

## ОСОБЕННОСТИ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕХАНИЗМОВ ЗАЩИТЫ ЛИЧНОСТИ У ХИМИЧЕСКИ ЗАВИСИМЫХ СТУДЕНТОВ

Горбачева В. Ю.

студент-магистрант 1 курса, профиля Диагностика и коррекция психического развития,  
кафедры социальной психологии образования и развития, СГУ им. Н.Г.  
Чернышевского, г.Саратов  
E-mail: [nika099@inbox.ru](mailto:nika099@inbox.ru)

**Аннотация.** Целью статьи является выявление особенностей совладающего поведения и защитных механизмов у студентов, страдающих алкоголизмом и наркоманией. Научная новизна исследования заключается в углубленном анализе и выявлении адаптационных паттернов химически зависимых обучающихся, рассмотрении и предложении практических рекомендаций при адаптации студентов, склонных к химическим аддикциям и ресоциализации студентов с алкоголизмом и наркоманией к условиям образовательной среды высшего учебного заведения. В результате исследования были выявлены особенности копингов и психологических защит у студентов с химическими аддикциями.

**Ключевые слова.** Адаптация, совладающее поведение, копинг, копинг-стратегии, механизмы защиты, аддикции, аддиктивное поведение, студенты.

## THE FEATURES OF COPINGS AND DEFENSE MECHANISMS OF THE DRUG AND ALCOHOL STUDENTS

Gorbacheva V.

The master of the Department of Social Psychology of Education and Development, Saratov  
State University  
E-mail: [nika099@inbox.ru](mailto:nika099@inbox.ru)

**Annotation.** The purpose of the article is to identify the features of coping behavior and defense mechanisms in the students suffering from alcoholism and drug addiction. The scientific novelty of the study consists in an in-depth analysis and identification of adaptation patterns of the addicted students, consideration and suggestion of practical recommendations for the adaptation of the students prone to chemical addictions and the readaptation of the students with alcoholism and drug abuse to the educational environment of a higher educational institution. As a result of the study, the features of copings and defense mechanisms were revealed in chemical addiction's students.

**Key words:** adaptation, coping behavior, coping, defense mechanisms, addictions, addiction behavior, students.

Актуальность данного исследования связана с ростом химических зависимостей среди населения, в том числе и среди студентов высших образовательных учреждений, а также с необходимостью в психолого-педагогическом сопровождении студентов, склонных к зависимостям и химически зависимых студентов, вышедших из реабилитационных центров, в условиях образовательной среды университета.

Этимология терминов «аддикция», «аддикт» прослеживается еще в эпохе Древнего Рима, когда поработанные люди получали таблички

с надписью «Ad dictum», что в переводе означало «безвольность, лишение собственных прав». Начало изучения аддиктивного поведения в научном ракурсе можно отождествить с исследованиями патологических состояний алкоголизма Бриль-Краммера в 1818 году [1]. Некоторые ученые считают началом возникновения аддиктологии как науки 1884 год, когда в Англии издается журнал «British journal of Addictions», в котором публиковались статьи, касающиеся зависимого поведения и его видов. Официально термин «addiction» (с англ. «зависимость», «пристрастие») был введен в 1963 году экспертами Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) для обозначения алкогольной и наркотической зависимости личности. Они выделили следующие признаки веществ, вызывающих химическую зависимость: болезненное влечение («тяга»), развитие абстинентного синдрома, потеря контроля, возникновение толерантности к веществу и его психотоксическое действие. Аддиктология как наука появилась только в конце 1980-х годов в США и рассматривалась многими учеными как одно из направлений девиантологии. Большинство исследователей определяют зависимое (аддиктивное) поведение как поведение, выражающееся в стремлении бегства от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема психоактивных веществ или постоянной фиксации на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций.

Если говорить об этимологии понятия «копинг», то в английском языке «to cope» означает «бороться», «справляться», «совладать», «преодолевать» и пр. Понятие «coping» дословно означает «преодоление». В зарубежной науке достаточно серьезные теоретико – практические результаты нашли отражения в работах Р. Лазаруса, С. Фолкмана, Г. Вебера, Д. Максвелла, Ф. Моллика, Б. Кардозо, П. Л. Хьюитта, Г.Л. Флетта, П.Т. Коста, М.Р. Сомерфельда, Р.Р. Маккраэ и др. Впервые термин «копинг» был использован в 1962 году у Л. Мерфи в работе преодоления кризисов у детей [14]. В 1966 году Ричард Лазарус в своей работе «Психологический стресс и процесс совладания с ним» употребил понятие «копинг» в значении осознанных стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями. Он определял его как процесс решения проблем, предпринимаемый для оптимизации своего психологического состояния и адаптации к окружающей среде [5]. В отечественной литературе основные теоретические и эмпирические исследования отражены в работах Т.Л. Крюковой, Л.И. Анцыферовой, А.Б. Леонова, И.М. Никольской, Н.А. Сироты, Р.М. Грановской, С.А. Хазова, Т.В. Корнилова, С.И. Малахова, В.А. Ташлыкова, Е.П. Белинской, Е.Р. Исаева, С.К. Нартовой – Бочавер, К.К. Платонова, Л.И. Уманского, Б.М. Теплова, В.А. Бодрова и др. Большинство российских ученых под копинг – стратегиями понимают психологическое совладание, включающее комплекс способов преодоления дезадаптации и стрессовых состояний, многообразные формы активности человека, охватывающие все виды взаимодействия субъекта с задачами внутреннего или внешнего характера, с трудностями, которые необходимо разрешить [9]. Одна

из известных представителей российских психологов, занимавшихся проблемой совладающего поведения, Т. Л. Крюкова, проведя серию исследований, сделала заключение о том, что совладающее поведение – это целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной стрессовой или экстремальной ситуацией способами, в зависимости от ситуации и индивидуальных особенностей личности [4]. Термин «защитные механизмы», как известно, впервые был введен Зигмундом Фрейдом в 1894 году [13] и использовался в дальнейшем как понятие, характеризующее борьбу личности с различными негативными эмоциональными состояниями. Вначале Фрейд говорил только о вытеснении и еще о нескольких защитных механизмах, но, в последствии, его дочь Анна Фрейд [13] дополняет список механизмов защит.

Ряд ученых посвятили свои исследования проблеме выделения особенностей копинг-стилей и защитных механизмов у людей с химическими зависимостями. Вообще, исходя из определения аддиктивного поведения, многие ученые признают тот факт, что с одной стороны, аддиктивное поведение само по себе является неадаптивной стратегией поведения, приравнивающейся к избеганию, а с другой, предполагается, что одной из составляющих преморбидной зависимой личности является преобладание в поведении человека неадаптивных пассивных копинг-механизмов. Так ряд исследователей утверждает, что аддиктам и потенциальным зависимым характерен уход от проблемы, ее избегание и отрицание. Н. Пезешкиан [10] выделяет четыре формы аддиктивного поведения как бегства от реальности: бегство в тело – физическое или психическое «усовершенствование» себя, бегство в работу – концентрация на служебных делах (учебе), бегство в контакты или одиночество – постоянное (утрированное) стремление к общению или, наоборот, к уединению, бегство в фантазии – жизнь в мире иллюзий и фантазий. Г.В. Старшенбаум [12] утверждает, что, как правило, аддикт использует такие психологические защиты личности, как отрицание, примитивная идеализация объекта зависимости, фантазии инкорпорации, интроекция, всемогущество, девальвация, проекция, проективная идентификация, расщепление (сплиттинг), контрфобия, псевдонезависимость, экстернализация, рационализация. У наркоманов Старшенбаум выделяет такие свойственные им психологические механизмы защиты, как отрицание, регрессия и компенсация. Вермсер [2] в качестве основных защит, наблюдавшихся при наркомании, выделяет отрицание и изоляцию аффекта.

Гипотеза исследования – студенты, имеющие химические зависимости, используют преимущественно неадаптивные копинг-стратегии и незрелые психологические защиты личности.

В данной научной работе будут использованы следующие методики исследования: методика диагностики склонности к тринадцати видам зависимостей (Лозовая Г.В.) [6], опросник «Способы совладающего поведения» (копинг – тест Лазаруса) [8], методика диагностики копинг-механизмов Э. Хейма [7], методика «Индекс жизненного стиля» (Тест для

диагностики механизмов психологической защиты Плутчика, Келлермана, Конте) [11].

Выборкой для первой группы являются студенты гуманитарных факультетов (ППиСО, социологический, философский) Саратовского Государственного Университета им. Н. Г. Чернышевского в возрасте от 17 до 22 лет в количестве 51 человека. Средний возраст выборки - 18,5 лет (далее – группа1). Выборкой для второй группы стали студенты в возрасте от 16 до 24 лет (средний возраст выборки - 20 лет) в количестве 35 человек, находящиеся на момент исследования в реабилитационных центрах для химически зависимых людей («Открытие» г. Саратов, «Центр социальной реабилитации» г. Саратов, Реабилитационный центр для химически зависимых г. Сочи, Ямайка) (далее – группа2).

Прежде чем перейти к исследованию особенностей совладающего поведения и психологических защит личности у химически зависимых студентов, мы исследовали показатели среднего значения по методике склонности к тринадцати видам зависимостей Г. В. Лозовой, где выявили тенденцию использования испытуемыми группы1 и группы2 социально-одобряемых аддикций, что может быть связано со значимостью социального фактора для испытуемых обеих выборок. Исследуя показатели среднего значения по методике диагностики копинг-стратегий Лазаруса, мы можем сделать вывод о том, что группе1 свойственны, в основном, адаптивные копинг-стратегии, тогда как группе2 – неадаптивная, по мнению большинства ученых, стратегия бегства-избегания. Это можно объяснить личностными особенностями студентов, преморбидом зависимого человека, механизмом и особенностями аддиктивного поведения, социальными факторами (обучением на момент исследования в высшем образовательном учреждении, ближайшим окружением, СМИ, и пр.). Что касается средних значений по методике диагностики копинг-механизмов Э. Хэйма, то можно сказать, что среди когнитивных копинг-механизмов испытуемые группы1 предпочитают использование стратегии придачи смысла, а испытуемые группы 2 – стратегии сохранения самообладания; среди эмоциональных копингов наиболее предпочитаемыми для группы1 и группы2 является оптимизм; в поведении группа1 предпочитает использовать стратегию отвлечения, а группа2 – стратегию обращения, что может быть вследствие, опять же, интрапсихического конфликта химически зависимых, настоящей социальной ситуации испытуемых на момент исследования, личностными особенностями зависимого человека, информатизацией и глобализацией социума, влияния ближайшего окружения. Обратив внимание на средние значения по методике диагностики психологических защит личности Плутчика, мы можем сказать, что группе1 свойственно использование таких зрелых механизмов защиты личности, как проекция и рационализация, группе2 – использование такой незрелого механизма, как регрессия. Полученные результаты можно объяснить особенностями личности химически зависимых, где одной из основных является склонность к инфантильности, «детскости», нежелании брать ответственность, эмоциональной нестабильности, предпочтении

гедонистических мотивов, и пр. Исходя из полученных данных корреляционного анализа, мы можем сделать вывод о том, что испытуемые группы<sup>1</sup>, склонные к химическим зависимостям, в большей степени используют незрелые защитные механизмы (регрессия, замещение) и неадаптивные стратегии поведения (бегство-избегание). Что же касается испытуемых группы<sup>2</sup>, то можно сказать, что в большей степени химически зависимые испытуемые склонны использовать такие копинг-стратегии, как самоконтроль, бегство-избегание, принятие ответственности. Полученные данные могут являться следствием незрелости личностных структур потенциального и фактического аддикта, а также социального фактора (так, например, лечение в реабилитационном центре, предположительно, способствует выявившимся связям со стратегией принятия ответственности; влияния ближайшего окружения, СМИ, и пр.). Проведенное эмпирическое исследование позволило нам сравнить копинг-стратегии и психологические механизмы защиты личности у группы студентов, склонных к зависимостям и студентов, имеющих химические аддикции. В итоге были получены следующие результаты: группа<sup>1</sup> в большей мере, чем группа<sup>2</sup>, склонна использовать адаптивные копинг-стратегии; а уровень выраженности психологических механизмов выше в группе<sup>2</sup>, нежели в группе<sup>1</sup> (табл.1). Это можно интерпретировать, как следствие особенностей личности потенциального и фактического химически зависимого (склонность к незрелости личностных структур, инфантильность, нежелание брать ответственность за свои поступки, преобладание гедонистических мотивов и установок, базисных и низших потребностей, некритичного мышления, эмоциональная нестабильность, низкий уровень развития эмоционально-волевых процессов, агрессивность, дезадаптация, нестабильная самооценка, межличностные проблемы и трудности и пр.), наличия интрапсихического конфликта (напряженности), высокого уровня фрустрации личности.

Таблица 1. Показатели U-критерия Манна-Уитни

Показатели	Средний ранг группы 1	Средний ранг группы 2	U-критерий Манна-Уитни
самоконтроль	49,2	35,1	601**
поиск соц.поддержки	48,8	35,7	620**
принятие ответственности	51	32,6	511,5**
бегство-избегание	40,6	47,7	744,5
план.решения проблемы	50,2	33,8	552,5**
полож.переоценка	50	34	561**
вытеснение	36,4	53,9	528,5**
регрессия	35,6	55	488**
замещение	34,9	56	454**
отрицание	34,8	56,2	449**

проекция	47,4	37,8	693,5*
компенсация	35,7	54,9	494**
гиперкомпенсация	36,2	54	523**
рационализация	48,4	36,4	643,5*

Примечания: U кр:  $p \leq 0.01$  (\*\*) – 627,  $p \leq 0.05$  (\*)- 704

Таким образом, проведенное исследование частично подтвердило гипотезу о том, что студенты, имеющие химические зависимости, используют преимущественно неадаптивные копинг-стратегии и незрелые психологические защиты личности.

Исходя из результатов проведенного эмпирического исследования, был предложен ряд рекомендаций, направленный на психолого-педагогическое сопровождение потенциальных и фактических аддиктов с целью гармонизации их психоэмоционального состояния и успешной ресоциализации в условиях образовательной среды высшего учебного заведения.

#### Библиографический список:

1. Бриль-Краммер, К. А. О запое и о лечении оного. В наставлении каждому, с прибавлением подробного изъяснения для неврачей о способе лечения сей болезни/ К. Бриль-Краммер.- М.: в Унив. тип, 1819. – 197 с.
2. Даулинг, С. Психология и лечение зависимого поведения / С. Даулинг. – М.: 2000. – 240 с.
3. Котляров, А. В. Освобождение от зависимостей, или Школа успешного выбора / А. В. Котляров. – Москва, 2005. – 448 с.
4. Крюкова, Т. Л. Психология совладающего поведения: монография / Т. Л. Крюкова. – Кострома: «Авантикул», 2004. - 344с.
5. Лазарус, Р. Стресс, оценка и копинг / Р. Лазарус. - М.: Медицина, 1984. - 218с.
6. Лозовая, Г. В. Признаки нефармакологических зависимостей: Психологические основы педагогической деятельности: Материалы 30-й научной конференции СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2003 /Г. В. Лозовая. –СПб,2003 -20с.
7. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом: учеб.пособие / Набиуллина Р.Р. , Тухтарова И. В. – Казань: 2003, С. 23-29.
8. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т. Л. Крюкова // Журнал практического психолога. – Москва. - 2007. - № 3. - С. 93-112.
9. Особенности копинг-стратегий и защитных механизмов у медицинских работников / И. Л. Фельдман // Журнал «Эмпирические исследования». - 2013.- С 1-6.
10. Пезешкиан, Н. Психосоматика и позитивная психотерапия: пер. с нем /под ред. Т. В. Куличенко. - М.: Медицина, 1996. — 464 с.
11. Психологические защиты личности: учебное пособие / О.В. Кружкова, О.Н. Шахматова - Екатеринбург: Издательство Росгоспрофпедуниверситет. - 2006. - 153 стр.
12. Старшенбаум, Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей / Г. В. Старшенбаум. - М.: Когито-Центр, 2006. – 288 с.
13. Фрейд, А. Психология «Я» и защитные механизмы / под ред. М. Римицан - Санкт-Петербург, 2018. – 160 с.
14. Murphy, Mark L. - The Busy Coder's Guide to Android Development / Mark L Murphy. –Commonsware, 2011.