

психотерапии отмечено значительное снижение показателей в I группе по шкале тревоги А $8,6\pm 0,85$ и $4,6\pm 0,48$ ($p < 0,001$) и шкале депрессии D $6,4\pm 0,69$ и $3,87\pm 0,46$ ($p < 0,001$) по обеим шкалам, и отсутствие динамики показателей во II группе по шкале тревоги А $8,22\pm 0,96$ и $7,65\pm 0,91$ ($p > 0,05$); по шкале депрессии D $7,22\pm 1,03$ и $6,65\pm 1,13$ ($p > 0,05$).

Значительное снижение психоэмоционального напряжения связанного с эпилептическим и стигматизационным дистрессом после прохождения психотерапии лиц с эпилепсией подтверждает эффективность применения психотерапии в дестигматизационном процессе и улучшения их социального функционирования.

Литература

1. Sartorius, N. Fighting stigma: theory and practice / N. Sartorius // The Image of Madness/ ed. by Guimon J., Fisher W., Sartorius N. – Basle – 1999. – P. 96–105.
2. Ястребов, В. С. Применение метода анализа иерархий в практике психосоциальной реабилитации и в программе дестигматизации: методические рекомендации / В. С. Ястребов, В. Г. Митихин, И. И. Михайлова и др.; Науч. центр психического здоровья РАМН. – М., Изд-во ЗАО Юстицинформ, 2009. – 26 с.
3. Baskind, R. Epilepsy-associated stigma in sub-Saharan Africa: The social landscape of a disease / R. Baskind, G. L. Birbeck // Epilepsy Behav. – 2005. – № 7 (1) P. 68–73.
4. Вассерман, Л. И. Психологическая структура качества жизни больных эпилепсией. / Л. И. Вассерман, В. А. Михайлов, С. Д. Табулина // Пособие для врачей. – СПб.: Психоневрологический институт им. В. М. Бехтерева, 2008. – 22 с.
5. Тюменкова, Г. В. Стигматизация и дискриминация больных эпилепсией / Г. В. Тюменкова, А. А. Портнова, З. И. Кекелидзе // Российский психиатрический журнал, 2005. – № 4. – С. 51–57.

УДК 159.9

ТРИГГЕРЫ АГРЕССИВНОСТИ У ЗАВИСИМЫХ ОТ АЛКОГОЛЯ ЛИЦ AGGRESSIVENESS TRIGGERS IN ALCOHOL DEPENDENT PERSONS

Григорьева И. В., кандидат медицинских наук, доцент, ведущий научный сотрудник ГУ «Республиканский научно-практический центр психического здоровья» (г. Минск, Беларусь)

Grigorieva I. V., PhD in Medical Sciences, associate Professor leading researcher Republican Research and Practical Center for Mental Health (Minsk, Belarus);

Гамова А. В., научный сотрудник ГУ «Республиканский научно-практический центр психического здоровья» (г. Минск, Беларусь)

Gamova A. V., research associate Republican Research and Practical Center for Mental Health (Minsk, Belarus)

В данной статье представлены результаты исследования триггеров агрессивного поведения у зависимых от алкоголя лиц, находящихся в условиях пенитенциарной системы. В ходе исследования изучены триггеры, влияющие на агрессивное поведение лиц с синдромом зависимости от алкоголя. This article presents the results of a study of triggers of aggressive behavior in alcohol-dependent individuals who are in the conditions of the penitential system. In the course of the study, triggers affecting the aggressive behavior of people with alcohol dependence syndrome were studied.

Ключевые слова: триггер, агрессивное поведение, синдром зависимости от алкоголя.

Keywords: trigger, aggressive behavior, alcohol dependence syndrome.

Зависимость лиц от алкоголя по сути является примером хронического жизненного кризиса. Она приносит большие страдания как для подвергшегося ей человека, так и для его родных и близких. Именно зависимость медленно подчиняет собой всю жизнь и в конечном счете для такого человека нет ничего важнее, чем выпить. Для него становится обычным много думать об алкоголе, отрицать свою зависимость и проявлять агрессию при препятствии доступа к приему алкоголя. Зависимость начинает заменять работу, семью и все, что раньше приносило радость и было важным. Употребление алкоголя и других психоактивных веществ является триггерным механизмом проявления разного вида насилия. Е. Ф. Штефан отметил, что у зависимых от алкоголя лиц, находящихся в условиях уголовно-исправительных учреждений, происходит накопление негативных эмоциональных переживаний с тревогой и депрессией [4, с. 121]. Однако при продолжительном сроке изоляции отмечается адаптация к криминальной субкультуре с проявлением агрессии, которая по мнению социобиологов, становится адаптивной реакцией на угрозы выживания.

Одна из психологических теорий агрессии фрустрации-агрессии (Dollard et al., 1939) постулирует, что фрустрация, в данном случае отсутствие желаемого доступа к приему алкоголя, приводит к проявлению агрессии в той или иной форме [1, с. 39]. Именно фрустрация является тем, что препятствует достижению у зависимых от алкоголя лиц желаемой цели. Напряженное абстинентное состояние усиливает

ется, в их понимании появляются веские основания для того, чтобы стремиться к достижению приема алкоголя «только он меня расслабляет и делает активным», они рассчитывают на получение удовлетворения, которое в условиях изоляции в конечном итоге заканчивается ничем. Такая фрустрация создает мотивацию для агрессии.

По мнению Берковица (Berkowitz, 1978, 1989) фрустрация рождает гнев – аффективное проявление агрессии [2, с. 44]. Переживающий фрустрацию зависимый от алкоголя человек особенно склонен к тому, чтобы взорваться, когда возбудители агрессии запускают негодование и возмущение. Иногда «пробка алкоголизации вылетает» и сама по себе, «без посторонней помощи».

В непосредственном запуске агрессивных действий зависимых от алкоголя лиц, находящихся в условиях пенитенциарной системы, играет существенную роль ситуация-провокации и триггер данного поведения.

Под триггером понимается фрустрирующее событие, следующее за ситуацией провокации, вызывающее нарастание агрессии и агрессивное поведение. Важную роль в понимании действий триггеров приобретает учет личностных и социальных факторов, связанных с окружающими взаимодействиями и непосредственных условий лишения свободы. В формировании агрессивного поведения они играют диспозиционную, predisposиционную, катализирующую, блокирующую, провоцирующую роли. В качестве predisposиционного фактора могут также выступать сложившиеся в результате деструктивного воспитания стереотипы поведения, которые легко потенцируются в условиях лишения свободы. Особенности реагирования на ситуацию провокации агрессии зависят от эмоциональных и когнитивных детерминант. В качестве провокации агрессии у зависимых от алкоголя лиц в условиях изоляции выступают скученность, отсутствие доступа к спиртному, обязательный труд, необходимость подчинения правилам внутреннего распорядка, оскорбления, вторжение в личное пространство со стороны администрации.

В таком случае агрессивное поведение может являться неожиданной реакцией на вполне нейтральный стимул. Однако между реальной ситуацией и реакцией человека на нее может стоять триггер – комплекс факторов, вызывающих срабатывание механизмов автоматических психологических и поведенческих реакций. Такими факторами у зависимых от алкоголя лиц могут быть: люди, ситуации, события, предметы, места, действия. Они вызывают состояние, сопряженное с переживанием прош-

лых фрустрирующих событий, оказавших на нас значительное влияние и сопровождавшихся сильными эмоциями. Триггеры актуализируют состояние дефицита реальности и включают цикл неадаптивного выбора, буквально выступают той «красной кнопкой», которая способна мгновенно запустить деструктивное движение по негативной реактивной схеме.

Исследование изучения триггеров агрессивного поведения у лиц с алкогольной зависимостью проводилось с целью разработки эффективных психотерапевтических подходов. Применение психотерапии, основанной на учете триггеров, позволяет целенаправленно подобрать терапевтические «мишени», воздействующих на уровне первопричин. Такой подход позволяет быстро инактивировать реактивную зону, способствует разрыву привычных деструктивных шаблонов, выработке адекватного отношения к роли своей личности в преодолении зависимого и противоправного поведения.

В исследовании приняли участие 100 пациентов мужского пола в возрасте от 25 до 63 лет (средний возраст $40,7 \pm 8,9$ лет) с синдромом зависимости от алкоголя (F 10.2), находящихся в условиях лечебно-трудового профилактория. В исследовании использовались: оценка тяжести зависимого расстройства производится в соответствии с Белорусским Индексом Тяжести Аддикции – (Бел-ИТА/В-ASI) (Версия № 1); опросник индивидуальной оценки триггеров зависимого и агрессивного поведения. Статистическая обработка данных проводилась с использованием программы IBM SPSS Statistics 21.

Результаты оценки состояния, в котором проявлялись агрессивные действия показали: только у 14,5 % лиц агрессия проявлялась в трезвом состоянии, у 49,1 % лиц в состоянии алкогольного опьянения, у 36,4 % лиц сочетано отмечалось, как в трезвом, так и в состоянии алкогольного опьянения. Формой проявления агрессии явились: агрессивные действия в виде избития близких, скандалы, драки – у 40 % лиц, аффективные проявления с вспышками гнева, ярости, крика – у 67,3 % лиц, вербальная агрессия в виде нецензурной брани, уничижительных слов, оскорблений, порицаний – у 92,7 %, враждебные намерения – у 49,1 % зависимых лиц. Доминирование проявлений аффективной и вербальной агрессии показывают на превалирование инструментального и аффективного компонента агрессии. Формой проявления агрессивного поведения явились: агрессивные действия в виде избития близких, скандалы, драки – у 40 % лиц, аффективные проявления сопровождались вспышками гнева, ярости, крика – у 67,3 % лиц, вербальная агрессия в виде

нецензурной брани, уничижительных слов, оскорблений, порицаний – у 92,7 %, враждебные намерения – у 49,1 % зависимых лиц. Оценка провоцирующих триггеров для проявления агрессии показала, что основными явились: непонимание с женой – 10,9 % лиц, прием алкоголя – 7,3 %, обман близких – 10,9 %, нравоучения родителей – 20 %, непонимание детей – 3,6 %, состояние похмелья – 1,8 %, измена супруги/сожительницы – 1,8 %, действия сотрудников милиции в отношении зависимых от алкоголя лиц – 18,2%, обидные слова в их адрес – 32,7 %, агрессивное и пренебрежительное поведение окружающих – 27,3 %, ревность супруги/сожительницы – 1,8 % лиц. Таким образом, основными провоцирующими триггерами агрессию являются непонимание, пренебрежение и поучения со стороны близких и окружающих людей.

Таким образом, терапевтическими «мишенями» явились восполнение понимания происходящего и имеющегося «дефицита реальности», наработка коммуникационных навыков, повышение самооценки.

Объектами направленности агрессивных проявлений были: жена/сожительница – у 30,9 %, родители – у 12,7 %, дети – у 20%, мать – у 18,2 %, сотрудники милиции – у 20 %, друзья – у 14,5 % лиц. Таким образом наиболее уязвимой и подверженной группой для агрессивных проявлений зависимых лиц явились жена/сожительница, мать, сотрудники милиции и дети.

Результаты оценки блокирующих и сдерживающих факторов проявления агрессии, по мнению зависимых от алкоголя лиц, показали, что такими факторами явились: курение – 10,9 %, прием алкоголя – 9,1 %, действия сотрудников милиции – 1,8 %, самоконтроль и самоуспокоение – 30,3 %, прослушивание музыки – 1,8 %, общение с друзьями – 7,3 %, уход из ситуации – 21,8 %, игнорирование проблемы – 3,6 %, анализ ситуации и логическое заключение – 1,8 %, мнение близких людей – 18,2 %, забота матери – 3,6 %, сочувствие жены – 1,8 % лиц.

Исходя из данных результатов, терапевтической «мишенью» является развитие навыков самоконтроля и саморегуляции у лиц с синдромом зависимости от алкоголя.

Данное исследование показало, что целенаправленное воздействие на триггеры зависимого и агрессивного поведения у лиц с алкогольной зависимостью позволяет быстро инактивировать реактивную зону, способствует разрыву привычных деструктивных шаблонов и выработке адекватного отношения к роли своей личности в преодолении жизненного кризиса.

Литература

1. Штефан, Е. Ф. Агрессивное поведение осужденных мужского пола с длительными сроками лишения свободы и пути его коррекции / Е. Ф. Штефан. – Вологда : ВИПЭ ФСИН России, 2013. – 180 с.
2. Бэрон, Р. Агрессия / Р. Бэрон, Д. Ричардсон. – СПб. : Питер, 1997. – 336 с.
3. Берковиц, Л. Агрессия: причины, последствия, контроль / Л. Берковиц. – СПб. : Питер, 2001. – 120 с.
4. Ениколопов, С. Н. Лекция «Актуальные проблемы психологии агрессии» [Электронный ресурс] / С. Н. Ениколопов. – 2016. – Режим доступа: <https://monocler.ru/psihologiya-agressii>. – Дата доступа: 20.10.2021.

УДК 159.9

ВЫУЧЕННАЯ БЕСПОМОЩНОСТЬ КАК СЛЕДСТВИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ КРИЗИСНОГО СОБЫТИЯ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ ЛИЧНОСТИ LEARNED HELPLESSNESS AS A CONSEQUENCE OF EXPERIENCE OF A CRISIS EVENT IN THE LIFE WAY OF THE PERSONALITY

Кривленя М. А., студентка Института психологии
БГПУ (г. Минск, Беларусь)

Krivlenya M. A., student of the Institute of Psychology
BSPU (Minsk, Belarus)

В данной статье описан феномен выученной беспомощности, а также влияние данного феномена на дальнейшую жизнь человека. Описаны основные источники его формирования и те негативные воздействия, которые он оказывает на личность человека.

This article describes the phenomenon of learned helplessness, as well as the influence of this phenomenon on a person's later life. The main sources of its formation and those negative effects that it has on a person's personality are described.

Ключевые слова: выученная беспомощность, негативное влияние, личность человека.

Keywords: learned helplessness, negative influence, human personality.

Актуальность статьи обусловлена тем фактом, что в настоящее время феномен выученной беспомощности проявляется во многих сферах человеческой деятельности. Этот феномен находит свое отражение в воспитании и образовании целого ряда поколений. Если рассматривать эту проблему более глубоко, то можно сказать, что