

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний аерокосмічний університет ім. М.Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Гуманітарно-правовий факультет

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

(тип кваліфікаційної роботи)

Магістр

(освітній ступінь)

на тему **«Особливості адиктивної поведінки та форми її прояву у осіб ранньої зрілості»**

ХАІ.704.7-96п1/2.23В.053.9998242 КР

Виконав: здобувач(ка) 2 курсу групи №7-96п1/2

Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»

(код та найменування)

Спеціальність 053 «Психологія»

(код та найменування)

Освітня програма «Психологічне консультування та психотерапія»

(найменування)

Земцова Г. Р.

(прізвище та ініціали здобувача (ки))

Керівник: Тиньков О. М.

(прізвище та ініціали)

Рецензент: Приходько Д. П.

(прізвище та ініціали)

Міністерство освіти і науки України
Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»

Факультет Гуманітарно-правовий факультет
Кафедра психології
Рівень вищої освіти другий магістерський
Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»
(код і найменування)
Спеціальність 053 «Психологія»
(код і найменування)
Освітня програма «Психологічне консультування та психотерапія
(найменування)

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри
Юрій ГУЛИЙ
(підпис) (ініціали та прізвище)
«01» вересня 2022 р.

ЗАВДАННЯ

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Земцова Ганна Романівна

(прізвище, ім'я та по-батькові)

1. Тема кваліфікаційної роботи Особливості адиктивної поведінки та форми її прояву у осіб ранньої зрілості

керівник кваліфікаційної роботи Тиньков О. М., доц., канд. психол. н.
(прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь, вчене звання)

затверджені наказом Університету №1700-уч від «20» грудня 2022 року.

2. Термін подання здобувачем кваліфікаційної роботи «20» січня 2023 р.

3. Вихідні дані до роботи _____
дослідити особливості адиктивну поведінку у осіб раннього дорослого віку

4. Зміст пояснювальної записки (перелік завдань, які потрібно розв'язати) _____

- Здійснити теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми дослідження.

- Виявити особистісні особливості осіб раннього дорослого віку.

- Дослідити копінг-стратегії осіб раннього дорослого віку.

- Визначити схильність до різних видів адиктивної поведінки у осіб раннього дорослого віку.

5. Перелік графічного матеріалу: _____

Рис. 4

Табл. 4

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1	Тиньков О. М., доц., канд. психол. н.	11.10.22	31.10.22
2	Тиньков О. М., доц., канд. психол. н.	01.11.22	18.11.22
3	Тиньков О. М., доц., канд. психол. н.	19.12. 22	06.01.23

Нормоконтроль _____ С. В. Кузьміна «20» січня 2023 р.
(підпис) (ініціали та прізвище)

7. Дата видачі завдання «01» вересня 2022 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів кваліфікаційної роботи	Примітка
1.	Затвердження теми, мети та завдань дипломної роботи	01.09.22-07.10.22	
2.	Складання плану роботи	08.10.22-10.10.22	
3.	Аналіз літературних джерел. Написання першого розділу дипломної роботи	11.10.22-31.10.22	
4.	Визначення психодіагностичного інструментарія для проведення практичної частини дослідження . Написання другого розділу дипломної роботи.	01.11.22-18.11.22	
5.	Проведення практичної частини дослідження.	21.11.22-09.12.22	
6.	Статистична обробка отриманих даних.	12.12.22-16.12.22	
7.	Написання третього розділу дипломної роботи.	19.12. 22-06.01.23	
8.	Написання загальних висновків. Оформлення списку використаних літературних джерел, додадку(ків) та змісту.	09.01. 23–11.01.23	
9.	Передзахист.	12.01.2023	
10.	Внесення коректив до тесту дипломної роботи.	13.01.23-17.01.23	
11.	Оформлення та підписання відповідної документації(висновок керівника, висновок кафедри, рецензія та довідка на предмет наявності порушень академічної доброчесності)	10.01.23-20.01.23	
12.	Підготовка електронної презентації та тексту доповіді.	18.01.23-19.01.23	
13.	Строк подання студентом роботи на кафедру.	20.01.23	
14.	Захист.	24.01.23	

Здобувач

_____ (підпис)

Земцова Г. Р.

_____ (ініціали та прізвище)

Керівник кваліфікаційної роботи

_____ (підпис)

Тиньков О. М.

_____ (ініціали та прізвище)

Реферат

Дипломна робота: 54 с., 4 табл., 4 рис., 33 джерела, 4 додатки

Ключові слова: АДИКТИВНА ПОВЕДІНКА, ЗАЛЕЖНІСТЬ, РАННІЙ ДОРОСЛИЙ ВІК, ОСОБИСТІСНІ ЯКОСТІ, КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ.

Об'єкт дослідження: адиктивна поведінка.

Предмет дослідження: адиктивна поведінка у осіб раннього дорослого віку.

Мета дослідження – дослідити особливості адиктивну поведінку у осіб раннього дорослого віку.

Методи дослідження: 1. Теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми дослідження. 2. Тестування (16 факторний опитувальник Кеттела; Методика схильності до 13 видів залежності (Лозова Г. В.); Копінг-тест Лазарус Р.; ІТО (Індивідуально типологічний опитувальник) Собчик Л. Н.). 3. Метод математико-статистичної обробки даних - U-критерій Манна-Уїтні.

За результатами дослідження було зроблено наступні висновки:

Дослідження особистісних якостей у групах жінок та чоловіків показав значну різницю між досліджуваними. Для чоловіків більш властиві такі якості як раціоналізм, незалежність, агресивність, приховання емоцій та переживань. Для жінок властиві такі особистісні якості як мрійливість, емоційність, чутливість до думки оточуючих, невпевненість у собі. Отож чоловіки мають більше незалежні та раціоналізовані якості, коли жінки більш слабкі та емоційні. Дослідження копінг-стратегій під час вирішення проблеми у двох досліджуваних групах показав, що чоловіки вирішують проблему контролюючи емоції, а жінки заохочують оточуючих для вирішення та приймають повну відповідальність за свої вчинки. Через сильний контроль емоцій чоловіки можуть бути роздратованими та імпульсивними. Жінки можуть або надто покладатися на інших, або надто сильно брати на себе відповідальність, через що відчувають невдоволення собою та почуття провини. Дослідження схильності до різних видів адиктивної поведінки показало, що жінки більш схильні до любовної

залежності, а чоловіки до ігрової та залежності від статевих відносин, що говорить про більшу схильність жінок і до співзалежних відносин та спробу чоловіків приховати емоції. В обох групах була виявлена нікотинова залежність.

Abstract

Thesis: 54 pp., 4 tables, 4 figures, 33 sources, 4 appendices

Keywords: ADDICTIVE BEHAVIOR, DEPENDENCE, EARLY ADULT AGE, PERSONAL QUALITIES, COPING STRATEGIES.

Object of research: addictive behavior.

Subject of research: addictive behavior in early adulthood.

The purpose of the study is to investigate the specifics of addictive behavior in early adulthood.

Research methods: 1. Theoretical analysis of scientific sources on the research problem. 2. Testing (Kettel's 16-factor questionnaire; Propensity method for 13 types of addiction (Lozova G.V.); Coping test Lazarus R.; ITO (Individual Typological Questionnaire) Sobchuk L.N.). 3. Method of mathematical and statistical data processing - Mann-Whitney U-criterion.

Based on the results of the study, the following conclusions were made:

The study of personal qualities in groups of women and men showed a significant difference between the subjects. For men, such qualities as rationalism, independence, aggressiveness, concealment of emotions and experiences are more characteristic. Women are characterized by such personal qualities as dreaminess, emotionality, sensitivity to the opinions of others, self-doubt. So men have more independent and rational qualities, while women are weaker and more emotional. The study of coping strategies during problem solving in the two studied groups showed that men solve the problem by controlling emotions, while women encourage others to solve the problem and take full responsibility for their actions. Due to the strong control of emotions, men can be irritable and impulsive. Women can either rely too much on others or take on too much responsibility, leading to feelings of self-satisfaction and guilt. A study of the propensity to various types of

addictive behavior showed that women are more prone to love addiction, and men to gaming and sex addiction, which indicates a greater propensity of women to codependent relationships and an attempt by men to hide their emotions. Nicotine dependence was detected in both groups.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЛІТЕРАТУРИ	3
ПРОБЛЕМАТИКИ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ	5
1.1 Поняття та етапи адиктивної поведінки	5
1.2 Психологічні особливості ранньої зрілості	12
1.3 Фактори та форми адиктивної поведінки	16
РОЗДІЛ 2 ХАРАКТЕРИСТИКА ВІБІРКИ ТА МЕТОДІВ	
ДОСЛІДЖЕННЯ	22
2.1 Характеристика вибірки	22
2.2 Характеристика методів дослідження	22
РОЗДІЛ 3 АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРИТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ	
ІМПЕРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	25
3.1 Особистісні особливості осіб раннього дорослого віку	25
3.2 Копінг-стратегії осіб раннього дорослого віку	32
3.3 Схильність до різних видів адиктивної поведінки у осіб	
раннього дорослого віку	34
ВИСНОВКИ	38
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	39
ДОДАТКИ	43

ВСТУП

У сучасному світі однією із актуальних проблем сьогодення постає зростаюча кількість молоді з проявами різних видів адиктивної поведінки. Це пояснюється технократичним прогресом, високою стресогенністю, низьким рівнем морально-етичних цінностей суспільства, деформацією соціальних цінностей, низьким виховним потенціалом родини і соціуму загалом.

В останні десятиліття в українському суспільстві відзначається широке поширення різних форм адиктивної поведінки: алкогольна та наркотична адикції, гемблінг, кібер-адикції, гаджет-адикції, розлади харчової поведінки і т.п. Увага психологів в першу чергу приваблює не стільки феноменологічний ряд можливих форм адиктивної реалізації, скільки психологічні чинники та механізми формування і функціонування залежної особистості і залежної поведінки. У сучасних психологічних підходах дані розлади поведінки та особистості розглядаються як результат порушення у структурній організації особистості, що обумовлює єдність всіх форм адиктивної поведінки.

Важливою проблемою є сама адиктивна поведінка, тому що в значній мірі прояви може мати ряд критичних наслідків, таких як зниження працездатності, непорозуміння з близькими людьми, кримінальні вчинки і т. п.

Актуальність даної роботи визначається стрімким зростанням різних нових видів адиктивної поведінки, які мають загрозу для психологічного стану, добробуту особистості та суспільства загалом.

Об'єктом дослідження є адиктивна поведінка.

Предметом дослідження є адиктивна поведінка у осіб раннього дорослого віку.

Мета дослідження – дослідити особливості адиктивну поведінку у осіб раннього дорослого віку.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми дослідження.
2. Виявити особистісні особливості осіб раннього дорослого віку.
3. Дослідити копінг-стратегії осіб раннього дорослого віку.
4. Визначити схильність до різних видів адиктивної поведінки у осіб раннього дорослого віку.

Методи дослідження:

1. Теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми дослідження.
2. Тестування (16 факторний опитувальник Кеттела; Методика схильності до 13 видів залежності (Лозова Г. В.); Копінг-тест Лазарус Р.; ІТО (Індивідуально типологічний опитувальник) Собчик Л. Н.).
3. Метод математико-статистичної обробки даних)U-критерій Манна-Уїтні).

Вибірку склали 60 осіб раннього дорослого віку. З загальної вибірки було створено 2 дослідницькі групи – першу групу склали 30 жінок раннього дорослого віку, другу групу склали 30 чоловіків раннього дорослого віку.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЛІТЕРАТУРИ З ПРОБЛЕМАТИКИ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ

1.1 Поняття та етапи адиктивної поведінки

Феноменологія адиктивних розладів представлена у багатьох наукових працях зарубіжних учених (Р. Браун, А. Бродські, М. Гріффітс, П. Карнес, Д. Корбіт, Г. Марлат, Р. Соломон, С. Піл, Дж. Томмер та ін.), науковців радянського часу (В. Бітенський, Б. Братусь, О. Єгоров, В. Зайцев, Ц. Короленко, А. Личко, В. Менделевич, І. П'ятницька та ін.) і вітчизняних (А. Артемчук, Г. Мисько, І. Сосін та ін.) дослідників, в роботах яких вивчено питання залежної поведінки та її проявів стосовно жінок і чоловіків. Водночас, спеціальних досліджень, присвячених особливостям адикцій в гендерному аспекті, дуже мало.

Як показує практика і аналіз досліджень учених (О. Єгоров, Ц. Короленко, В. Менделевич, Д. Четвериков та ін.), хімічні залежності (від психоактивних речовин) часто поєднуються із нехімічними та мають різну розповсюдженість серед жінок і чоловіків.

Зазначимо, що Ц. Короленко під «адиктивною поведінкою» розуміє одну з форм деструктивної поведінки, що характеризується бажанням відійти від реальності через уживання деяких речовин або фіксацію уваги на певних предметах або моделях поведінки, що супроводжується інтенсивними емоціями [11].

У психології часто зустрічаються такі терміни як «адикція» та «залежність». Ці терміни завжди розглядали з негативних сторін, розуміючи як шкідливі та руйнівні звички. Порівнюючи ці терміни можна сказати, що залежна поведінка іноді може не бути адикцією. Наприклад, хвора людина залежить від лікарських препаратів для лікування хвороби, тоді як алкоголік чи наркоман як залежить від споживаного речовини, а й співвідносить себе з адиктивною поведінкою.

З погляду психології, адиктивна поведінка – це метод «ухиляння від дійсності» з допомогою прийому речовин психоактивних чи виконання процесів нав'язливих, котрі займають всі думки. Непереборна потреба виконувати ці дії називається адиктивністю, а залежність, що розвивається, – адикцією. Значення цих термінів дещо розмите, тому у певному контексті вони можуть стати синонімами.

Терміни «адикція», «адиктивність» та «адиктивність» утворені від англійського слова addiction (залежність, схильність, наркоманія). У російській мові термін адикція може використовуватися як і широкому значенні – позначення залежності, і у вузькому – залежності позначення як способу втечі від реального світу.

«Аддиктивна поведінка – прагнення реальності уникати, засобами зміни свого стану психічного» [12, с.291].

«Залежність може розглядатися як форма, що самопідтримується, активності, що породжує особистісне специфічне освіту» [1, с. 7].

Адикція походить від англ. Addictive, Addiction – схильність, згубна звичка, залежність, захоплююча (поведінка), лат. addictus -сліпо відданий, повністю, пристрастний до чогось, приречений, поневолений, цілком підкорився комусь [21].

Адикція - це недосконалий спосіб пристосування до нестерпних складних умов діяльності та спілкування [8].

Залежна (адиктивна) поведінка являє собою спробу втечі від реальності з допомогою зміни свого стану психічного, що забезпечує уявну безпеку і комфорт емоційний.

Незважаючи на відмінності зовнішні, форми залежні поведінки мають принципово схожі механізми психологічні. У зв'язку з цим виділяють загальні ознаки залежно поведінки.

Перш за все, адиктивна поведінка особистості виявляється в її стійкому прагненні до зміни стану психофізичного. Цей потяг переживається

людиною як категорично непереборне, імпульсивне, ненасичуване. Зовні це може виглядати як боротьба з собою, а частіше – як самоконтролю втрата.

Залежна поведінка з'являється не просто так з пустоти, воно являє собою безперервний процес формування і розвитку адикції (залежності). Адикція має початок (невинний нерідко), перебіг індивідуальний (із зусиллям залежності) і результат. Мотивація поведінки різна на різних стадіях залежності.

Тривалість і характер протікання стадій залежать від особливостей об'єкта (наприклад, виду речовини наркотичної) та особливостей індивідуальних адикта (наприклад, віку, соціальних зв'язків, інтелекту, здатності до сублімації).

Ще однією характерною особливістю адиктивної поведінки є її циклічність.

Фази одного циклу:

- наявність готовності внутрішньої до поведінки; адиктивної
- посилення напруги і бажання;
- очікування і пошук активний об'єкта адикції;
- отримання об'єкта і досягнення переживань специфічних;
- розслаблення;
- фаза ремісії (спокою відносного).

Далі цикл повторюється з індивідуальною частотою і виразністю.

Залежна поведінка зовсім не обов'язково призводить до захворювання або смерті, але закономірно викликає оборотні особистісні зміни.

Відсутність адикції передбачає, що індивід відповідає поняттям норми поведінкової. Норма ж (на думку К. К. Платонова) - це явище групової свідомості як поділених групою уявлень і найчастіших суджень членів групи про вимоги до поведінки з урахуванням їх ролей соціальних, створюють умови оптимальні буття, із якими ці норми взаємодіють і, відбиваючи формують його. Тобто суть норми поведінкової - відповідність людини поділим груповим уявленням про норму [15].

У всіх випадках розвиненої залежної поведінки думки зайняті способами реалізації прагнень адиктивних, апперцепцією їх задоволення. Сам роздум на ці теми викликає почуття збудження, хвилювання, підйому чи релаксації. Таким чином, досягається початок бажаної зміни емоційної, виникає відчуття контролю над ситуацією та собою, почуття задоволеності життям. Залежна поведінка спочатку створює ілюзію вирішення проблем, порятунку від ситуацій стресових шляхом своєрідної втечі, уникнення переживання останніх. У цій особливості адикції міститься велика спокуса, хочеться йти шляхом найменшого опору. Складається суб'єктивне враження, що таким чином, звертаючись до фіксації на якихось предметах чи діях, можна не думати про свої проблеми, забути про тривоги, уникнути ситуацій важких, використовуючи варіанти різні адиктивної реалізації [14].

Адиктивне поведінка знижує здатності адаптаційні особистості, оскільки засіб зовнішній діє примусово і вимагає від індивіда повного підпорядкування. Сил для того, щоб протистояти уподобанням та спокусі, у особистості не залишається. Поступово реальності альтернатива все більше затягує людину, на болючість вона витрачає весь час вільний. У плані духовному він деградує. Людина втрачає зв'язок із реальністю і не може контролювати себе.

Адиктивність можна визначити за наявністю у поведінці людини таких ознак як:

Часта брехня. Більшості людей від природи важко говорити неправду. Але якщо людина змушена постійно брехати самому собі, то незабаром це перетворюється на звичку, і вона починає брехати з кожного незначного приводу. Якщо хтось багато бреше, це ще не говорить про адиктивність. Але люди з важкими формами залежностей брешуть практично завжди.

Страх зближення. Адиктивна людина боїться прив'язуватися до людей, але ще боїться, що хтось прив'яжеться до неї. Він не хоче бути потрібним комусь, не хоче, щоб хтось «ліз у його життя». Крім того, він боїться

кеаавикриття. І його лякає, що людина, яку він підпустить надто близько, рано чи пізно дізнається про його ганебну згубну пристрасть.

Комплекси. Усвідомлюючи, що опинився на узбіччі життя, залежна людина поступово приймає це. Його самооцінка падає, і він починає вважати, що нічого хорошого не заслуговує. При цьому його дуже турбують власні недоліки і він боїться, що їх побачать оточуючі.

Тривога. Залежна людина завжди думає об'єкт залежності. Йому регулярно доводиться турбуватися про те, чи зуміє він своєчасно задовольнити свою потяг. Якщо з якихось причин йому доводиться деякий час утримуватись, рівень напруженості та занепокоєння сильно зростає.

Конформність. Характерна риса людей з адиктивним поведінкою – виражений конформізм. Вони схильні погоджуватися з думкою більшості, намагаючись нічим не відрізнятись від оточуючих і не виділятися на їхньому тлі.

Схильність до маніпуляцій. Люди з адикціями починають маніпулювати близькими. Вони змінюють свою поведінку, стаючи то грубими, то податливими, починають тиснути на рідних. У своїх маніпуляціях вони використовують широкий діапазон інструментів: фізичне та моральне насильство, демонстративне страждання, погрози самогубством та інше.

Перекладання відповідальності. Звичайно, схильність перекладати відповідальність на оточуючих трапляється часто. Але особистості зі згубними уподобаннями демонструють її практично завжди, оскільки їм потрібно виправдовувати свої слабкості зовнішніми обставинами.

Адиктивна поведінка поділяється на такі етапи:

1 етап. "Перші проби". Зазвичай відбуваються у компанії чи під чийось впливом. Важливу роль тут відіграють наслідування, цікавість, мотиви групового самоствердження та груповий конформізм. Мотивація йде з властивої людині потреби у зміні власного стану свідомості. Чим менше при перших пробах вік і менша потреба у зміні свідомості, тим більша

ймовірність того, що ці проби переростуть у розгорнутий процес становлення адиктивної поведінки та подальшого переростання у хворобу. На даному етапі вибір засобу мимовільний і залежить від особливостей субкультури, етносу, доступності засобу та досвіду групи. З різних причин (страху покарання, задоволеної цікавості, переживання та побоювання, розриву з компанією тощо) перші проби найчастіше продовження не мають, виняток становлять культурно санкціонована алкоголізація та тютюнопаління.

2 етап. "Аддиктивний ритм". Зазвичай відбуваються у компанії чи під чийось впливом. Важливу роль тут відіграють наслідування, цікавість, мотиви групового самоствердження та груповий конформізм. Мотивація йде з властивої людині потреби у зміні власного стану свідомості. Чим менше при перших пробах вік і менша потреба у зміні свідомості, тим більша ймовірність того, що ці проби переростуть у розгорнутий процес становлення адиктивної поведінки та подальшого переростання у хворобу. На даному етапі вибір засобу мимовільний і залежить від особливостей субкультури, етносу, доступності засобу та досвіду групи. З різних причин (страху покарання, задоволеної цікавості, переживання та побоювання, розриву з компанією тощо) перші проби найчастіше продовження не мають, виняток становлять культурно санкціонована алкоголізація та тютюнопаління.

3 етап. Аддиктивна поведінка (адикція стає стереотипним механізмом відреагування).

Захисний механізм аддикту виявляється у завзятому запереченні психологічних проблем. Але на підсвідомому рівні виникає відчуття тривоги, занепокоєння, неблагополуччя (звідси й поява захисних реакцій). Відбувається внутрішній конфлікт між «Я колишнім» та «Я адиктивним». На даному етапі адикція перетворюється на стереотипний механізм відреагування. Захисний механізм аддикту проявляється у наполегливому запереченні психологічних проблем. Однак на підсвідомому рівні почуття неблагополуччя, занепокоєння, тривоги все ж таки виникає. Відбувається конфлікт усередині особистості між «Я адиктивним» та «Я колишнім».

4 етап. Повне переважання адиктивного поведінки. Тут відбувається повне переважання адиктивного поведінки. Самі адиктивні реакції колишнього задоволення не приносять, зруйновано вихідне «Я», у край утруднені контакти. Вихідне «Я» зруйноване, самі адиктивні реакції не приносять колишнього задоволення, контакти в край утруднені.

5 етап. "Катастрофа". Відбувається руйнація особистості у психічному, а й у біологічному плані (хронічна інтоксикація призводить до поразки органів прокуратури та систем). На заключному етапі відбувається руйнація особистості в біологічному та психічному плані (хронічна інтоксикація вражає органи та системи). Тут адикти починають часто порушувати громадський порядок, вимагати гроші, чинити крадіжки, також є ризик суїциду. Провідні мотиви: безвихідь, розпач, ізоляція від світу, самотність. Можливі емоційні зриви: лють, агресія, які потім змінюються пригніченістю.

На заключному етапі адикти часто порушують суспільний лад, вимагають гроші, крадіжки; завжди існує ризик суїциду. Основні мотиви: розпач, безвихідь, самотність, ізоляція від світу. Можливі емоційні зриви: агресія, лють, що змінюються пригніченістю.

Специфічною особливістю адиктивного поведінки є його циклічність. До фаз одного циклу відносять таке:

- Присутність внутрішньої готовності до адиктивної поведінки;
- посилення напруги та бажання;
- активний пошук та очікування об'єкта адикції;
- досягнення специфічних переживань та отримання об'єкта, повне розслаблення;
- Фаза відносного спокою (ремісії).

Надалі цикл повторюється з індивідуальною вираженістю і частотою (цикл одного аддикту може тривати один день, іншого – місяць).

Отже, адиктивне поведінка – це вид порушення адаптації, що характеризується зловживанням психоактивними речовинами без ознак фізичної чи індивідуальної психічної залежності разом із іншими

нарушеннями. Формування адиктивної поведінки відрізняється низкою закономірних етапів: «перші спроби», «адиктивний ритм», «адиктивна поведінка», повне переважання цієї поведінки, «катастрофа».

1.2 Психологічні особливості ранньої зрілості

Період дорослості є значним періодом життя людини, з яким пов'язані різні проблеми дослідження даного періоду, всередині якого виділяють підперіоди: рання, середня і пізня дорослість. Ці періоди не мають чітких обмежень. Період ранньої дорослості визначається в таких межах: 21-25 років (Д. Бромлей); 17-25 років (Дж. Біррен); 20-25 років (Е. Еріксон); 20-40 років (Г. Крайг). Відмінність у визначенні меж зумовлюється тим, що суб'єктивне самовідчуття та об'єктивні показники розквіту сил людини визначаються не стільки хронологічним віком, скільки різними чинниками: соціоекономічним статусом, освітнім рівнем, специфікою професійної діяльності (А. Реан) [11]; поведінка й особистість дорослої людини визначається обставинами життя – цілями, установками, досвідом, родом занять (Г. Крайг) [5].

Із настанням дорослості змінюється співвідношення базових факторів психічного розвитку людини - роль біологічного послаблюється, посилюється активність самої особистості в контексті певних соціальних умов.

Ранню дорослість (20 – 40 років) називають періодом починань. Для людей цього віку характерна висока адаптивність організму та психіки, що допомагає у подоланні стресів, та хороші відновлювальні можливості, які забезпечують високу працездатність людини. Однак образ життя, який властивий людині раннього дорослого віку, визначає стан її здоров'я та інтенсивність старіння в середній та пізній дорослості.

Молода людина стоїть на початку шляху реалізації власних життєвих планів, узгодження своїх мрій і реальності, бажаного та дійсно досяжного.

Значно розширюється репертуар соціальних ролей, пов'язаних зі вступом у професійне життя, створення власної сім'ї. Як наслідок, центральним новоутворенням періоду ранньої дорослості вважають здатність до виконання сімейних ролей та професійну компетентність [22].

Настання фізичної зрілості має підкріплюватись набуттям психологічної зрілості як системної якості особистості, що відображає досягнення стану її повної функціональності, адаптивності та відповідальності.

Поняття «дорослість» і «зрілість» не є тотожними. Можна досягти зрілого (дорослого) віку і не мати зрілої особистості. У зв'язку з цим О. Бодальов зазначає, що лише в тому випадку, коли людина, яка досягла повноліття, поводить себе в різних ситуаціях згідно з загальнолюдськими нормами моралі, а основні цінності життя стали її власними цінностями, можна з упевненістю говорити про її особистісну зрілість [10].

Отже, ознаками психологічної зрілості особистості є [31; 28]:

- сформовані цінності та перспективи;
- позитивна Я-концепція та адекватна самооцінка;
- адаптивність та гнучкість психіки;
- емоційна врівноваженість та емпатійність;
- потреба в турботі про інших людей, до психологічної близькості з іншою людиною;
- особистісна активність і самостійність, прагнення суб'єкта виходити за власні межі, розширювати сферу своєї діяльності, діяти за межами вимоги ситуації і рольових приписів;
- здатність до вибору та відповідальність за нього;
- здатність до активної участі в житті суспільства, ефективного використання своїх знань і здібностей;
- здатність до конструктивного вирішення різних життєвих проблем на шляху до найбільш повної самореалізації.

До новоутворенням зрілості відноситься:

- вибудовування стратегії життя;
- феномен «акме» (пік розвитку, активності і успіхів особистості);
- пошук сенсу життя і дотримання його;
- новий інтелектуальний рівень (діалектичне мислення, здатність самостійно формулювати проблеми);
- батьківство.

М. Гамезо із співавторами відзначає, що вирішальним ознакою зрілості є усвідомлення людиною відповідальності та прагнення до неї. Психологічно відповідальна особа – це особистість, що відповідає за зміст свого життя і відповідає, перш за все перед собою та іншими людьми [18].

Важливого значення набуває прагнення особистості до соціальнопсихологічної зрілості, основними показниками якої є: вміння казати правду, відстоювати свою позицію, поєднувати власні комунікативні можливості з вимогами, нормами та правилами поведінки соціального оточення, здатність долати комунікативні бар'єри та розв'язувати конфліктні ситуації тощо.

Соціальна зрілість виявляється у громадській, політичній, моральній, естетичній сферах через розвинуте почуття відповідальності, наявність соціального інтелекту, потребу в турботі про інших людей, здатність до активної участі у житті суспільства, ефективне використання своїх знань і здібностей, конструктивне розв'язання численних життєвих проблем на шляху самореалізації.

Таким чином, у період ранньої дорослості відбувається посилення соціального розвитку особистості, максимальне включення її в різні сфери суспільних відносин і діяльності, що вимагає мобілізації всіх ресурсів людини, в тому числі природних задатків її як індивіда. Водночас процес її розвитку залежить від рівня та ступеня соціальної активності та продуктивності самої особистості. Період дорослості є найбільш сприятливим для формування основних підструктур людини, для досягнення

нею зрілості як особистості і суб'єкта спілкування, пізнання і діяльності як індивідуальності.

Опанувальна поведінка - тип конструктивного реагування особистості на стресову ситуацію, що передбачає усвідомлення та позитивне розв'язання життєвих суперечностей та труднощів

Спроможність особистості до даної поведінки формується поступово і залежить від ряду факторів, як-от фізичного здоров'я, матеріальних ресурсів, психологічної компетентності, соціальної підтримки, особистісних якостей та обставин життя. Також тип реагування на стресогенні події та використання опанувальної поведінки залежить від внутрішніх настанов особистості, її вікового годинника.

Віковий годинник - внутрішній часовий графік життя особистості, за яким вона визначає відповідність своїх життєвих подій ключовим соціальним подіям періоду дорослості

Віковий годинник слугує дорослому свого роду розкладом життя, звірення з яким визначає, наскільки повільно чи швидко особистість рухається вперед співвідносно з соціальними подіями.

Так, народження дитини в 30 років сприймається жінкою та її оточенням зовсім по іншому, ніж аналогічна подія у 20-річної мами. Одні чоловіки після 40 років вже задумуються про перспективи пенсії, інші - починають здобувати другу освіту та планувати кар'єру, відчуваючи при цьому більшу напруженість. Відставання від соціальної "норми" чи її випередження викликає ускладнену адаптацію особистості до життєвих подій. На оцінку дорослими ходу свого розвитку впливають очікування суспільства. Останнім часом ці очікування змінилися, стали більш лояльними щодо вікових норм тих чи інших традиційних подій дорослого життя. Смертність в цьому періоді дорослості є найнижчою, в основному через трагічні випадки, а сексуальність найвищою. Відповідно, найвищий рівень сексуальності провокує сексуальну поведінку й інтенсивне інтимне

спілкування з протилежною статтю. Даний вік є сприятливим для народження жінками дітей.

Для людей цього віку характерна висока адаптивність організму та психіки, що допомагає у подоланні стресів, та хороші відновлювальні можливості, які забезпечують високу працездатність людини. Однак образ життя, який властивий людині раннього дорослого віку, визначає стан її здоров'я та інтенсивність старіння в середній та пізній дорослості.

Для вдалого подолання кризових переживань людина повинна виробити емоційну гнучкість, здатність до емоційної віддачі по відношенню до підростаючим дітям і старіючим батькам.

Дозвіл підкризи середніх років — перегляд життєвих цілей в бік більшої стриманості і реалістичності, усвідомлення обмеженості часу життя, корекція умов життя, вироблення нового способу Я, надання все більшого значення подружжю, друзям, дітям, сприйняття свого положення як цілком прийняттого, що призводить до періоду нової стабільності.

Невирішеність кризових переживань, відмова від активності поновлення повертає криза з новою силою до 50 років. Безперервна освіта — це один із способів успішного розв'язання кризи. Ближче до 60 років відбувається зміна всієї мотивації в зв'язку з підготовкою до пенсійного періоду життя.

1.3 Фактори та форми адиктивної поведінки

Ряд особливостей головних громадських інститутів сприяє формуванню адикцій. Розглянемо їх докладніше.

Сім'я. Дисфункціональна сім'я — один із визначальних факторів у появі девіантної поведінки. До них відносяться сім'ї, в яких один із членів страждає на хімічну залежність, а також сім'ї емоційно-репресивного типу, в яких є подібний тип відносин.

Для цієї групи сімей характерні подвійні стандарти у спілкуванні, заперечення явних проблем, культивування ілюзій, відсутність допомоги з боку батьків, внаслідок чого дитина звикає брехати та недомовляти, стає підозрілою та злою.

Діти в таких сім'ях відчувають сильний дефіцит позитивних емоцій, батьківської підтримки та участі. Поводження з дитиною часто жорстоке, сімейні ролі стійкі, батьки авторитарні, спілкування супроводжується частими конфліктами. Відсутні певні межі особистостей, особистий простір. Дисфункціональні сім'ї дуже закриті, інформація про внутрішні проблеми приховується, при цьому всередині сім'ї повністю відсутня певність, не виконуються обіцянки. Можливі випадки сексуального насильства. Діти у таких сім'ях змушені рано дорослішати.

Система освіти. Шкільна система заохочує безперервну напружену роботу з навчання, повністю ігноруючи міжособистісні стосунки. В результаті у дітей не залишається вільного часу для самопізнання, спілкування, що призводить до відсутності досвіду реальних життєвих ситуацій, вміння жити зараз. Дитина боїться труднощів і всіма силами уникає їх. Зберігаючи після закінчення школи звичні моделі уникнення труднощів, діти, які добре навчалися в школі, часто набувають важкої девіантної поведінки. Адиктивне реагування особливо легко розвивається в учнів шкіл для обдарованих дітей, яких крім школи записують на додаткові заняття та гуртки. У них відсутня будь-яка можливість ініціативи, через що при зіткненні з реальним життям вони реагують почуттям страху та паніки замість мобілізації та пошуку виграшних стратегій. Окрім знань шкільне навчання прищеплює застарілі, негнучкі переконання, погляди, способи реагування, непридатні для життя.

Також важливою є особистість вчителя, які в сьогоденних умовах не завжди є гідним прикладом, особливо через професійну деформацію.

Релігія. З одного боку, релігія допомогла врятуватися, позбутися залежностей і дала сенс життя багатьом людям. З іншого боку, релігія сама

по собі може стати сильним адиктивним агентом. Людина може помітити поступового залучення до секти, деструктивну стосовно життя її членів. Навіть традиційне християнство частково сприяє формуванню адиктивної поведінки – ідеї смирення, терпіння, прийняття близькі до співзалежних осіб та адиктів відносин.

Класифікація видів адиктивності – завдання непросте, оскільки людина може набувати залежності від різних речовин, продуктів, розваг та інших занять. Найбільш вивченими у психології є такі види адикцій:

Залежність психоактивних речовин. Сюди входять усі види наркоманій, алкоголізм та залежність від медикаментів.

Ігроманія. Це патологічна пристрасть до комп'ютерних ігор (найчастіше розрахованих на багато користувачів), при якому в людини присутні всі ознаки адикції, включаючи стан абстиненції (ломки) при утриманні від ігор.

Лудоманія. Це залежність від азартних ігор, яку часто ототожнюють із грамонією. Але насправді лудоманія представляє дещо іншу форму адикції. Людині здається, що з кожним днем вона все ближче до своєї мети – великого виграшу, і всі його думки зайняті лише цим.

Харчова залежність. Комусь це може здатися смішним, але це небезпечний розлад харчової поведінки, який у довгостроковій перспективі призводить до серйозних проблем зі здоров'ям. Харчова залежність проявляється в тому, що людина відчуває потребу в їжі, навіть коли зовсім не голодна.

Трудоголізм. Деякі люди віддають роботі всі свої сили та час. Зазвичай вони відчувають задоволення, їм здається, що робота – це їхнє улюблене заняття, яке замінює їм навіть відпочинок. Але рано чи пізно у них настає емоційне вигорання – стан, після якого дуже важко повернутись до нормального життя.

Патологічна захопленість. Багато видів діяльності за певного збігу обставин можуть викликати залежність. Це може бути будь-що: релігійна

діяльність та сектантство, спілкування в інтернеті, захоплення новими методиками схуднення та оздоровлення, надмірні заняття спортом, перегляд серіалів та інше.

Сексуальна залежність. Звісно, потреба у регулярному сексі є цілком природною. Але якщо у людини розвивається залежність від сексу, у неї спостерігаються усі небажані ознаки адикції. Він стає дратівливим і тривожним, втрачає інтерес до інших сфер життя. Нормальний секс перестає задовольняти його, і він постійно відчуває потребу сильніших і незвичайних сексуальних переживаннях.

Усі види адикцій можна розділити на дві групи:

- хімічні (залежність від конкретних речовин);
- поведінкові (залежність від дій).

До хімічних адикцій належить лише перший пункт із розглянутого вище списку. Це залежності, що мають на увазі надходження ззовні цілком конкретної речовини (нікотину, етилового спирту). Поведінкові адикції мають психологічну чи психофізіологічну природу пов'язані з повторенням нав'язливих дій, які заспокоюють чи дають відчуття задоволення.

Традиційно в адиктивну поведінку включають: алкоголізм, наркоманію, токсикоманію, тютюнопаління, тобто хімічна адикція, і нехімічна адикція - комп'ютерна адикція, азартні ігри, любовні адикції, сексуальні адикції, роботоголізм, адикції кеде (переїдання, голодування).

Алкоголізм - хронічна психічна хвороба, що розвивається внаслідок тривалого зловживання спиртними напоями. Така хвороба сама по собі - розлад не психічний, але при ній можуть виникнути психози. Алкогольне сп'яніння може бути провокатором ендогенних психозів. На останній стадії цієї хвороби розвивається деменція (недоумство).

Наркоманія - хворобливий стан, що характеризується явищами психічної та фізичної залежності, нагальною потребою у повторному багаторазовому вживанні психоактивних засобів, що набуває форми непереборного потягу. У міжнародній класифікації хвороб (МКХ-10)

наркоманія - це «психічні та поведінкові розлади внаслідок вживання психоактивних речовин». Сильну психічну залежність здатні викликати всі наркотики, але фізична залежність до одних буває виражена (препарати опію), до інших залишається неясною, сумнівною (марихуана), щодо третіх взагалі відсутня (кокаїн).

Токсикоманія - захворювання, що виявляється психічною, а іноді фізичною залежністю від речовини, не включеної до офіційного списку наркотиків. Психоактивні токсичні речовини мають ті ж властивості, що і наркотик (викликають привабливий психічний стан і залежність).

Алкоголізм, наркоманія та токсикоманія викликають залежність. Залежність, за визначенням ВООЗ (1965), є стан періодичної або хронічної інтоксикації, що викликається повторним вживанням природної або синтетичної речовини. Залежність поділяється на психічну та фізичну.

Психічна залежність характеризується бажанням, що опановує, або непереборним потягом до вживання психоактивної речовини, тенденцією до збільшення його дози для досягнення бажаного ефекту, неприйняття речовини викликає психічний дискомфорт і тривогу.

Фізична залежність — стан, коли вживана речовина стає завжди необхідним підтримки нормального функціонування організму і входить у схему його життєзабезпечення. Позбавлення цієї речовини породжує синдром відібрання (абстинентний синдром), що заявляє про себе соматичними, неврологічними та психічними розладами.

Основними причинами поширення та вживання алкогольних, наркотичних та інших психоактивних токсичних речовин є соціально-економічні умови, що склалися, доведення до вкрай низького стану життєвого рівня переважної частини населення. Все це породжує невпевненість у завтрашньому дні, значне зростання злочинності, знецінення людського життя та ін.

Серед найбільш узагальнених класифікацій, на наш погляд, є класифікація нехімічних адикцій, представлена О.Єгоровим [1, с. 22-23]. До

них автор відносить: 1) патологічний потяг до азартних ігор (гемблінг); 2) еротичні адикції (любовні, сексуальні); 3) «соціально прийнятні адикції» (трудоголізм, спортивні адикції, адикції відносин, адикція витрати грошей, релігійна адикція); 4) технологічні адикції (інтернет-адикції, адикції мобільних телефонів, телевізійна адикція, гаджет-адикція); 5) харчові адикції (адикція переїдання, адикція голодування).

РОЗДІЛ 2 ХАРАКТЕРИСТИКА ВІБИРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Характеристика вибірки

У дослідженні прийняло участь 60 осіб. Усі учасники дослідження на момент дослідження перебували на території України. Групи ділили за статевою приналежністю.

Першу досліджувану групу склало 30 жінок. Усі жінки мають ранній дорослий вік. Середній вік у цій групі 22 років.

Другу досліджувану групу склало 30 чоловіків. Усі чоловіки мають ранній дорослий вік. Середній вік у цій групі 23 років.

В нашій роботі ми визначаємо період ранньої дорослості за Е. Еріксоном (20-25 років).

Усе дослідження проводилось у онлайн форматі. За допомогою розповсюдження гугл-форм у соціальних сітях зібрали повну вибірку.

До гугл-форм було включено:

- анкета, у якій респонденти мали вказати стать, вік, пошта (якщо їм важливі результати опитування);
- 16 факторний опитувальник Кеттела;
- Методика схильності до 13 видів залежності (Лозова Г. В.);
- Копінг-тест Лазарус Р.;
- ІТО (Індивідуально типологічний опитувальник) Собчик Л. Н.

2.2 Характеристика методів дослідження

Враховуючи, що тема дослідження стосується питань: поведінкових особливостей людини, зокрема, фінансової зацікавленості, залежної поведінки та подолання труднощів, тому використовуються методики та тести, які дозволяють виявити дані особливості та фактори, перевести їх у

зручну для порівняння форму та застосувати до них необхідні математичні критерії отримання повної картини їх взаємозв'язку.

Методика діагностики схильності до 13 видів залежностей, Лозова Г. В. Методика розроблена Лозовою Г.В. спільно із СПб ДАФК ім. П.Ф. Лесгафт 2003 року. Лозова Г.В. являється доцентом і кандидатом психологічних наук, яка займається вивченням поведінки, що відхиляється, і особливо адиктивного. Методика складається з 70 питань, які містять у собі 14 шкал, із яких 13 шкал за різними видами адикцій та 1 шкала за загальною схильністю до адикцій, що дозволяють оцінити схильність людини до тих чи інших залежностей (додаток А).

Обробка даних «Методика діагностики схильності до 13 видів залежностей, Лозова Г.В.» - підрахунок балів за 14 шкалами (включаючи 13 видів адикцій та загальну адикцію); - розшифровка умовних норм (5-11 балів – низька; 12-18 – середня; 19-25 – високий ступінь схильності до залежностей); - інтерпретація з різних видів залежної поведінки.

16-факторний особистісний опитувальник, Кеттелл Р.Б. (Форма А). Як методику, що дозволяє виявити індивідуальні риси людини їх зіставлення коїться з іншими аналізованими критеріями. Даною методикою у дослідженні є тест Р.Б. Кеттелла (16 PF - опитувальник) з 187-ма питаннями, що включають 16 первинних і 4 вторинні шкали (додаток Б). Результати по всіх шкалах даного тесту, отримані після проходження випробуваними даної методики, включаються в порівняння їх зі шкалами інших тестів для виявлення зв'язків особистісних рис та інших особливостей, що розглядаються нами.

Обробка даних "Методики 16-факторного опитувальника Кеттелла Р.Б." - Підрахунок сирих балів за шкалами; - переведення сирих балів у стіни 16 первинних факторів та 4 вторинних фактори; - інтерпретація за кожною шкалою

Копінг-тест Лазарус Р. Методика є першою в галузі вимірювання копіngu, розроблена Лазурусом Р. 1988 року. Опитувальник з 50-ма

твердженнями щодо поведінки у важкій ситуації, включає 8 шкал (додаток В).

Обробка даних "Копінг-тест Лазарус Р."

- Підрахунок балів за кожною субшкалою;
- розшифрування умовних показників (0-6 балів – низький, 7-12 – середній, 13-18 – високий рівень напруженості копінгу, свідчить про виражену дезадаптацію)
- інтерпретація по субшкалах

ІТО (Індивідуально типологічний опитувальник) Собчик Л.М.

Методика взята з метою розкрити риси особистості, які не є патологією, але за певних важких умов можуть розвиватися у позитивному та негативному напрямку. Даний тест також дозволяє виділити критерії тривожності для їх зіставлення з іншими критеріями, отриманими в рамках застосування батареї тестів. Опитувальник містить 91-е твердження, що включає 10 факторних шкал, що дозволяють визначити властивості особистості (додаток D).

Обробка даних «ІТО (Індивідуально типологічний опитувальник) Собчик Л.М.»

- Підрахунок балів за шкалами;
- розшифровка умовних показників (0-1 бал – скритність під час обстеження чи непорозуміння інструкції, 3-4 бали – нормативний показник, 5-7 балів – помірна вираженість, 8-9 – надмірна вираженість);
- інтерпретація за показниками Щоб виключити фактори відволікання та підвищити точність отриманих результатів, піддослідним пропонувалося заповнити методики у зручній для них обстановці. Випробувані серйозно поставилися до заповнення тестів, у багатьох це викликало велику цікавість. У ході дослідження були помічені природні ознаки і наслідки втому через великий обсяг тестів, проте це не мало скільки істотного впливу на якість заповнення. Всі піддослідні отримали зворотний зв'язок у відсотковому співвідношенні певного виду залежності та зворотний у закодованому вигляді з описом шкал кожної методики.

РОЗДІЛ 3 АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРИТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ІМПЕРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

3.1 Особистісні особливості осіб раннього дорослого віку

Для дослідження особистості досліджуваних ми використали 16 факторний опитувальник Кеттела.

За усередненими показниками шкал цієї методики побудували графік з результатами обох груп.

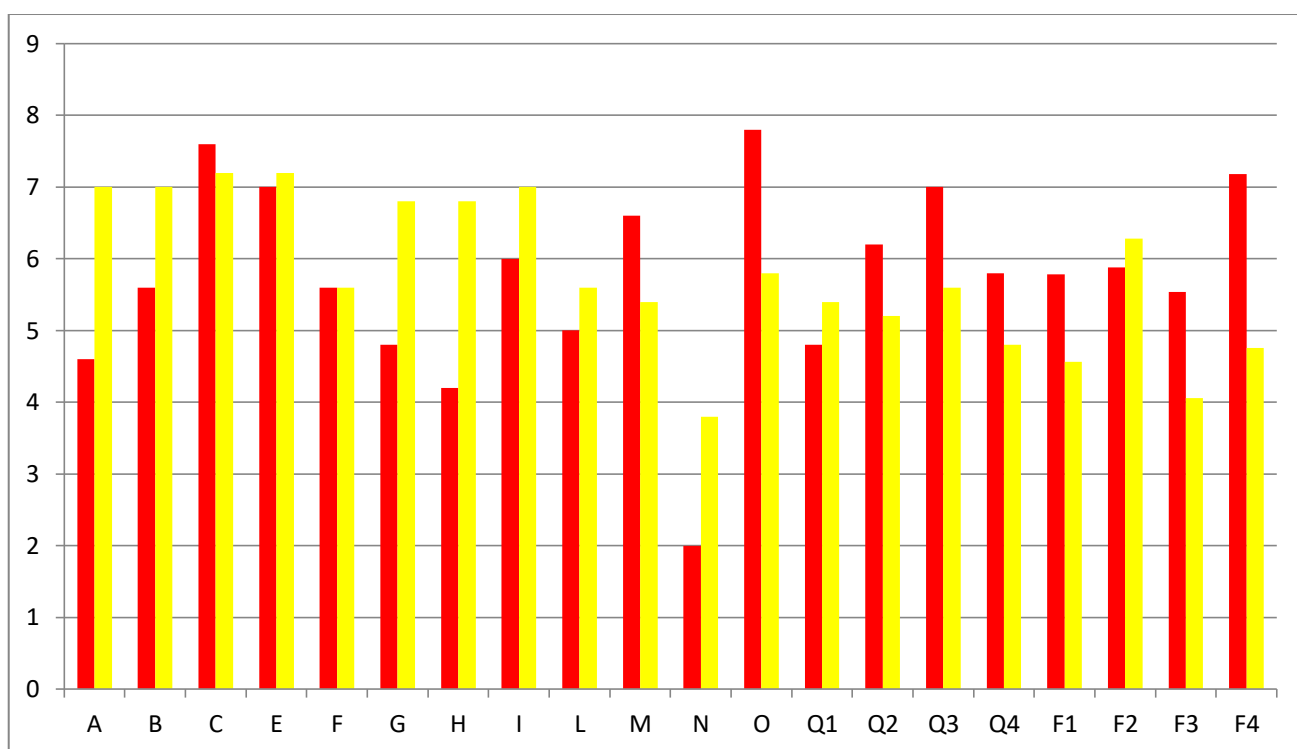


Рис. 3.1 Усереднені показники за шкалами у групах жінок (група №1) та чоловіків (група №2): ■ - група №1, ■ - група №2, А – замкнутість/товариськість, В - конкретне мислення/абстрактне мислення, С - емоційна нестабільність/емоційна стабільність, Е - підпорядкованість/домінантність, F - стриманість/експресивність, G - низька нормативність поведінки/висока нормативність поведінки, Н - робіть/смільивість, І - реалізм/чутливість, L - підозрілість/мрійливість, М – практичність/мрійливість, N - прямолінійність (наївність)/проникливість (штучність), О - спокій/тривожність, Q1 – консерватизм/радикалізм, Q2 - конформізм (залежність від групи)/нонконформізм (самостійність), Q3 - низький самоконтроль/високий самоконтроль, Q4 -

розслабленість/емоційна напруженість, F1 – тривожність, F2 – інтроверсія/екстраверсія, F3 – чуттєвість/рівноваженість, F4 – конформність/незалежність

За результатами наведеними на Рис. 3.1 бачимо, що найбільший показник група жінок (група №1) має за фактором О (спокій/тривожність), що говорить про невпевненість у собі, схильність до депресії, надчутливість до думки оточуючих, почуття провини, незадоволення собою; найменший показник за фактором N (прямолинійність (наївність)/проникливість (штучність)), що вказує на відвертість досліджуваних, простоту, наївність, емоційність, природність. У групи чоловіків (група №2) найвищий показник за факторами С (емоційна нестабільність/емоційна стабільність) та Е (підпорядкованість/домінантність), що говорить про емоційну стійкість та зрілість, працьовитість, гарну витримку у досліджуваних, самостійність, незалежність, конфліктність, наполегливість; найменший показник має фактор N (прямолинійність (наївність)/проникливість (штучність)), що вказує на відвертість досліджуваних, простоту, наївність, емоційність, природність.

За допомогою 16 факторного опитувальника Кеттела та U-критерію Манна-Уїтні було виявлено розбіжності у показниках емоцій між двома групами. Результати відображені на таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Розбіжності в показниках особистісних особливостей між групами жінок (група №1) та чоловіків (група №2)

Фактори	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U-критерій	Рівень значущості ($p \leq$)
А (замкнутість / товаришність)	138	215	720	0,0001
В (конкретне мислення / абстрактне мислення)	168	220	727	0,0001

Продовження таблиці 3.1

C (емоційна нестабільність /емоційна стабільність)	228	213	378	0,276
E (підпорядкованість /домінантність)	210	218	486	0,585
F (стриманість /експресивність)	170	170	450	1
G (низька нормативність поведінки/висока нормативність поведінки)	144	207	774	0,0001
H (робіть/сміливість)	126	211	900	0,0001
I (реалізм/чутливість)	180	224	630	0,006
L (підозрілість/мрійливість)	150	168	612	0,012
M (практичність /мрійливість)	198	164	288	0,014
N (прямолінійність (наївність)/проникливість (штучність))	60	113	774	0,0001
O (спокій/тривожність)	234	179	360	0,001
Q1 (консерватизм /радикалізм)	144	165	648	0,001
Q2 (конформізм (залежність від групи)/нонконформізм (самостійність))	186	153	360	0,175
Q3 (низький самоконтроль /високий самоконтроль)	149	165	270	0,107
Q4 (розслабленість/емоційна напруженість)	174	148	288	0,014
F1 (тривожність)	173,4	136,8	198	0,0001

Продовження таблиці 3.1

F2 (інтроверсія /екстраверсія)	176,4	188,4	540	0,181
F3(чуттєвість /врівноваженість)	166,2	121,8	127	0,0001
F4 (конформність /незалежність)	215,4	142,8	180	0,0001

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.1 видно, що досліджувані жінки мають значно менший статистично значущий рівень виразності більшості шкал особистісних властивостей.

Досліджувані чоловіки на відміну від першої групи мають вищий рівень виразності такого показника шкали методики, як А (замкнутість / товарицькість) ($U=720$, $p<0,0001$), В (конкретне мислення /абстрактне мислення) ($U=727$, $p<0,0001$), G (низька нормативність поведінки/висока нормативність поведінки) ($U=774$, $p<0,0001$), Н (робіть/сміливість) ($U=900$, $p<0,0001$), І (реалізм/чутливість) ($U=630$, $p<0,006$), L (підозрілість /мрійливість) ($U=612$, $p<0,012$), N (прямолінійність (наївність)/проникливість (штучність)) ($U=774$, $p<0,0001$), Q1 (консерватизм /радикалізм) ($U=648$, $p<0,001$)

Досліджувані жінки на відміну від другої групи мають вищий рівень виразності такого показника шкали методики, як М (практичність /мрійливість) ($U=288$, $p<0,014$), О (спокій/тривожність) ($U=360$, $p<0,001$), Q4 (розслабленість/емоційна напруженість) ($U=288$, $p<0,014$), F1 (тривожність) ($U=198$, $p<0,0001$), F3(чуттєвість /врівноваженість) ($U=127$, $p<0,0001$), F4 (конформність /незалежність) ($U=180$, $p<0,0001$).

Для групи чоловіків більш властиві, ніж для жінок, такі якості особистості, як: товарицькість, відкритість, природність, готовність до спільної роботи, активність усунення конфліктів у групі, розвинене

абстрактне мислення, оперативність, кмітливість, швидке навчання, сумлінність, відповідальність, стабільність, врівноваженість, наполегливість, схильність до моралізації, розумність, сумлінність. ділова спрямованість, чутливість, художнє сприйняття світу, артистичність, схильність до емпатії, співчуття, співпереживання та розуміння інших людей, егоцентричність, схильність до ревнощів, дратівливість, самостійність та незалежність у соціальній поведінці, вишуканість, вміння поводитися в суспільстві, спілкування дипломатичність, емоційна витриманість, проникливість, обережність, хитрість, естетична витонченість, іноді ненадійність, вільнодумство, експериментаторство, наявність інтелектуальних інтересів.

Для групи жінок більш властиві, ніж для чоловіків, такі якості особистості, як: багата уява, вміння оперувати абстрактними поняттями, орієнтованість на власний внутрішній світ, мрійливість, чуттєвість, схильність до депресій та самозвинувачення, чутливість до думки оточуючих, почуття провини та невдоволення собою, невпевненість у собі, енергійність, фрустрованість, роздратованість, підвищена мотивація до дії, незалежність, різкість, значна ініціативність.

Для дослідження властивостей особистості досліджуваних обох груп використали ІТО (Індивідуально типологічний опитувальник) Собчик Л. Н. За усередненими показниками шкал побудували графік.

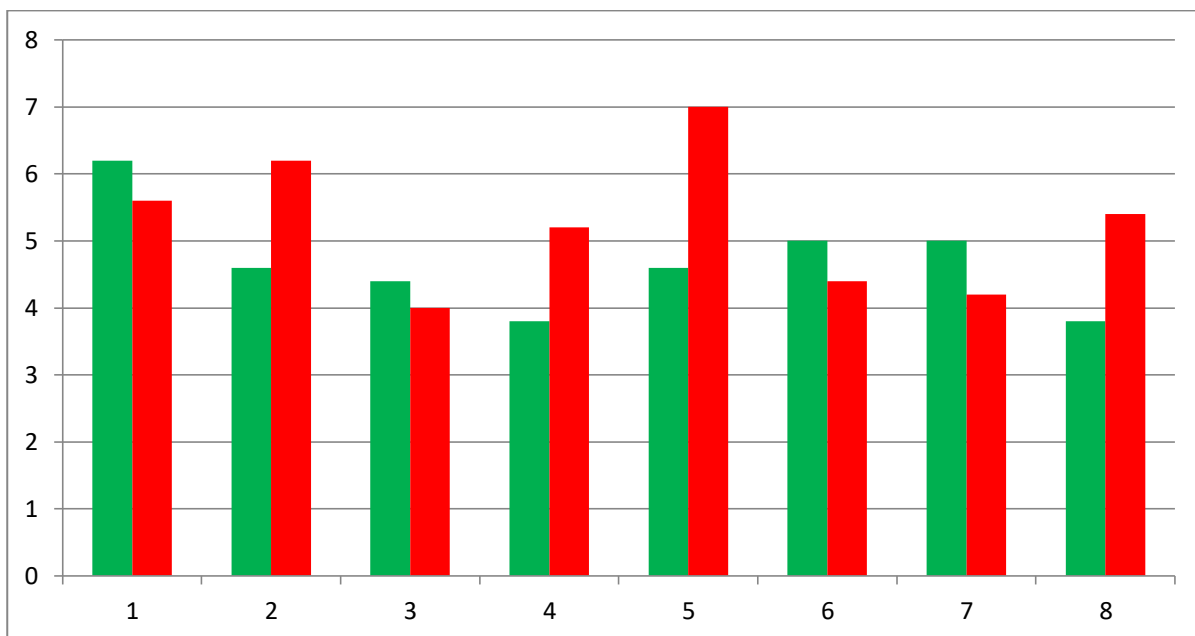


Рис. 3.2 Усереднені показники за шкалами у групах жінок (група №1) та чоловіків (група №2): ■ - група №1, ■ - група №2, 1 – екстраверсія, 2 – спонтанність, 3 – агресивність, 4 – ригідність, 5 – інтроверсія, 6 – сенситивність, 7 – тривожність, 8 – лабільність

За Рис. 3.3 бачимо, що найбільший показник у групі жінок (група №1) має шкала «екстраверсія», що вказує на товарицькість досліджуваних, іноді надмірній; найменший показний мають шкали «ригідність» та «лабільність», що говорить про стабільний емоційний стан без різких перепадів настрою, стабільні відносини з оточуючими і т.д. Група чоловіків (група №2) має високий показник за шкалою «спонтанність», що вказує на розкату поведінку та прагнення до лідерства; найменший показник за шкалою «агресивність», що вказує на впевнену тенденцію до самоствердження та активної самореалізації, прагнення відстоювати свої інтереси.

За допомогою ІТО (Індивідуально типологічний опитувальник) Собчик Л. Н. та U-критерію Манна-Уїтні було виявлено розбіжності у показниках емоцій між двома групами. Результати відображені на таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

Розбіжності в показниках особистісних тенденцій між групами жінок (група №1) та чоловіків (група №2)

Шкали	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U- критерій	Рівень значу- щості ($p \leq$)
Екстраверсія	186	168	342	0,099
Спонтанність	138	186	720	0,0001
Агресивність	132	120	378	0,263
Ригідність	114	156	720	0,0001
Інтроверсія	138	210	810	0,001
Сенситивність	150	132	396	0,414
Тривожність	159	126	378	0,277
Лабільність	114	162	846	0,0001

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.3 видно, що жінки мають значно менший статистично значущий рівень виразності за показниками половини шкал цієї методики.

Досліджувані чоловіки на відміну від першої групи мають вищий рівень виразності такого показника властивостей особистості, як спонтанність ($U=720$, $p<0,0001$), ригідність ($U=720$, $p<0,0001$), інтроверсія ($U=810$, $p<0,001$) та лабільність ($U=846$, $p<0,0001$).

Для більшості досліджуваних чоловік більш властиві, ніж жінкам, такі якості особистості: схильність до приховання власних емоцій та переживань від оточуючих, замкнутість, аутичність, при цьому нормальна самооцінка та розкута поведінка, прагнення до лідерської позиції, вміння відстояти власну думку та вислухати точки зору інших.

3.2 Копінг-стратегії осіб раннього дорослого віку

Для дослідження копінг-стратегій, якими користуються чоловіки та жінки раннього дорослого віку для вирішення проблеми, використали таку методику як Копінг-тест Лазарус Р. За усередненими показниками шкал у двох досліджуваних групах побудували графік.

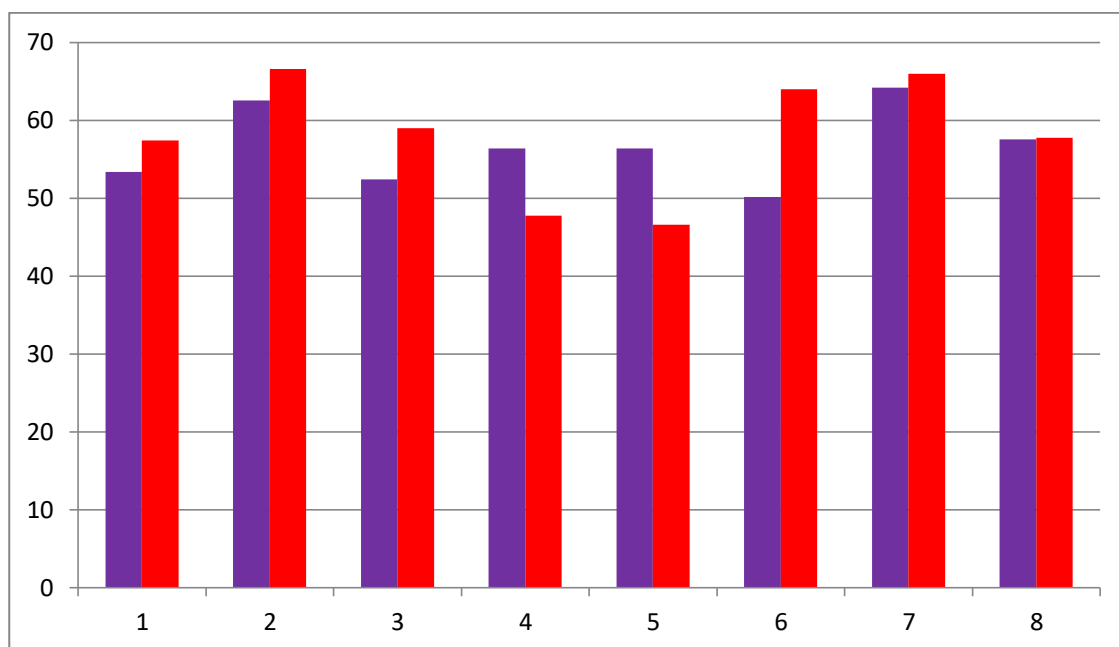


Рис. 3.3 Усереднені показники за шкалами у групах жінок (група №1) та чоловіків (група №2): ■ - група №1, ■ - група №2, 1 – конфронтація, 2 – дистанціювання, 3 – самоконтроль, 4 – пошук соціальної підтримки, 5 – прийняття відповідальності, 6 – втеча-уникнення, 7 – планування рішення, 8 – позитивна переоцінка

За даними Рис. 3.2 можемо зробити висновок, що для групи жінок (група №1) найбільший показник має шкала «планування рішення», що вказує на вміння планувати свою діяльність, правильно визначати пріоритети при вирішенні проблеми; найменший показник за шкалою «втеча-уникнення», що говорить про те, що досліджувані даної групи не уникають вирішення проблеми, не втікають від емоційних переживань. У групі чоловіків (група №2) найбільший показник за шкалою «дистанціювання», що говорить про те, що досліджувані цієї групи під час вирішення проблеми

зменшують її значимість для себе, для більш швидкого вирішення; найменший показник має шкала «прийняття відповідальності», що говорить про уникнення прийняття відповідальності за свої вчинки, усвідомлення їх наслідків, критичного ставлення до себе та своєї діяльності.

За допомогою шкали диференціальних емоцій К. Ізарда та U-критерію Манна-Уїтні було виявлено розбіжності у показниках емоцій між двома групами. Результати відображені на таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Розбіжності в показниках копінг-стратегій між групами жінок (група №1) та чоловіків (група №2)

Шкали	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U- критерій	Рівень значу- щості ($p \leq$)
Конфронтація	1602	1722	738	0,0001
Дистанціювання	1878	1998	576	0,060
Самоконтроль	1572	1770	702	0,0001
Пошук соціальної підтримки	1692	1434	90	0,0001
Прийняття відповідальності	1685	1398	288	0,015
Втеча-уникання	1506	1920	612	0,016
Планування рішення	1926	1980	540	0,179
Позитивна переоцінка	1728	1734	558	0,104

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.2 видно, що досліджувані жінки мають значно менший статистично значущий рівень виразності копінг-стратегій.

Досліджувані чоловіки на відміну від першої групи мають вищий рівень виразності такого показника копінг-стратегій, як конфронтація

($U=738$, $p<0,0001$), самоконтроль ($U=702$, $p<0,0001$) та втеча-уникання ($U=612$, $p<0,016$).

Досліджувані жінки на відміну від другої групи мають вищий рівень виразності такого показника копінг-стратегій, як пошук соціальної підтримки ($U=90$, $p<0,0001$), прийняття відповідальності ($U=288$, $p<0,015$).

Для більшості досліджуваних чоловіків під час вирішення проблемної ситуації більш властиві, ніж жінкам, такі дії: втілення конкретних дій, які спрямовані на зміну ситуації або реагування негативних емоцій на труднощі, які виникли (властиві такі якості: імпульсивність, ворожість, енергійність, невинуватість наполегливість); цілеспрямоване стримання власних емоцій та переживань, прагнення до самоконтролю, приховання від оточуючих власних переживань стосовно реальної ситуації; фантазування, заперечення проблеми, невинуваті очікування, відволікання (властиві якості: пасивність, нетерпіння, спалахи роздратування, переїдання, занурення у фантазії, вживання алкоголю і т.д.).

Для більшості досліджуваних жінок під час вирішення проблемної ситуації більш властиві, ніж чоловікам, такі дії: вирішення проблеми за рахунок заохочення зовнішніх (соціальних) ресурсів, пошук інформаційної, емоційної та діючої підтримки, очікування уваги, співчуття, поради; приймати відповідальність за рішення, яке було прийнято, самокритичність, самозвинувачення, готовність аналізувати власні вчинки та наслідки, пошук актуальних труднощів, переживання почуття провини та незадоволеності собою.

3.3 Схильність до різних видів адиктивної поведінки у осіб раннього дорослого віку

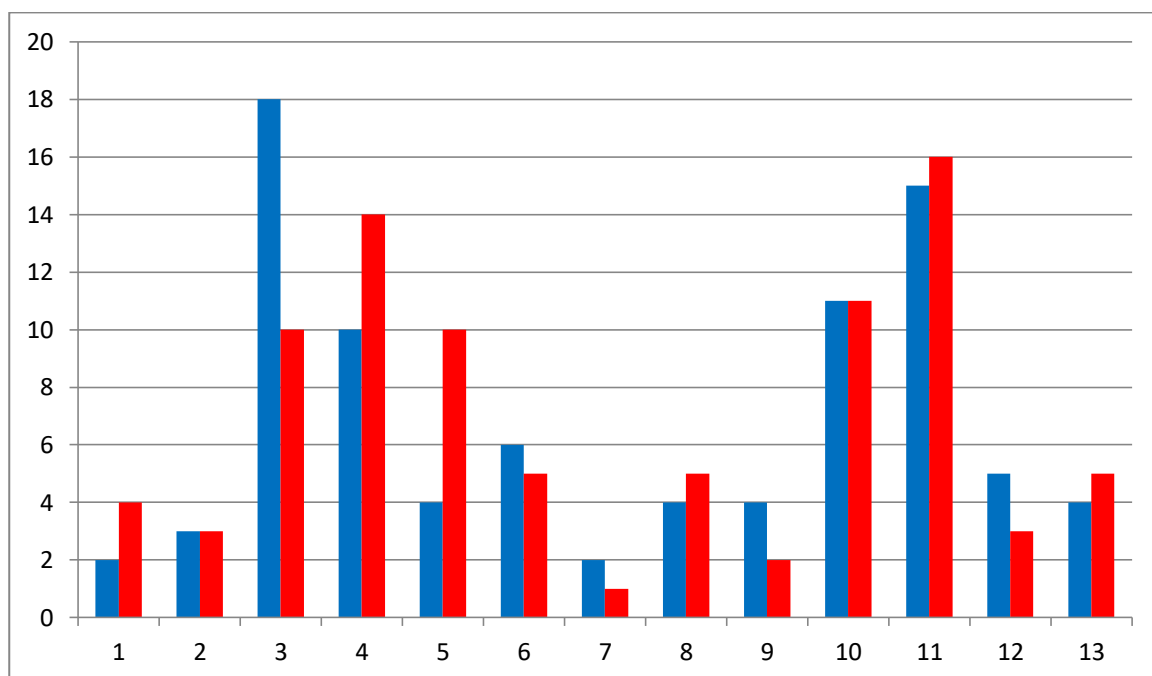


Рис. 3.4 Усереднені показники видів залежності у групах жінок (група №1) та чоловіків (група №2): ■ - група №1, ■ - група №2, 1 – залежність від алкоголю, 2 - телевізійна залежність, 3 – любовна залежність, 4 – ігрова залежність, 5 – залежність від міжстатевих відносин, 6 – харчова залежність, 7 – релігійна залежність, 8 – трудова залежність, 9 – лікарська залежність, 10 – залежність від комп'ютера, 11 – залежність від куріння, 12 – залежність від здорового способу життя, 13 – наркотична залежність

За результатами зображеними на Рис. 3.4 можна зробити висновок, що у групі жінок (група №1) з середнім рівнем виявлено такі види залежності: любовна залежність та залежність від куріння, а у групі чоловіків – ігрова залежність та залежність від куріння. Слід зазначити, що з високим рівнем залежності були виявлені лише жінки у невеликій кількості (5 жінок, любовна залежність).

За допомогою шкали диференціальних емоцій К. Ізарда та U-критерію Манна-Уїтні було виявлено розбіжності у показниках емоцій між двома групами. Результати відображені на таблиці 3.4.

Таблиця 3.4

Розбіжності в показниках видів залежностей між групами жінок (група №1)
та чоловіків (група №2)

Види залежності	Сума рангів (група 1)	Сума рангів (група 2)	U- критері й	Рівень значу- щості ($p \leq$)
Алкогольна залежність	60	120	720	0,248
Телевізійна залежність	90	90	568	1
Любовна залежність	540	300	452	0,001
Ігрова залежність	300	420	497	0,015
Залежність від міжстатевих відносин	120	300	856	0,048
Харчова залежність	180	150	354	0,497
Релігійна залежність	60	30	297	0,132
Трудова залежність	120	150	168	0,485
Лікарська залежність	120	60	469	0,195
Залежність від комп'ютера	330	330	720	1
Залежність від куріння	450	480	456	0,249
Залежність від здорового способу життя	150	90	542	0,267
Наркотична залежність	120	150	601	0,316

Примітка: жирним шрифтом виділено значущі відмінності

З таблиці 3.4 видно, що досліджувані жінки мають значно менший статистично значущий рівень виразності показників за більшістю шкал.

Досліджувані чоловіки на відміну від першої групи мають вищий рівень виразності такого показника залежності, як ігрова залежність ($U=497$, $p<0,015$), залежність від міжстатевих відносин ($U=856$, $p<0,048$).

Досліджувані жінки на відміну від другої групи мають вищий рівень виразності такого показника залежності, як любовна залежність ($U=452$, $p<0,001$).

ВИСНОВКИ

1. З погляду психології, адиктивне поведінка – це метод «ухиляння від дійсності» з допомогою прийому психоактивних речовин чи виконання нав'язливих процесів, котрі займають все думки. Традиційно в адиктивну поведінку включають: алкоголізм, наркоманію, токсикоманію, тютюнопаління, тобто хімічна адикція, і нехімічна адикція - комп'ютерна адикція, азартні ігри, любовні адикції, сексуальні адикції, роботоголізм, адикції кеде (переїдання, голодування).

2. Дослідження особистісних якостей у групах жінок та чоловіків показав значну різницю між досліджуваними. Для чоловіків більш властиві такі якості як раціоналізм, незалежність, агресивність, приховання емоцій та переживань. Для жінок властиві такі особистісні якості як мрійливість, емоційність, чутливість до думки оточуючих, невпевненість у собі. Отож чоловіки мають більше незалежні та раціоналізовані якості, коли жінки більш слабкі та емоційні.

3. Дослідження копінг-стратегій під час вирішення проблеми у двох досліджуваних групах показав, що чоловіки вирішують проблему контролюючи емоції, а жінки заохочують оточуючих для вирішення та приймають повну відповідальність за свої вчинки. Через сильний контроль емоцій чоловіки можуть бути роздратованими та імпульсивними. Жінки можуть або надто покладатися на інших, або надто сильно брати на себе відповідальність, через що відчувають невдоволення собою та почуття провини.

4. Дослідження схильності до різних видів адиктивної поведінки показало, що жінки більш схильні до любовної залежності, а чоловіки до ігрової та залежності від статевих відносин, що говорить про більшу схильність жінок і до співзалежних відносин та спробу чоловіків приховати емоції. В обох групах була виявлена нікотинова залежність.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Березин С.В. Психология наркотической зависимости и созависимости: монография/ С.В. Березин. □ М.: МПА, 2001. – 191 с.
2. 10. Бодалев А. А. Акме-эффект личностного осуществления в процессе социализации и индивидуализации взрослого человека / А. А. Бодалев // Мир психологии. – 1998. – № 1. – С. 59–65.
3. Бодалев А.А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия движения /А.А.Бодальов. - М.: Флинта: Наука, 1998. - 165с.
4. Большой психологический словарь / под. ред.. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006 – 672 с.
5. Бородина Н. А. Психологическая причинность аддиктивного поведения личности: автореф. дис. . канд. психол. наук. Новосибирск, 2005. - С. 19-22.
6. Выготский Л.С. Психология. -М. 2000. -1008с.
7. 18. Возрастная психология: личность от молодости до старости: учеб. пособ. / М. В. Гамезо, В. С. Герасимова, Г. Г. Горелова, Л. М. Орлова. – М. : Ноосфера, 1999. – 269 с.
8. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы психологии зависимости от Интернета. // Психологический журнал. 2004, № 1. С. 90-100.
9. 22. Дзюба Т М. Психологія дорослості з основами геронтології : навч. посіб. / Т. М. Дзюба, О. Г. Коваленко; за ред. В. Ф. Моргуна. – К. : Слово, 2013. – 264 с.
10. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости / Алексей Юрьевич Егоров. – СПб. : Речь, 2007. – 190 с. С. 22-23.
11. Короленко Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития / Ц.П. Короленко // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. – 19991. - № 1. – С. 8 -15.

12. Короленко Ц., Дмитриева Н, Шпикс Т. Психология зависимости/ Ц. Короленко, Н. Дмитриева, Т. Шпикс. □ М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2007. – 188 с.
13. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Психосоциальная аддиктология. - Новосибирск: Издательство «Олсиб Кочарян А.С. Психологические модели зависимых расстройств / А. С. Кочарян, В.В. Коровицкая, М.Е. Жидко, И.А. Кочарян // Вісник Харківського національного університету. Серія психологія. – 2004. – № 617.- С. 92-96.
14. Кочарян А.С. Личность и половая роль./ Александр Суменович Кочарян. – Харьков: “Основа”, 1996.- 127 с.
15. 5. Крайг Г. Психология развития /Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2008. – 992с.
16. 31. Леонтьев А. Н. Избранные психологические произведения : в 2 т. / ред. В. В. Давыдов [и др.]. – М. : Педагогика, 1983. – Т.1. – 392 с. – Т.2 – 320 с.
17. Менделевич В.Д. Поведенческие расстройства или девиации поведения? // Психиатрия и психофармакотерапия. 2000, Т. 2, №6.
18. 9. Менделевич В.Д. Руководство по аддиктологии. СПб.: Речь, 2007.-768 с.
19. Николаева Е.И. Социальные, психологические и психофизиологические механизмы аддиктивного поведения / Е.И Николаева – Новосибирск, Редакционно – издательский центр НГУ, Новосибирск, 2002. – 21 с.
20. Поліщук О.М. Особливості особистісної зрілості в ранній дорослості / Поліщук О.М. – Науковий вісник Чернівецького університету: Збірник наукових праць – Вип 743. Педагогіка та психологія. – Чернівці: Чернівецький нац. у-т, 2015. – 310 с. – С.186-189.
21. Психологія особистості: Словник-довідник / За редакцією П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.

22. 11. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология: /А.А. Реан, Я.Л. Коломинский. – СПб.: Питер, 2007. – 480с.
23. 8. Ребер. А. Большой толковый психологический словарь. М: Вече/АСТ, 2003
24. Руководство по аддиктологии / Под ред. проф. В.Д. Менделевича. — СПб.: Речь, 2007. — 768 с.
25. Смирнов А.В. Психология аддиктивного поведения: монография/ А.В. Смирнов. – Екатеринбург: УрГПУ - 2014. – 266 с.
26. Соціально-психологічні особливості дорослої людини: інформаційнометодичні матеріали для слухачів і викладачів системи післядипломної освіти / автори-укладачі: О. І. Бондарчук, Т. В. Ткач, Н. В. Гордієнко, С. В. Казакова, А. С. Москальова О. О. Нежинська Н. І. Пінчук;; Ун-т менеджменту освіти НАПН України. – К., 2015 – 48 с.
27. Старшенбаум Г.В. Аддиктология. Психология и психотерапия зависимостей/ Г.В. Старшенбаум. □ М.: Издательский дом: Когито-Центр, 2006. – 367 с.
28. Усова Е.Б. Психология девиантного поведения учебно-методический комплекс/ Е. Б. Усова. - Минск: МИУ, 2010. – 180 с.
29. 65. Фрейджер Р. Личность. Теории, упражнения, эксперименты / Роберт Фрейджер, Джеймс Фейдимен ; пер. с англ. Е. Будаговой, М. Васильевой, В. Кучерявкина и др. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 704 с.
30. Фурманов И.А. Профилактика нарушений поведения в учреждениях образования / И.А.Фурманов, А.Н.Сизанов, В.А.Хриптович. – Минск : РИВШ, 2011. – С.124- 127.
31. Шнейдер Л. Б. Девиантное поведение детей и подростков/ Л.Б. Шнейдер. М.: Академический проект, 2007. – 336 с.
32. Янг Ш. Привычки на всю жизнь. Научный подход к формированию устойчивых привычек/ Шон Янг; пер. с англ. В. Горохова. – М.: МИФ, 2018. -272 с.

33. Carnes P.J. Gender differences in normal and sexually addicted population / P.J.Carnes, D. Nonemaker, N. Skilling // Am. J. Prev. Psychiatr. – Neurol / - 1991/ - Vol. 3/ - P. 16-23
34. Kjelsas El. Exercise dependence in physicallyactive woman / El. Kjelsas, L.B. Augestad, K.Gotestam // Eur. J. Psychiatry. – 2003. – Vol. 17. - N. 3. – P.145-155.
35. Miltenberg R. G. Direct and retropective assessment of factors contributing to compulsive buying / R. G. Miltenberg and etc.// Journal of Behavioral Therapy and Experimental Psychiatry. – 2003. – Vol.34. – N.1. – P.1-9.
36. Peabody S. Addiction to Love: overcoming obsession and dependency in relationship. Ten speed press / S. Peabody. – Berkeley : Celestial Arts. – 1989.

ДОДАТКИ

Додаток А

Многофакторный личностный опросник 16PF Кеттелла**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 нуждается 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.

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). $F1 = (38+2L+3O+4Q4) - 2(C+N+Q3)10$; $F1 = (38+2L+3O+4Q4) - 2(C+N+Q3)10$

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

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 вкусы
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 делает 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.

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 акцентированы, 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 – гипозэмотивность, 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.

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: $X = \text{сумма баллов} / \text{max балл} * 100$

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