речовинам, які здатні змінювати психічний стан людини.

Простіше кажучи – це залежність від їжі.

Їстівна залежність.

Їстівна залежність – це нетиповий потяг до їжі який характеризується сильною психічною залежністю, котра проявляється в надмірному бажані задовільнені відчуття голоду. Сприяє розвитку їстівної адикції якась неприємна ситуація для людини, котру вона бажає «заїсти». Адиктивна поведінка цього типу формується у свідомості людини, як безпечний спосіб вирішення складних життєвих ситуацій. Але при цьому виді адиктивної поведінки людина не розуміє, що вона несе шкоду собі надмірними переїданням чи голодом. Після того як сформується психічна залежність починає формуватися фізіологічна і адикт починає прагнути їжі тому, що відчуває голод [8].

При даній адиктивній поведінці можливо виокремити наступні симптоми:

- Постійні роздуми та домки про їжу;
- Імпульсивна їстівна поведінка;
- Виникають проблеми з самоконтролем по відношенню до їжі;
- Намагання втішити себе якоюсь їжею;
- Відсутність їжі приводить у стан «ломки»;
- У людини з'являється бажання бути з їжею на одинці;
- Людина починає брехати відносно того скільки вона з'їла;
- Поступово виникає відчуття провини за з'їдену їжу;
- У людини зникає бажання ділитися їжею [31].

Анорексія.

Це голодовка, яка провокується використанням дієт, котрі були назначені в якості лікування лікарем. При входженні в голод людина відчуває труднощі які пов'язані з необхідністю справитися з апетитом. Трохи пізніше, людина починає почувати себе краще, відчуття голоду слабшає, вона відчуває прилив сил, підвищується активність, настрій, спостерігається посилення фізичної активності, з'являються нові сили, поступово зникає апетит. Не дивлячись на те, що подібний метод голоду є небезпечним для здоров'я та життя багато пацієнтів продовжують його використовувати тому, що він викликає у них стан ейфорії. Також необхідно враховувати, що подібне голодування обумовлене сучасними стереотипами навколо фігури, які пропагандують глянцеві журнал. Особливого впливу цій тенденції вражені дівчата-підлітки, які дуже полюбляють ці журнали [20].

Булімія.

Адиктам, які страждають від їстівної залежності, притаманне така поведінка відносно їжі:

- Практично цілодобовий прийом їжі;
- Неймовірно сильне відчуття голоду;

- Адикт намагається контролювати свою вагу завдяки блювотного рефлексу чи прийму проносного.

У людини, котра страждає від їстівної адикції порушається обмін речовин. Це трапляється коли після прийому їжі швидко падає глікемічний індекс. Таким чином людина починає його підтримувати на достатньому рівня шляхом поїдання більшої кількості їжі [21].

Нехімічні адикції.

Ігрова залежність – це вид адиктивної поведінки який є психологічним, котра проявляє себе у сильному прагнення індивіда бути залученим до процесу гри.

Признаки гємблінгу:

- Адикт завжди повертається думками до гри, розмірковує над тим де можливо дістати гроші на ігри та нетерпляче чикає наступного сеансу;
- Постійне підвищення ставок та їх частоту сподіваючись отримати емоційне задоволення;
- Адикт відчуває роздратованість, гнів та турбується, коли гра передчасно закінчується;
- Дана адикція обумовлена бажанням уникнути реальності або зняти прояви депресії;
- Адикт повертається до гри навіть коли він її програв, постійно полює за перемогою;
- Адикти цього типу схильні до проявів кримінальних дії, завдяки котрим вони зможуть отримати гроші на гру;
- Дані адикти можуть розірвати близькі стосунки, кинути роботу, відмовитися від навчання та будь яких перспектив ради ігор;
- Ці адикти продовжують грати навіть коли програли починають позичати гроші, коли не можуть їх повернути [24].

Комп’ютерна залежність.

Комп’ютерна залежність – це тип адкцій, який вважається вільним типом залежності тому, що комп’ютер не несе якихось негативних ситуацій, в даному разі все залежить в першу чергу від користувача і того, як використовують цей пристрій. Виходячи з цього, комп’ютерна адикція може розвиватися найрізноманітнішим чином: ігрова залежність, любовна (вірт, інтим чати), трудова (створення якогось програмного забезпечення чи просто роботі за комп’ютером), сексуальна (порно-сайти, читання порнографічних творів, перегляд легкого еротичного контенту тощо) [25].

Ознаки гємблінгу:

- Відсутнє бажання відволікатися від гри або роботи;
- Більшість часу присвячується грі або роботі за комп’ютером (людина може заснути за комп’ютером, забути про роботу чи зустріч);
- Цифровий світ є більш важливим за реальний який є небільше ніж нудною необхідністю;
- Відсутнє вміння планувати час роботи чи гри за комп’ютером, адикт нездатний вчасно зупинитися;
- Поступово деградують інтереси особистості та з’являється лише бажання грати\працювати за комп’ютером;
- Оточення адикти починає його сприймати яка відносно безпечного «ненормального»;
- Адикт здатен втамувати голод малою кількістю їжі, її одноманітністю, не виходячи від комп’ютера;
- Такі адикти ззовні виглядають досить неохайно, мають проблеми зі спілкуванням з людьми які не зловживають часом проведеним за комп’ютером, мають звичку ізолюватися [24].

Соматичні симптоми гємблінгу:

- Враження нервових стовбурів зап’ястка;
- Погіршення зору;
- Біль у голові;

- Біль в спині та шиї;
- Порушений графік харчування;
- Ігнорування гігієни;
- Розлади сну.

Даний тип адикцій не менш небезпечний за наркозалежність тому, що вона призводить до дизадаптацій в суспільстві.

Сексуальна та любовна адикції.

Сексуальна залежність – проявляється у нездатності контролювати своє бажання або відкласти його на потім, не можуть обрати місце і час для задоволення своєї потреби. Ця адикція супроводжується повтореннями, нав'язливим пошуком атмосфери, яка могла би задовільнити сексуальні потреби адикта не звертаючи увагу на негативне соціальні, психічні та фізичні наслідки [40].

Цю адикцію відносять до прихованих. Досить важко отримати прямі відповіді на запитання сексуального відтінку тому, що вони, частіш за все, пов'язані з соціальним табу яке є притаманні для кожного суспільства. Механізм виникнення залежної сексуальної поведінки розділяються на глибокі, котрий починає своє формування досить рано на фоні загального адиктивного процесу, и достатньо пізній сексуальній адикції, які прийшли на зміну іншого адиктивної поведінки, наприклад, гємблінгу.

Любовна адикція – це одна з видів адиктивної поведінки яка фіксує увагу адикта на іншій людині, яку він сприймає як істину любов, для котрої часто характерні взаємозалежні відносини, вони виникають між двома адиктами [34].

Індивіди, котрі страждають від сексуальної чи любовної залежності досить сильно схожі у своїй поведінці. Ці люди невзмозі встановити адекватний рівень своєї самооцінки, відсутні труднощі у встановлені функціональних розмежувань між собою і оточуючими їх людей, не можуть полюбити себе. Цим адиктам притаманні проблеми з контролем своєї поведінки, у прояви відчуттів, а також в реалізації активності. Подібним

людям притаманні проблеми контролю, при яких вони можуть дозволяти контролювати себе та намагатися управляти оточуючими [34].

Загальні ознаки які притаманні любовній та сексуальній адикціям:

- Адикт постійно перебуває у пошукі нових сексуальних партнерів чи романтичних стосунків;
- Адикт важко переживає самотність;
- Постійні зміни партнера та пошуки нового, котрі частіш за все емоційно не підходять адикту;
- Секс, флірт, романтичні інтриги використовуються для утримання партнера;
- Секс або сильні почуття використовуються як механізм компенсації для ліквідування негативного досвіду чи емоції;
- Непотрібні чи зайві сексуальні або романтичні стосунки;
- Адикт починає ігнорувати родину, роботу та кар'єру, щоб зберегти сексуального чи романтичного партнера;
- Адикт відчуває незадоволеність від діючих стосунків;
- Адикт намагається вирішити проблему шляхом уникнення сексу чи стосунків;
- Не може завершити нездорові стосунки навіть тоді, коли обіцяв це зробити собі чи іншим.
- Існує велика ймовірність повернення до нездорових стосунків [35].

Релігійна адикція.

Найбільшим потенціалом для розвитку релігійної адикції є секти. Деяка частка людей, котрі попадають до секти чи культу перебувають у психологічному кризі або відчаю. Звісно, що секти використовують ці тяжкі для людини життєві обставини та заповнити душевну порожнечу, знизити тривогу, та обіцяють швидке вирішення всіх проблем. В подібній організації посередником між Богом та людиною виступає гуру\просвітлений\наставник\вчитель, який має «велику божественну силу». Даний тип адикції відрізняється тим, що у адикта формується потреба

перекласти свою відповідальність за взаємовідношення з Богом на свого гуру\просвітленого\наставника\вчитель, який регламентує всі сторони життя адиктивного індивіда [36].

Ми можемо бачити, що релігійна адикція має теж саме, що і інші адиктивні форми поведінки, а саме: уникнення реальності, тривоги, відмова від пошуку рішень проблем, прагнення компенсувати негативний емоційний досвід, намагання вирішити духовні та особистісні конфлікти. Хоча ця адикція набагато гірша та небезпечніша за їстівну чи гемблінг тому, що викликає порушення шизоїдного характеру.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ: НАЯВНІСТЬ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ, ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ТА КОРЕЛЯЦІЯ ВИБІРКИ

2.1. Опис методичного інструментарію

Щоб виконати поставлену мету роботи з виявлення особливостей впливу дорослого віку на прояви копінг-стратегії адиктивной поведінки, було розроблено та проведено емпіричне дослідження на вибірці зі 100 осіб. За професійними ознаками вибірка була зібрана з людей які працюють за різними спеціальностями. За гендерним показником вибірка була відносно однаковою: 48 чоловіків та 52 жінки, що формує 48% та 52% від вибірки. Ця різниця в процентах не є суттєвою та співвідноситься з загальним розподілом в групі. Тому ця вибірка відповідає генеральній сукупності та гендерному показнику.

Перед проведенням емпіричного зрізу було обрано декілька методик які допоможуть виміряти необхідні нам особистісні особливості для подальшого їх аналізу та порівняння.

Гіпотиза дослідження полягає у тому, що особи дорослого віку мають схильності до тих чи інших адиктивних видах поведінки, що приводить до зміни індивідуальних психічних особливостей, та проявляється у крайніх формах копінг-стратегій. Також розвиток адиктивної поведінки залежить від індивідуально-психологічних характеристик та досить сильно вираженої копінг-стратегій для подолання тяжких життєвих ситуації.

Подальший розгляд отриманих результатів буда вказувати на підтвердження або спростування гіпотези дослідження.

Якщо враховувати те, що дослідження стосується питань: поведінкових особливостей людини, загалом, залежної поведінки та рішень складних життєвих ситуації, тому було обрано методики які дозволяють виявити ці особливості та виміряти їх, перевести їх у зручну форма для подальшого застосування необхідних математичних критеріїв, для отримання повної картини їх зав'язків

Методика діагностики схильності до 13 видам залежної поведінки Лозова Г. В.

Щоб виявити те наскільки кожен досліджуваний схильний до сукупного впливу життєвих труднощів, що може сформувати адиктивну поведінку, було використано методику діагностики схильностей до різних видів адактивної поведінки. Методику розробила Лозова Г. В. у 2003 р. Лозова Г. В. є доцентом і кандидатом психологічних наук, вона займається вивченням адиктивної поведінки. В цій методики є 70 питань, які мають в собі 14 шкал: 13 шкал – це різні види адиктивної поведінки та 1 шкала – схильність до адиктивної поведінки, котра дозволяє оцінити схильність людини до розвитку адиктивної поведінки (додаток Б).

Обробка отриманих результатів:

- Підрахунок балів по 14 шкалам;
- Тлумачення умовних норма (5-11 балів – низька; 12-18 – середня; 19-25 – високий рівень схильності до залежності)
- Інтерпретація.

16-факторний особистісний опитувальник Кеттелла Р. Б. (форма А)

Для виявлення особистісних рис людини та подальшого порівняння з іншими критеріями, була обрана методика Р. Б. Кеттела 16PF форма А (додаток В). Ця методика дозволяє виміряти та розподілити риси людини по 16 первинним и 4 вторинним шкалам. Результати які були отриманні завдяки цій методики будуть порівнюватися та співставлятися з іншими методами, які були використанні у досліджені.

Обробка отриманих результатів:

- Підрахунок первинних балів по шкалам;
- Первинні бали переводяться у стени згідно за шкалами;
- Інтерпретація.

Копінг-тест Лазарус Р.

Ця методика була обрана з метою виявлення способів подолання життєвих труднощів у дорослому віці. Методика є першою яка вемірює копінг, вона розроблена Лазарусом Р. у 1988 році. Цей опитувальник включає до себе 50 тверджень які стосуються поведінки в скрутних життєвих ситуаціях, моє 8 шкал (додаток Г).

Обробка отриманих результатів.

- Підрахунок по кожній субшкалі її балів;
- Тлумачення нормативних показників;
- Інтерпретація.

Індивідуально типологічний опитувальник Собчик Л. М.

Цей опитувальник був взятий для того, щоб виявити ті риси особистості які не є патологією, але при певних обставинах вони можуть почати розвиватися як позитивно або в негативному спектрі. Також завдяки цьому опитувальнику можливо виміряти рівень тривоги для подальшого його співставлення з іншими критеріями, які були отриманні завдяки використанню тестового комплексу. В структуру опитувальника входить 91не твердження, 10 факторних шкал, котрі дозволяють виміряти особливості особистості (додаток Ґ).

- Підрахунок первинних балів;
- Тлумачення нормативних показників;
- Інтерпретація.

Для проведення тестування були використані Google-форми, для online-тестування. Такий метод проведення тестування був обумовлений тим, що реципієнт може пройти всі методики у комфортній для себе обстановці, з мінімальною кількістю відволікаючих факторів. Всі форми були

опубліковані на електронних ресурсах, на яких була достатня кількість людей, котрі мали змогу пройти тест.

2.2 Виявлення критерію залежності

Після завершення дослідження методикою Лозової Г. В. ми отримали наступні результати які свідчили про наявність критерію адиктивної поведінки (див. табл 2.1).

Таблиця 2.1

Критерій наявності залежної поведінки

Присутність адиктивної поведінки	**Кількість людей**
Адиктивна поведінка	58
Суміжна адиктивна поведінка	36
Відсутня адиктивна поведінка	6

Згідно з отриманими результатами, ми можемо бачити, що у 58 осіб є фіксація на адиктивній поведінці від одного типу чи двох, до пяти видів, що ми можемо спостерігати у наступній таблиці (див. табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Розбивка вибірки по кількості залежносте у реципієнтів

Кількість типів адективної поведінки на одну особу	**Кількість реципієнтів з одною або більше адиктивних поведінок**
Один вид	24
Два види	17
Три види	9
Чотири види	4
П’ять видів	4

Згідно за результатами ми можемо бачити, що у деяких реципієнтів є три, чи більше типів адикції, що може пояснюватись змінами в особистісній організації, яка пов’язана з вирішенням актуальних проблем, а також з плануванням майбутнього, що може впливати на формування адикцій, як шлях вирішення актуальних проблем та пошуку нових цілей або намагання знайти шляхи вирішення життєвих труднощів. Коли людина починає переживати життєві складнощі то її емоційний фон стає більш негативний завдяки низькому рівню серотоніну, дофоміну, а саме тому людина починає шукати нові шляхи компенсації у тих чи інших речовинах чи в адиктивній діяльності, що при систематичному повторенні може привести до формування адикції. Необхідно звернути увагу, що на те, що в дослідженні вимірюються схильності, які можуть довгий час себе не як не проявляти. Також необхідно провести границю між «залежною поведінкою» та «частим використанням», ми це зробимо на прикладі комп’ютерної залежності коли людина часто використовує пристрій для роботи чи перегляду фільмів, але відсутні ознаки адиктивної поведінки та соматичні симптоми. В даному разі необхідно враховувати усі симптоми, якщо питання стосується психологічних адикції. Але якщо мова йде про хімічні залежності, то часте вживання виступає головним симптомом адиктивної поведінки.

2.3. Кореляція результатів методик за критерієм Спірмена

Для дослідження кореляційних взаємозв’язків та встановлення зв’язку між випадковими величинами, було обрано критерій Спірмена. Необхідно відмітити та, що кореляція Спірмена є ранговою, тобто, щоб оцінити рівень сили звязку використовується не чисельні значення, а ранги які з ними співвідносяться.

В тих таблицях які будуть приведені нижче є ті фактори, по котрим маємо хоча б один ранговий збіг.

Спочатку розглянемо зв'язок всіх видів адиктивної поведінки з методикою Кеттелла 16PF, що розділимо на чотири блоки: комунікативні, інтелектуальні, регуляторні, емоціональні.

Сукупність фактів комунікативного блоку:

- Фактор «H» – «боязкість – сміливість»;
- Фактор «Q2» – «конформізм – нонконформізм».

Таблиця 2.3

Зв'язок особистісних рис з адиктивною поведінкою

	H	**Q2**
Алкозалежність	0.43	-0.11
Гємблінг	0.57	-0.19
Загальна кількість схильностей к залежній поведінки	0.11	-0.30

Ми бачимо позитивний зв'язок між фактором H та алкогольною залежністю, с чого можемо зробити висновок, що H – буде вище при наявності у групі алкозалежних. Коли людина вживає алкоголь, то її психічний стан покращується, виникає стан ейфорії, здатен робити будь які вчинки. Коли дія алкоголю слабшає людина починає відчувати агресію, зростає відчуття бунтарства.

Також ми бачимо, що є позитивний зв`язок фактору H з гємблінгом, це пояснюється тим, що граюча людина почуває себе більш впевнено та бажає виграти гроші для того, щоб отримати більше задоволення, щось змінити тощо.

Ми бачимо негативний кореляційний зв'язок фактору Q2 з загальним показником схильності до адикції, ще пояснюється тим, що деякі реципієнти більш пасивно реагують на життєві труднощі і шукають більш легкого вирішення проблем, що призводить до виникнення та розвитку адиктивної поведінки.

Наступний блок – інтелектуальні якості:

- Фактор «B» – інтелект

Таблиця 2.4

Зв'язок особистісних рис з адиктивною поведінкою

	B – інтелект
Алкозалежність	-0.23

З отриманих даних ми бачимо, що фактор B має негативну кореляцію з алкогольною залежністю. Людина яка має алкогольну залежність має знижений ступінь уваги та навички пристосування до тяжких життєвих труднощів, що впливає на прагнення випити та його домінування над іншими потребами.

Далі йдуть емоційні фактори:

- «F» – «стриманість – експресивність»;
- «I» – жорстокість – чутливість»;
- «O» – «спокій – тривожність»;
- «Q4» – «розслабленість – напруженість».

Таблиця 2.5

Зв'язок особистісних рис з адиктивною поведінкою

	F	**I**	**O**	**Q4**
Алкогольна	0.20	-0.22	0.07	0.02
Гемблінг	0.55	-0.08	0.21	-0.23
Трудова	-0.02	0.43	0.16	0.21
Їстівна	0.15	0.05	0.16	0.37
Лікарська	-0.14	-0.09	0.13	0.35
Загальна	0.22	-0.20	0.34	0.19

Ми бачимо, що є позитивний зв'язок з фактором F та ігровою залежністю. Це свідчить, що коли людина починає програвати вона

дратується, особливо коли йде мова про великі гроші, таким чином людина заглиблюється все більше у адиктивну поведінку.

Також ми бачимо, що є висок бали по шкалі I яка корелюється з трудовою залежністю. Такі люди звикли все тримати під своїм контролем, вони більш орієнтовані на допомогу іншим і постійно заняті якоюсь роботою.

По результатам м бачимо, що фактор О корелюється з загальною схильністю до розвитку залежності. Якщо формулювати короткий висновок, то ми бачимо, що тривожний стан здатний привести людино до залежної поведінки.

Фактор Q4 має позитивну кореляцію з їстівною поведінкою у реципієнтів. Людина яка перебуває у тривалому стані тривоги, на яку діють безліч стресових факторів, починає їсти щоб зняти напругу. Людина починає переїдати, вона задовольняє потребу у їжі чи ні, але все одно формується їстівні розлади. Теж саме можливо сказати про лікарську залежність, коли людина починає зловживати заспокійливими речовинами чи седативами.

В якості заключення розглянемо регуляторні фактори:

- Фактор «G» – «нормативність поведінки»;
- Фактор «Q3» – «низький – високий самоконтроль».

Таблиця 2.6

Зв'язок особистісних рис з адиктивною поведінкою

	Фактор «G»	Фактор «Q3»
Алкогольна	-0.39	-0.22
Телевізійна	-0.24	-0.30
Сексуальна	-034	-0.21
Релігійна	0.30	0.11
Комп’ютерна	-0.23	-0.30

Якщо підводити підсумки емпіричної частини то ми можемо побачити, що ми можемо побачити деякі зв’язки з індивідуально особистісними якостями особистості а також їх ризниця у скрутних життєвих

ситуаціях людини. Описані нами результати досить читко ілюструють нам параметри, які були описані раніше.

ВИСНОВОК

Дослідження цієї теми починається в першу чергу з актуальності проблематики. Актуальність цієї теми обумовлена тим, що в сучасному часі розвивається, з'являються нові типи адиктивної поведінки, які несуть загрозу соціальному благополуччю, психічному здоров'ю людини та його матеріальному становищу.

Потім їде теоретичний аналіз теми якій висвітлює поняття адиктивної поведінки, факторів впливу розвитку залежної поведінки та виокремлення різноманітних видів і типів адиктивної поведінки. Таким чином можливо зробити висновок, що адиктивна поведінка – це поведінка яка допомагає індивіду уникнути реальності з її проблемами та труднощами шляхом зміни свого психічного стану. Також необхідно враховувати те, що видів адиктивної поведінки дуже багато, а ті що описані у даній роботі є найрозповсюдженими. Будь яка залежність може трансформуватися у іншу чи заміщати її. Тому необхідно розглядати не окремо взятий вид, а комплексно підходити до вивчення цього явища. Треба проводити дуже складну і кропітку роботу з адиктом, щоб його адикція не трансформувалася в іншу.

Виходячи з тих аспектів, котрі були розглянуті можливо зробити наступний висновок про те, що відомо про адиктивну поведінку на даний час: різні автори використовують ті чи інші підходи до дослідження даної проблематики, виокремлюють класифікації, фактори розвитку та формування адикції .

Базуючись на теоретичних та методичних аспектах, проводиться опис дослідження цієї роботи.

Для виконання мети цієї роботи, ми обрали наступні методики:

- 16 факторний особистісний опитувальник Кеттелла Р. (форма А);
- Індивідуально типологічний опитувальник Собчик Л. М.;

- Копінг-тест Лазарус Р.;
- Методика діагностики схильності до 13 видам залежної поведінки Лозова Г. В.

Пілся того, як були визначені методики, було проведене дослідження на виборці зі 100 осіб (48 чоловіків, 52 жінки), всі дані представлені у формі таблиць та пояснювального тексту до них.

Коли тестування та зібрали результати, був застосований математичний метод по критерію Спірмена. Всі дані подаються у відповідному підрозділі та інтерпретуються згідно найденим нами закономірностям.

З результатів видно, що адиктивна поведінка притаманна 58 реципієнтам із 100, що складає трохи більше ніж половина. Також необхідно відзначити, що у вибірці зустрілася всі 13 видів адиктивної поведінки в різній мірі вираженості.

В завершення можливо сказати, що формування та розвиток адиктивної поведінки залежить не лише від соціальних факторів, але і від психічно-індивідуальних. Також ми виявили, що адиктивна поведінка дожу часто виступає як копінг-стратегія котра допомагає знизити вплав стресогенних факторів, але з часом починає носити деструктивний характер та завдає шкоди індивідуально-психічним чинника особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аддиктивное влечение. В. Д. Менделевич, М. Л. Зобин. М.: МЕДпрессинформ, 2012. , 263 с.
2. Азарова Е. Психология зависимостей/ Е. Азарова. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2012. – 580 с.
3. Айвазова А. Е. Психологические аспекты зависимости. – СПб.: Речь, 2003. – 120 с.
4. Барамзіна М. Адиктивна поведінка як соціально-психологічний феномен / М. Барамзіна // Здоров'я та фіз. культура. – 2010. – № 30. – С.18-20
5. Бараннік В.А. Психологічна характеристика особистості з адиктивною поведінкою / В.А.Бараннік, В.М.Марченко // Вісник Київ. міжнар. ун-ту ; редкол.: Піроженко Т. О. [та ін.]. – К., 2006. – С.27-37
6. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. – М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 623 с.
7. Бугайова Н.М. Психологічні закономірності розвитку адикцій в онтогенезі / Н.М. Бугайова // Проблеми загальної та педагогічної психології. – 2010. – т. XII, ч.4. – С. 48–57.
8. Бухановский А. О. Болезнь зависимого поведения/ А.О. Бухановский; под ред. проф. В. Д. Менделевича. – СПб: Речь, 2007. – 328 с.
9. Волошин П. В. Стратегия охраны психического здоровья населения Украины: современные возможности и препятствия / Волошин П. В., Марута Н. А. // Укр. вісн. психоневрології.— 2015.— Т. 23, вип. 1 (82).— С. 5–11.
10. Востроknутов Н.В. Антинаркотическая профилактическая работа с несовершеннолетними групп социального риска/ Н.В. Востроknутов// Руководство для специалистов социальных практик. – М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004. – 182 с
11. Гоголева А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика. – М. : изд-во Моск. псих-соц. ин-та, 2002. – 240 с.

12. Гофман А.Г. Клиническая наркология/ А.Г. Гофман. – М.: Миклош, 2003. – 215 с.
13. Гудвин Доналд У. Алкоголизм/ Д.У. Гудвин. – М.: Олимп-Бизнес, 2002. – 240 с.
14. Денисенко М. М. Адикції хворих на невротичні розлади (структурний аналіз) / Денисенко М. М. // Вісн. проблем біології і медицини.— 2017.— Т. 1 (131), вип. 3.— С. 91–96.
15. Егоров А. Ю. Нехимические зависимости : [монографии] / А. Ю. Егоров .- Санкт-Петербург : Речь , 2007 - 190 с. - (Современный учебник). – Библиогр. в конце кн. Шифры: [ФБ Осн. хран.] 2 07-59/428 [ФБ Осн. хран.] 2 07-59/429
16. Железнякова Ю.В. Адиктивна поведінка: аналіз наукових підходів. Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. К.: Видавництво «Фенікс», 2013. Т. XII. Психологія творчості. Вип. 18. С. 96–103. URL: http://www.appsychology.org.ua/data/jrn/v12/i18/13.pdf
17. Зайцев В. В., Шайдулина А. Ф. Как избавиться от пристрастия к азартным играм. – СПб.: Изд. дом «Нева». 2003.
18. Змановская Е.В. Девиантология: Психология отклоняющегося поведения/ Е.В. Змановская. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 288 с.
19. Ильин Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень/ Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2011. – 512 с.
20. Кесслер Д. Конец обжорству/ Д. Кесслер, пер. с англ. М. Вторниковой. – М.: ООО «Юнайтед Пресс», 2010. - 346 с.
21. Короленко Ц., Дмитриева Н, Шпикс Т. Психология зависимости/ Ц. Короленко, Н. Дмитриева, Т. Шпикс. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2007. – 188 с.
22. Короленко Ц.П., Донских Т.А. Семь путей к катастрофе. - Новосибирск, 1990.

23. Котляров А.В. Другие наркотики/ А.В. Котляров. М.: Психотерапия, 2006. – 480 с.
24. Колесникова Л. Азартно-игровая и интернет зависимость среди подростков/ Л.Колесникова. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2011. – 208 с.
25. Колотилова И., Беловол Е. Психологическая зависимость от ролевых компьютерных игр/ И. Котилова, Е. Беловол. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2011. – 292 с.
26. Леонова Л.Г. Бочкарёва Н.Л. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте: учебно-методическое пособие / Л.Г. Леонова, Н.Л. Бочкарёва. - Новосибирск: НМИ, 1998. – 172 с.
27. Ліщинська О. А., Каузальна модель механізмів впливу деструктивного культу на особистість/Педагогічний Процес: теорія і Практика, No 1 (52), 2016 – С.60-65.(науковометричні бази РИНЦ і Копернікус), 0.5 д.а. фахове видання.
28. Ліщинська О. Інтерактивні потреби особистості як чинник автономності або залежності / О. Ліщинська // Педагогічний процес: теорія і практика. – 2016. – Вип. 3. – С. 47-51. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pptp_2016_3_10 (науково-метричні бази РИНЦ і Копернікус) 0.5 д.а. фахове видання.
29. Ліщинська О.А. Модель формування адиктивного потенціалу особистості/ Практична психологія та соціальна робота, № 3, 2013 р, ст. 1-9.
30. Ложкин А. И. Психология поведения девиантной личности: учебно-методическое пособие. – Екатеринбург: Изд-во Уральского юридического института МВД России, 2012. – 110 с.
31. Минирт Ф., Майер П., Хемфельт Р. Наркотик под названием еда. Программа избавления от пищевой зависимости/ Ф. Минирт, П. Майер, Р.Хемфельт. – М.: Триада, 2016. – 304 с.

32. Максимова Н.Ю. Психологічна діагностика схильності до адиктивної поведінки // Врачебное дело. 2017. № 7 (1144). С. 162-168.
33. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки: навчальний посібник. – К. : Київський університет, 2002. – 308 с.
34. Москаленко В.Д. Когда любви слишком много. Профилактика любовной зависимости/ В.Д. Москаленко. – М.: Издательство Института психотерапии, 2006. – 230 с.
35. Пил С., Бродский А. Любовь и зависимость/ С. Пил, А. Бродский. –М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2005. – 384 с.
36. Руководство по аддиктологии / [Аксельрод Б.А., Борцов А.В., Гарницкая А.С. и др..] ; Под ред. проф. В. Д. Менделевича. – СПб. : Речь, 2007. – 768 с.
37. Смагин С. Ф., Аддикция, аддиктивное поведение/ С.Ф. Смагин. – СПб.: МИПУ, 2000. – 250 с.
38. Старшенбаум Г.В. Аддиктология: Учебное пособие. Стандарт третьего поколения. СПб.: Питер. 2017. 320 с.
39. Титова С.В., Дети группа риска в общеобразовательной школе/ С.В. Титова. – СПб: Питер, 2008. – 240 с.
40. Ткаченко А.А. Введенский Г.Е., Аномальное сексуальное поведение/ А.А. Ткаченко. – СПб.: Юридический центр пресс, 2003. – 657 с.
41. Усова Е.Б. Психология девиантного поведения учебнометодический комплекс/ Е. Б. Усова. - Минск: МИУ, 2010. – 180 с.
42. Цал-Цалко І.В. Психологія особистості, схильної до залежності [Електронний ресурс] / І.В. Цал-Цалко – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/VKhnpu_psykhol/2008_28/19.html
43. Шабанов П. Д. Основы наркологии/ П.Д. Шабанов. – СПб: Лань, 2002. – 560 с.

ДОДАТОК А

Кодекс академічної доброчесності здобувача вищої освіти Херсонського державного університету

КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ
ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Я, Владислав Литвин, учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

ЗАЯВЛЯЮ, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

– дотримуватися:
- вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
- принципів та правил академічної доброчесності;
- нульової толерантності до академічного плагіату;
- моральних норм та правил етичної поведінки;
- толерантного ставлення до інших;
- дотримуватися високого рівня культури спілкування;

– надавати згоду на:
- безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
- оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
- використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;

– самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
– надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
– не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
– своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
– не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
– підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
– поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
– не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
– відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;
– запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
– не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
– не підроблювати документи;
– не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
– не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;
– не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
– не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
– не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
– не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
– не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

УСВІДОМЛЮЮ, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

(дата) (підпис) Владислав ЛИТВИН (ім'я, прізвище)

ДОДАТОК Б

Методика Лозовой Г.В. Тест на аддикцию

Методика Лозовой Г.В. Тест на аддикцию (addictus с лат. "связанный долгами") определяет склонность человека к 13 видам зависимостей. Методика Лозовой Г.В. также позволяет диагностировать общую склонность к зависимостям.

Инструкция. Вам предлагается тестовый материал, состоящий из 70 вопросов (суждений). Внимательно прочитайте утверждение и, не раздумывая очень долго, выберите один из вариантов ответа. Нет – 1 балл; Скорее нет – 2 балла; Ни да, ни нет – 3 балла; Скорее да – 4 балла; Да – 5 баллов.

Тестовый материал.

1. Время от времени мне очень хочется выпить, чтобы расслабиться
2. В свое свободное время я чаще всего смотрю телевизор.
3. Я считаю, что одиночество – это самое страшное в жизни
4. Я – человек азартный и люблю азартные игры.
5. Межполовые отношения – это самое большое удовольствие в жизни.
6. Я довольно часто ем не от голода, а для получения удовольствия.
7. Я соблюдаю религиозные ритуалы.
8. Я все время думаю о работе, о том, как сделать ее лучше
9. Я довольно часто принимаю лекарства
10. Я провожу очень много времени за компьютером
11. Не представляю свою жизнь без сигарет
12. Я активно интересуюсь проблемами здоровья
13. Я пробовал наркотические вещества
14. Мне тяжело бороться со своими привычками
15. Иногда я не помню произошедшего во время опьянения

16. Я могу долго щелкать пультом в поисках чего нить интересного по телевизору

17. Главное чтобы любимый человек всегда был рядом

18. Время от времени я посещаю игровые автоматы

19. Я не думаю о межполовых отношениях только когда я сплю

20. Я постоянно думаю о еде, представляю себе разные вкусности

21. Я довольно активный член религиозной общины

22. Я не умею отдыхать, чувствую себя плохо во время выходных

23. Лекарства – самый простой способ улучшить самочувствие

24. Компьютер – это реальная возможность жить полной жизнью

25. Сигареты всегда со мной

26. На поддержание здоровья не жалею ни сил, ни денег, ни времени

27. Попробовать наркотик – это получить интересный жизненный урок

28. Я считаю, что каждый человек от чего то зависим

29. Бывает что я чуть чуть перебираю когда выпиваю

30. Телевизор включен большее время моего пребывания дома

31. Когда я не вместе с любимым человеком, я постоянно думаю о нем

32. Игра дает самые острые ощущения в жизни

33. Я готов идти на "случайные связи", ведь воздержание для меня крайне тяжело.

34. Если кушанье очень вкусное то я не удержусь от добавки

35. Считаю что религия – единственное что может спасти мир.

36. Близкие часто жалуются, что я постоянно работаю

37. В моем доме много медицинских и подобных препаратов

38. Иногда, сидя у компьютера я забываю поесть или о каких то делах

39. Сигарета это самый простой способ расслабиться

40. Я читаю медицинские журналы и газеты, смотрю передачи о здоровье

41. Наркотик дает самые сильные ощущения из всех возможных 42. Привычка – вторая натура, и избавиться от нее глупо

43. Алкоголь в нашей жизни – основное средство расслабления и повышения настроения

44. Если сломался телевизор, то я не буду знать чем себя развлечь вечером

45. Быть покинутым любимым человеком – самое большое несчастье, которое может произойти

46. Я понимаю азартных игроков, которые могут в одну ночь выиграть состояние а в другую проиграть два.

47. Самое страшное это получить физическое увечье, которое сделает невозможным удовлетворить партнера в постели.

48. При походе в магазин не могу удержаться что бы не купить что нить вкусненькое

49. Самое главное в жизни – жить наполненной религиозной жизнью

50. Мера ценности человека заключается в том, на сколько он отдает себя работе

51. Я довольно часто принимаю лекарства

52. "Виртуальная реальность" более интересна чем обычная жизнь

53. Я ежедневно курю

54. Я стараюсь неотступно соблюдать правила здорового образа жизни

55. Иногда я употребляю средства, считающиеся наркотическими 56. Человек – существо слабое, нужно быть терпимым к его вредным привычкам

57. Мне нравится выпить и повеселиться в веселой компании

58. В наше время почти все можно узнать из телевизора

59. Любить и быть любимым это главное в жизни

60. Игра – это реальный шанс сорвать куш, выиграть много денег

61. Межполовые отношения – это лучшее времяпровождение

62. Я очень люблю готовить и делаю это так часто, как могу

63. Я часто посещаю религиозные заведения

64. Я считаю, что человек должен работать на совесть, ведь деньги это не главное

65. Когда я нервничаю, я предпочитаю принять успокоительное

66. Если бы я мог то все время занимался бы компьютером

67. Я – курильщик со стажем

68. Я беспокоюсь за здоровье близких, стараюсь привлечь их к здоровому образу жизни

69. По интенсивности ощущений наркотик не может сравниться ни с чем

70. Глупо пытаться показать свою силу воли и отказаться от различных радостей жизни.

Ключ к тесту. Обработка результатов теста.

Суммируйте баллы по отдельным видам склонностей к зависимостям:

1. Зависимость от алкоголя: 1, 15, 29, 43, 57.

2. Телевизионная зависимость: 2, 16, 30, 44 ,58.

3. Любовная зависимость: 3, 17, 31, 45, 59.

4. Игровая зависимость: 4, 18, 32, 46, 60.

5. Сексуальная зависимость: 5, 19, 33, 47, 61.

6. Пищевая зависимость: 6, 20, 34, 48, 62.

7. Религиозная зависимость: 7, 21, 35, 49, 63.

8. Трудовая зависимость: 8, 22, 36, 50, 64.

9. Лекарственная зависимость: 9,23,37,51,65.

10. Зависимость от компьютера: 10,24,38,52,66.

11. Зависимость от курения: 11, 25, 39, 53, 67.

12. Зависимость от здорового образа жизни: 12, 26, 40, 54, 68.

13. Наркотическая зависимость: 13, 27, 41, 55, 69.

14. Общая склонность к зависимостям: 14, 28, 42, 56, 70.

Интерпретация (условные нормы).

5-11 баллов – низкая; 12-18 – средняя; 19-25 – высокая степень склонности к зависимостям.

ДОДАТОК В

Многофакторный личностный опросник 16PF Кеттелла

Многофакторный личностный опросник 16PF Кеттелла является одним из наиболее распространенных анкетных методов оценки индивидуально-психологических особенностей личности как за рубежом, так и у нас в стране. Он разработан под руководством Р. Б. Кеттелла и предназначен для написания широкой сферы индивидуально-личностных отношений. Отличительной чертой данного опросника является его ориентация на выявление относительно независимых 16 факторов (шкал, первичных черт) личности.

Инструкция. Перед вами вопросы, которые помогут выяснить особенности вашего характера, вашей личности. Не существует «верных» и «неверных» ответов, так как каждый прав по отношению к своим собственным взглядам. Старайтесь отвечать искренне и точно. В начале Вы должны ответить на четыре вопроса, которые даны в качестве образца и посмотреть не нуждаетесь ли Вы в дополнительных разъяснениях. Вы должны зачеркнуть соответствующие Вашему ответу квадратик на специальном бланке для ответа. Существует три возможных ответа на каждый вопрос.

Обработка результатов. Совпадение ответов обследуемого с «ключом» оценивается в два балла для ответов «а» и «с», совпадение ответа «b» — в один балл. Сумма баллов по каждой выделенной группе вопросов дает в результате значение фактора. Исключением является фактор «В» — здесь любое совпадение ответа с «ключом» дает 1 балл.

Совпадение ответов обследуемого с «ключом» оценивается в два балла для ответов «а» и «с», совпадение ответа «b» — в один балл. Сумма баллов по каждой выделенной группе вопросов дает в результате значение фактора. Исключением является фактор «В» — здесь любое совпадение ответа с «ключом» дает 1 балл.

Стены распределяются по биполярной шкале с крайними значениями в 1 и 10 баллов. Соответственно, первой половине шкалы (от 1 до 5,5) присваивается знак «–», второй половине (от 5,5 до 10) знак «+». Из имеющихся показателей по всем 16 факторам строится так называемый «профиль личности».

Кроме первоначальных 16 факторов, можно выделить четыре фактора второго порядка. Вторичные факторы вычисляются только по стенам.

1. Тревожность (F1). F1= (38+2L+3O+4Q4)−2(C+H+Q3)10; F1= (38+2L+3O+4Q4)−2(C+H+Q3)10

2. Интроверсия — экстраверсия (F2). F2= (2A+3E+4F+5H)−(2Q2+11)10; F2= (2A+3E+4F+5H)−(2Q2+11)10

3. Чувствительность (F3). F3= (77+2C+2E+2F+2N)−(4A+6I+2M)10; F3= (77+2C+2E+2F+2N)−(4A+6I+2M)10

4. Конформность (F4). F4= (4E+3M+4Q1+4Q2)−(3A+2G)10; F4= (4E+3M+4Q1+4Q2)−(3A+2G)10

Интерпретация сочетаний первичных факторов. В группу коммуникативных свойств образуют следующие факторы:

A – общительность, H – смелость, E – доминантность, L – подозрительность, N – дипломатичность, Q2 – самостоятельность.

В группу интеллектуальных свойств входят следующие факторы:

B – интеллектуальность, M – мечтательность, N – дипломатичность, Q1 – восприимчивость к новому.

В группе эмоциональных свойств объединяются следующие факторы:

C – эмоциональная устойчивость, F – беспечность, H – смелость в социальных контактах, I – эмоциональная чувствительность, O – тревожность, Q4 – напряженность

В группу регуляторных свойств личности входят следующие факторы: Q3 – самодисциплина, G – моральная нормативность

ДОДАТОК Г

Копінг-тест Лазарус Р.

Методика предназначена для определения копинг-механизмов, способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, копинг-стратегий. Данный опросник считается первой стандартной методикой в области измерения копинга. Методика была разработана Р. Лазарусом и С. Фолкманом в 1988 году, адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой в 2004 году.

Инструкция. Испытуемому предлагаются 50 утверждений касающихся поведения в трудной жизненной ситуации. Испытуемый должен оценить как часто данные варианты поведения проявляются у него.

Обработка результатов.

1. подсчитываем баллы, сумируя по каждой субшкале: никогда – 0 баллов; редко – 1 балл; иногда – 2 балла; часто – 3 балла

2. вычисляем по формуле: X = сумма балов / max балл*100

Номера опросника (по порядку, но разные) работают на разные шкалы, например, в шкале «конфронтативный копинг» вопросы - 2, 3, 13, 21, 26, 37 и т.д. Максимальное значение по вопросу, которое может набрать испытуемый 3, а по всем вопросам субшкалы максимально 18 баллов, испытуемый набрал 8 баллов: – это и есть уровень напряжения конфронтационного копинга.

3. Можно определить проще, по сумарному баллу:

0-6 – низкий уровень напряженности, говорит об адаптивном варианте копинга;

7-12 – средний, адаптационный патенциал личности в пограничном состоянии;

13-18 – высокая напряженность копинга, свидетельствует о выраженной дезадаптации.

Конфронтационный копинг – пункты: 2, 3, 13, 21, 26, 37.

Дистанцирование – пункты: 8, 9, 11, 16, 32, 35.

Самоконтроль – пункты: 6, 10, 27, 34, 44, 49, 50.

Поиск социальной поддержки – пункты: 4, 14, 17, 24, 33, 36.

Принятие ответственности – пункты: 5, 19, 22, 42.

Бегство-избегание – пункты: 7, 12, 25, 31, 38, 41, 46, 47.

Планирование решения проблемы – пункты: 1, 20, 30, 39, 40, 43.

Положительная переоценка – пункты: 15, 18, 23, 28, 29, 45, 48.

ДОДАТОК Д

Индивидуально-тепологический опросник Собчик

Методика, разработанная Л.Н. Собчик, несмотря на свою лаконичность является весьма информативной. В первую очередь, с помощью ИТО легко определяются типологические особенности индивида, ведущие черты его характера. Кроме того, она способствует выявлению спектра наиболее подходящих каждому конкретному обследуемому лицу видов профессиональной деятельности и преобладающих деловых качеств. По результатам обследования легко понять, насколько уравновешенным является индивид, какие особенности его характера акцентуированы, в благоприятной ли он находится ситуации или дезадаптирован. Поэтому тест может успешно использоваться в профориентации, при отборе и расстановке кадров, в семейном консультировании, в сфере образования в целях индивидуализации подхода к отдельной личности. Время выполнения теста - 30 минут.

Инструкция Прочитав каждое утверждение реши верно ли оно по отношению к тебе, согласен ли ты с ним. Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, поставь «+». Если оно неверно, то поставь «-».

Ключ к ИТО

L. Ложь (неискренность, тенденция показать себя в лучшем свете) верно: 16,31,45,46,60,61,75,76,90

F. Аггравация (стремление подчеркнуть имеющиеся проблемы и сложность собственного характера) верно: 2,17,32,47,62,77,64,79 неверно: 91

I. Экстраверсия (обращенность в мир реально существующих объектов и ценностей, открытость, стремление к расширению круга контактов, общительность) верно: 12,27,29,42,44,72 неверно: 14,57,87

II. Спонтанность (непродуманность в высказываниях и поступках) верно: 4,19,21,34,49,50 неверно: 6,65,80

III. Агрессивность (активная самореализация, упрямство и своеволие в отстаивании своих интересов) верно: 7,22,36,37,51,53,68 неверно: 66,81

IV. Ригидность (инертность, тугоподвижность) установок, субъективизм, повышенное стремление к отстаиванию своих взглядов и принципов, критичность в отношении иных мнений) верно: 9,24,26,39,41,56 неверно: 71,83,86

V. Интроверсия (обращенность в мир субъективных представлений и переживаний, тенденция к уходу в мир иллюзий, фантазий и субъективных идеальных ценностей сдержанность, замкнутость) верно: 3,5,33,35,48,78 неверно: 18,20,63

VI. Сензитивность (впечатлительность, склонность к рефлексии, пессимистичность в оценке перспектив) верно: 15,28,43,59,89 неверно: 11,13,30,74

VII. Тревожность (эмоциональность, восприимчивость, незащищённость) верно: 8,23,38,52,54,69,84 неверно: 67,82

VIII. Лабильность (эмотивность, выраженная изменчивость настроения, мотивационная неустойчивость, сентиментальность, стремление к эмоциональной вовлеченности) верно: 10,25,40,55,58 неверно: 70,73,85,88

Суммируются значимые ответы, приведенные в ключе. За каждый ответ, совпадающий со значимым, начисляется один балл. Интерпретация находится в прямой зависимости от количества значимых ответов по 8 шкалам (исключая шкалы "ложь" и "аггравация"):

0–1 балл – гипоэмотивность, плохое самопонимание или неоткровенность при обследовании;

3–4 балла (норма) – гармоничная личность;

5–7 баллов (умеренная выраженность) – акцентуированные черты;

8–9 баллов (избыточная выраженность) – состояние эмоциональной напряженности, затрудненная адаптация.

На круговой диаграмме 8 шкал объединены в четыре полярные пары: экстраверсия – интроверсия, спонтанность – сензитивность и т.п.