

Хотілося б сказати ще декілька слів про методи, які ми використовуємо для досягнення цілей та задач виховного процесу. Перш за все це переконання. Суть його заключається у всебічному впливі на розум, почуття студентів з ціллю формування в них необхідних якостей. Це здійснюється за допомогою бесіди, дискусії, прикладів із дійсності та літератури. Наступний метод – це привчання, формування певних здібностей, звичок. Це досягається через систему вправ, завдань, які сприяють самоорганізації студентів. І ще один метод – це стимулювання, а саме схвалення та покарання. Схвалення особливо доцільним є з непевними, сором'язливими підлітками. Головний ефект від цього – виникнення гострого бажання відчувати це почуття знову. І це стимулює студентів виконувати певні завдання. Покарання корегує поведінку вихованця, змушує його задуматись над поведінкою, проступками. Покарання може бути різноманітним – крім негативної оцінки, це ще може бути зауваження, осуд, докір, усунення від колективу, іронічний жарт і т.д. В процесі виховання на заняттях з англійської мови ми намагаємося досягти наступних цілей:

- у формуванні у студентів поваги і інтересів до культури і народу країни, мова якої вивчається;
- у вихованні культури спілкування;
- в підтримці інтересу до вивчення і формування пізнавальної активності;
- у вихованні потреби в практичному використанні мови в різних сферах діяльності.

У контексті сучасного навчання пропонують кардинально змінити пріоритети цілей навчання, на перший план поряд з розвиваючої функцією слід висунути і виховну, які більшою мірою забезпечать становлення особистості, розкриття його індивідуальних здібностей, розвиток розумової активності. В нашу епоху постійного прогресу і змін у всіх сферах життєдіяльності людини ми повинні навчити студентів вчитися.

Патрікац Лілія Вікторівна

*Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука*

Науковий керівник: Юрченко Вікторія Миколаївна, доктор психологічних наук, професор,
Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ У НАРКОЗАЛЕЖНИХ

Стаття присвячена теоретичному аналізу особливостей прояву механізмів психологічного захисту у наркозалежних. У статті розглядаються механізми захисту, які представлені у роботах А. Фрейд, Ф. В. Басіна, Н. Мак-Уільямс та ін. З'ясовано, що механізми психологічного захисту – це система захисних психологічних бар'єрів, які захищають людину від інформації, що травмує. Проаналізовані особливості роботи механізмів психологічного захисту серед наркозалежних. Виявлено, що сформована в процесі наркотизації система психологічних захистів спотворює об'єктивну інформацію про наркотики, при цьому критичність хворих на наркоманію до свого захворювання різко знижується при загостренні патологічного потягу до психоактивної речовини.

Ключові слова: механізми психологічного захисту, наркозалежність, наркотики, хвороба.

Постановка проблеми. В умовах сьогодення ріст вживання психотропних речовин підлітками і молоддю постійно зростає та викликає тривогу серед громадськості. За останні десятиліття фахівцями нагромаджений досить значний досвід роботи з уже сформованими залежностями, коли вони настільки руйнівні діють на здоров'я й особистість людини, що вимагають глибокого втручання. У різних напрямках психотерапії та психології існують теоретичні розробки і спостереження щодо причин і механізмів виникнення та перебігу цієї хвороби. Одним із найперспективніших напрямків такої роботи, поряд із соціальними програмами, є психологічна робота з самими наркозалежними. Запорукою продуктивної роботи з хворими є своєчасне виявлення та пропрацювання механізмів психологічного захисту, що спотворюють об'єктивне бачення усіх аспектів хвороби самими залежними. Цей етап корекції наркозалежності є надзвичайно важливим, адже процес одужання починається з усвідомлення та прийняття усіх аспектів хвороби та її наслідків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемою класифікації механізмів психологічного захисту займались: Р. Плутчик, Р. Лазарус, В. Мельников, Є. Доценко, Л. Субботіна.

Такі дослідники як В. А. Ташликов, В. С. Ротгенберг, Ф. Е. Василюк, Е. І. Кіршбаум, та інші вважають психологічний захист однозначно непродуктивним, шкідливим засобом вирішення внутрішньо-зовнішнього конфлікту [3, с. 27].

Як форму девіантної поведінки наркозалежність розглядали такі зарубіжні вчені як Е. Дюркгейм (під девіантною поведінкою розумів таку, що не співпадає із суспільно прийнятими цінностями та нормам), Р. Мертон головною умовою відхилення вважав невідповідність між цілями та засобами їх досягнення [2, с. 8].

Формулювання мети статті. Розглянути теоретичні засади дослідження особливостей прояву механізмів психологічного захисту у наркозалежних.

Виклад основного матеріалу дослідження. Як відзначає український психолог Т. С. Яценко, основна функція психологічного захисту полягає в недопущення людиною до власної свідомості розуміння наявності в неї негативних рис характеру. З точки зору американського психолога Т. Шибутані, захищається в решті решт не біологічний організм, а особистість, яка охороняє себе від усвідомлення неприємних для власної гідності фактів [4, с. 56].

Кінцевою метою психологічного захисту є зниження рівня негативного емоційного напруження у структурі психіки суб'єкта спілкування. Але всі проблеми виникають як наслідок тих засобів, що використовувались для цього. А саме: засоби, що спрямовані на викривлення інформації, з тим, щоб суб'єкт зберіг у себе відчуття послідовності та логічності власної поведінки та позитивної оцінки його оточенням [4, с. 39]. Загальними наслідками подібного психологічного захисту є упередженість в оцінках, ігнорування нового досвіду, патологічне бажання нав'язати свою точку зору (як зазначає Т. Шибутані). При всіх цих симптомах людина переконана у своїй об'єктивності і неупередженості.

Ці психологічні механізми мають велике значення як для усвідомлення індивідом власної ідентичності і, так і для власної самоповаги - за умови порушення об'єктивності в оцінці. Це люди «із подвійною спрямованістю, що знаходяться у конфлікті із собою, в яких свідоме психічне життя та життя неусвідомлених афектів знаходиться в постійному протиріччі» [1, с. 27] – як пише Л. І. Божович. У людей наркозалежних механізми психологічного захисту мають ще більше значення і, відповідно, особливо виражені.

Національний інститут США з питань зловживання наркотиками (NIDA) визначив, що залежність – це складне, хронічне захворювання, що порушує функціонування головного мозку і поведінку людини [5, с. 1].

Залежність від психоактивних речовин (наркотиків) – це хронічне захворювання, що проявляється в непереборному бажанні вживати наркотичні речовини, незважаючи на негативні соціально-медичні наслідки.

Паралельно з розвитком хвороби відбувається збільшення спотворення дійсності. Це пов'язано зі збільшенням кількості ситуацій, від яких залежний хотів би втекти. Вся система мислення і сприйняття світу стає підпорядкована залежності [3, с. 72]. Ці спотворення унеможливають правильне функціонування психіки та організму в цілому. Відповідно у наркозалежних присутні не тільки механізми психологічного захисту, що й у здорових людей, а також і ті, які є адаптованими щодо даної хвороби.

1. Заперечення. «Ні, тільки не я. У мене немає проблем». Це механізм відкидання думок, почуттів, бажань, потреб або реальності, які є неприйнятними на свідомому рівні. Поведінка при цьому показує, що ніби проблеми не існує. Примітивний механізм заперечення в більшій мірі характерний для дітей (якщо заховати голову під ковдрою, то реальність перестане існувати). Дорослі часто використовують заперечення у випадках кризових ситуацій (невиліковна хвороба, наближення смерті, втрата близької людини тощо) [1, с. 27].

2. Витіснення. Це процес мимовільного усунення в несвідоме неприйнятних думок, мотивів чи почуттів.

3. Фрейд докладно описав захисний механізм мотивованого забування. Він відіграє істотну роль у формуванні симптомів; коли цього механізму для зменшення тривожності виявляється недостатньо, підключаються інші захисні механізми, що дозволяють витісненому матеріалу усвідомлюватися у викривленому вигляді [1, с. 39]. Найбільш широко відомі дві комбінації захисних механізмів: а) витіснення + зсув. Ця комбінація сприяє виникненню фобічних реакцій. Наприклад, нав'язливий страх матері, що маленька донька захворіє важкою хворобою, являє собою захист проти ворожості до дитини, що поєднує механізми витіснення і зміщення; б) витіснення + конверсія (соматична символізація). Ця комбінація утворює основу істеричних реакцій.

3. Регресія. За допомогою цього механізму здійснюється неусвідомлене сходження на більш ранній рівень пристосування, що дозволяє задовольняти бажання. Регресія може бути частковою, повною або символічною. Більшість емоційних проблем мають регресивні риси. У нормі регресія виявляється в іграх, в реакціях на неприємні події (наприклад, при народженні другої дитини малюк-первісток перестає користуватися туалетом, починає просити соску і т.п.), в ситуаціях підвищеної відповідальності, при захворюваннях (хворий вимагає підвищеної уваги та піклування). У патологічних формах регресія виявляється при психічних хворобах, особливо при шизофренії [4, с. 45].

4. Раціоналізація. «Коли мені вказують на моє пияцтво (вживання наркотиків), я можу обвести навколо пальця кого завгодно, наводячи аргументи на користь вживання». Це захисний механізм, що виправдовує думки, почуття, поведінку, які насправді є неприйнятними. Раціоналізація – найпоширеніший механізм психологічного захисту, тому що наша поведінка визначається безліччю факторів, і тому раціоналізуючи, ми пояснюємо її найбільш прийнятними для себе мотивами [1, с. 87]. Несвідомий механізм раціоналізації не слід

плутати з навмисною брехнею, обманом. Раціоналізація допомагає зберігати самоповагу, уникнути відповідальності та провини. У будь-якій раціоналізації є хоча б мінімальна кількість правди, проте в ній більше самообману, тому вона і небезпечна.

5. Інтелектуалізація. «Проблема зловживання алкоголем та наркотиками йде корінням в наші традиційні соціокультурні тра-та-та ...». Цей захисний механізм передбачає перебільшене використання інтелектуальних ресурсів, з метою усунення емоційних переживань і почуттів [4, с. 67]. Інтелектуалізація тісно пов'язана з раціоналізацією і підміняє переживання почуттів роздумами про них (наприклад, замість реальної любові – розмови про кохання).

6. Проекція. Це механізм віднесення до іншої особи або об'єкта думок, почуттів, мотивів і бажань, які на свідомому рівні індивід у себе відкидає. Нечіткі форми проекції виявляються в повсякденному житті. Багато хто з нас абсолютно є некритичним до своїх недоліків і з легкістю помічає їх тільки у інших. Ми схильні звинувачувати оточуючих у власних бідах. Проекція буває і шкідливою, тому що призводить до помилкової інтерпретації реальності. Цей механізм часто спрацьовує у незрілих і ранимих особистостей [1, с. 42]. У випадках патології проекція призводить до галюцинацій і марення, коли втрачається здатність відрізнити фантазії від реальності.

У залежних часто можна почути варіант звинувачення. «Я п'ю (вживаю наркотики) тільки через свою дружину. Якби ви були одружені на такій жінці або мали таку роботу, як у мене, ви б пили стільки ж, скільки і я». «Якби не мій начальник, я б стільки не пив». «Якби ти був хорошим фахівцем, я б зміг зав'язати» [3, с. 127].

Окрім вище зазначених механізмів психологічного захисту, у залежних проявляються ще такі:

1. Втеча [3, с. 129].

- Втеча за допомогою відмови. «Я не буду про це говорити. Я буду говорити про що завгодно, тільки не про моє пияцтво (вживання наркотиків)».

- Втеча за допомогою забовтуння. «Я буду говорити про що завгодно, крім мого алкоголізму (наркоманії), і я заговорю тебе до смерті».

- Втеча за допомогою скандалу. «Я тобі покажу де раки зимують, якщо скажеш хоч слово про моє пияцтво (прийом наркотиків)!».

2. Порівняння. «Я п'ю / вживаю не так багато, як мій начальник, а в нього немає проблем. Я знав дядечка Чарлі, який випивав по літру щодня і дожив до глибокої старості» [2, с. 18].

3. Мінімізація. «Я не так вже й багато п'ю. Я знаю, що це проблема, але вона не настільки серйозна, як думають інші».

4. Постановка собі безнадійного діагнозу. «Я дуже далеко зайшов, щоб мені щось могло допомогти. Як можна очікувати від немічного, на зразок мене, що він зможе змінити свої звички?»

5. Переліт в здоров'я. «Я чистий і тверезий вже двадцять п'ять хвилин, я розумію, в чому моя проблема, і вона вже вирішена. Я занадто багато знаю, щоб коли-небудь повернутися до вживання».

6. Обумовлена тверезість [3, с. 143]. «Я ніколи знову не зможу вживати, тому що тоді я захворію і помру. Ці наслідки налякають мене до того, що я буду постійно тверезий і чистий. Оскільки я знаю, який жахливо буде моє життя, якщо я продовжу вживати, я ніколи не буду цього робити. А оскільки я ніколи не буду вживати, то я не потребую лікування».

7. Маніпуляція. «Я дозволю тобі допомогти мені, якщо ти зробиш все за мене. А якщо ти будеш змушувати мене робити те, чого я не хочу, то я піду і докладу».

8. Демократична підтримка хвороби. «Я маю право доколотися до смерті, навіть якщо я наркоман і навіть якщо я помру» [3, с. 155].

Отже, у наркозалежній молоді механізми психологічного захисту відіграють особливу роль. При корекції наркозалежних варто приділяти максимум уваги на цей аспект, адже лише об'єктивне сприйняття світу і своєї хвороби особливо робить можливим процес одужання.

Список використаних джерел

1. Бассин Ф. В. Проблема психологической защиты / Ф. В. Бассин, М. К. Бурлакова, В. Н. Волков // Психологический журнал. – 1988. – №3. – С. 30-41.
2. Березин С.В. Психология наркотической зависимости. Монография. / Березин С.В., Лисецкий К.С., Назаров С.Н. – М.:МПА, 2001. – 213 с.
3. Горски Т. Т. Путь выздоровления. План действий для предотвращения срыва / Т. Т. Горски. – М. : Ин-т общегуманитар. исслед., 2003. – 182 с.
4. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Психическое здоровье и защитные механизмы личности. - Барнаул: Изд-во Алтайского государственного университета, 2000. – 123 с.
5. Центр громадського здоров'я МОЗ України [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://phc.org.ua/kontrol-zakhvoryuvan/zalezhnist-vid-psikhoaktivnikh-rechovin>