

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАДАПТАЦІЯ ДОРΟΣЛИХ ПОСТНАРКОЗАЛЕЖНИХ ЯК СКЛАДОВА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

SOCIO-PSYCHOLOGICAL READAPTATION OF ADULT POST-DRUG ADDICTS AS A COMPONENT OF PSYCHOLOGICAL REHABILITATION

Стаття присвячується розгляду проблеми соціально-психологічної реадaptaції постнаркозалежних дорослих як складової психологічної реабілітації. Першочергово автор розкриває природу наркотичної залежності (це біо-психо-соціо-духовне захворювання, глибоко-психологічне явище, яке охоплює весь процес життєдіяльності особистості), аналізує зміст понять «постнаркозалежні дорослі» (особи в період ремісії), «адаптація», «соціально-психологічна реадaptaція» та «реабілітація», вказує наукове підґрунтя тематики дослідження та зазначає, що наркотичній залежності передують психологічна готовність до вживання психотропних речовин і тривала соціальна дезадаптація. На підставі аналізу науково-психологічних та соціальних даних у статті визначено основні соціально-психологічні проблеми наркозалежної особистості: низький рівень самоповаги та розвитку самоусвідомлення, складність у цілепокладанні, деструктивність потреб і настанов, виражена життєва мотиваційна байдужість, тривожність, депресія, агресивність, низький рівень розвитку навичок рефлексії і самоаналізу, звичка уникати вирішення проблем та ін. Соціально-психологічну реадaptaцію автор потрактує процесом повторного поступового відновлення психологічного ресурсу, необхідного для повноцінного життя та активного соціального функціонування, регуляторної психічної діяльності та реакцій, повернення людини в систему втрачених чи припинених соціальних зв'язків і відносин, формування нової системи позитивних соціальних відносин, свідоме повернення до звичних умов життєдіяльності в соціумі без допомоги психоактивної речовини. Апелюючи до досвіду відомих науковців та практиків, автор виділяє та характеризує зміст ключових напрямків соціально-психологічної реадaptaції постнаркозалежних дорослих, якими стають: 1) моніторинг та психодіагностична оцінка індивідуальної соціально-психологічної дезадаптації наркозалежних осіб; 2) психологічне консультування (індивідуальне); 3) психокорекційна робота; 4) навчання навичкам саморегуляції психічних станів; 5) соціально-психологічні тренінги; 6) допомога у професійному самовизначенні, профорієнтація; 7) робота з сім'єю постнаркозалежного. Акцентовано увагу на персоналізованому, системному та міждисциплінарному підходах соціально-психологічної реадaptaції постнаркозалежних дорослих, а також на ключовій ролі свідомого бажання і стійкої мотивації хворого остаточно позбутися залежності і повернутися до здорового способу життя. Механізмами соціально-психологічної адаптації постнаркозалежної особистості вказано

такі: когнітивний, емоційний, практичний, поведінковий та соціальний.

Ключові слова: наркотична залежність, адиктивна поведінка, адаптація, соціально-психологічна реадaptaція, дорослі постнаркозалежні, реабілітація.

The article is devoted to the problem of socio-psychological readaptation of post-drug-addicted adults as a component of psychological rehabilitation. First of all, the author reveals the nature of drug addiction (a bio-psycho-socio-spiritual disease, a deep psychological phenomenon that covers the entire life of the individual), analyzes the meaning of "post-drug adults" (persons in remission), "adaptation", "social-psychological readaptation" and "rehabilitation", indicates the scientific basis of the research topic and notes that drug addiction is preceded by psychological readiness to use psychotropic substances and long-term social maladaptation. Based on the analysis of scientific, psychological and social data, the article identifies the main socio-psychological problems of drug addicts: low self-esteem and self-awareness, difficulty in goal setting, destructive needs and guidelines, pronounced motivational indifference, anxiety, depression, aggression, low development skills of reflection and introspection, the habit of avoiding problem solving, etc. The author interprets socio-psychological readaptation in the process of re-gradual restoration of psychological resources necessary for a full life and active social functioning, regulatory mental activity and reactions, return of a person to a system of lost or terminated social ties and relations, formation of a new system of positive social relations, return to normal living conditions in society without the help of psychoactive substances. Appealing to the experience of well-known scientists and practitioners, the author identifies and characterizes the content of key areas of socio-psychological readaptation of post-drug adults, which are: 1) monitoring and psychodiagnostic assessment of individual socio-psychological maladaptation of drug addicts; 2) psychological counseling (individual); 3) psycho-correctional work; 4) training in skills of self-regulation of mental states; 5) socio-psychological training; 6) assistance in professional self-determination, career guidance; 7) work with the family of a post-drug addict. Emphasis is placed on personalized, systematic and interdisciplinary approaches to socio-psychological readaptation of post-drug adults, as well as on the key role of conscious desire and lasting motivation of the patient to finally get rid of addiction and return to a healthy lifestyle. The mechanisms of social and psychological adaptation of a post-drug addict are the following: cognitive, emotional, practical, behavioral and social.

Key words: drug addiction, addictive behavior, adaptation, socio-psychological readaptation, adult post-drug addicts, rehabilitation.

УДК 364-786-056.83-053.8
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.38.12>

Кононова М.М.

д.пед.н., к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет імені В.Г. Короленка

За всесвітніми спостереженнями, обіг наркотичних речовин у суспільстві набував свого апогею протягом останніх десятиліть, що при-

звело до істотного збільшення чисельності осіб з наркотичною залежністю, які, окрім очевидних порушень фізіологічного функціону-

вання організму і високого ризику інфікування інфекціями, які передаються статевим шляхом, мають соціально-психологічні проблеми: відчують соціальну і духовну дезорієнтацію, проявляють дезадаптовану, дезаксіологічну та саморуйнівну поведінку, спостерігають репресивну поведінку суспільства стосовно себе.

Наркотична залежність вважається глибинно-психологічним явищем, яке охоплює весь процес життєдіяльності особистості (Л. М. Литвинчук), а наркоспоживання залишається великою соціальною проблемою для українського суспільства, особливо у великих містах. Наркотичну залежність відносять до адиктивної поведінки, коли людина має нав'язливу потребу змінити свій психічний стан на емоційно-позитивний і тим самим «відійти від реальності», яка є емоційно нестабільною і пригнічує, штучним шляхом, чому, за твердженням Н. Ю. Максимової, передують психологічна готовність до вживання психотропних речовин і тривала соціальна дезадаптація внаслідок неефективних чи несформованих засобів психологічного захисту [7; 6]. Тенденції сучасного світу дозволяють стверджувати, що «наркоманія – це біо-психо-соціо-духовне захворювання, яке складно піддається лікуванню, оскільки психоактивна речовина – наркотик тривалий час є єдиною потребою та сенсом існування індивіда, що призводить до особистісних деформацій і неможливості самостійно це припинити [8, с. 192; 12].

Питання психологічної залежності особистості, зокрема наркотичної, досліджувалися вченими Р. А. Гросом, Т. Б. Дмитрієвою, Г. В. Залевський, Б. В. Зейгарник, А. А. Корчагіною, І. П. Лисенко, Л. М. Литвинчук, І. В. Лінським, О. О. Лічко, О. С. Мінко та ін. Психологічні механізми та мотиви залежної (адиктивної) поведінки розкривають А. А. Бодальов, Ф. В. Басіна, М. Кляйн, З. Фрейд, Е. Фромм, Т. С. Яценко та ін. Особливостями соціально-психологічної реабілітації та реадaptaції осіб, хворих на алкоголізм чи наркоманію, які перебувають у стадії ремісії, вивчали Б. С. Братусь, Н. Є. Завацька, Р. М. Ільченко, Г. А. Корвін, Л. М. Литвинчук, В. Ф. Моргун, І. А. Новиков, Л. А. Чистякова, О. В. Чуйко та ін.

Аналіз низки науково-психологічних та соціальних даних дозволяє говорити, що основними соціально-психологічними проблемами особистості при наркотичній залежності є: зниження розумової працездатності; низький рівень самоповаги та розвитку самоусвідомлення; складність у цілепокладанні і постановці проміжних цілей; деструктивність потреб і настанов, виражена життєва мотиваційна байдужість (особливо до праці, спілкування); тривожність, депресія, агресивність; практично відсутність навичок рефлексії і самоана-

лізу («мені не потрібна допомога, я в будь-який момент зможу припинити»); ригідність структури та дисоціація особистості; неможливість контролювати і прогнозувати свою поведінку; соціальна ізольованість та пригнічення; звичка уникати вирішення проблем; виражена потреба в допомозі з метою постановки життєвих цілей, мотивації до лікування і позбавлення залежності, розвитку вольових зусиль, свідомого контролю і розуміння цінності свободи вибору та ін. [5; 7; 8, с. 199; 9].

Постнаркозалежними особами ми іменуємо тих, хто вже пройшов певний курс лікування і знаходяться на стадії ремісії та вже певний час не вживають психоактивної речовини, потребують відновлення втрачених адаптивних можливостей до умов навколишнього середовища. Для цього їм необхідно реадaptуватися (від лат. *re* назад + *adaptation* пристосування), тобто заново адаптуватися (Р. М. Ільченко) [3, с. 131].

Окрім медичної, налагоджена система допомоги категорії постнаркозалежних людей передбачає соціально-психологічну підтримку і супровід, що обумовлюються складним та багатокomпонентним процесом входження та перебування на стадії ремісії.

Робота з психологом спрямовується на соціально-психологічну реадaptaцію. Разом з тим до сьогодні, незважаючи на очевидну потребу та збільшений інтерес учених, медиків, практичних психологів до окресленої проблеми, вважаємо, немає чіткої орієнтації щодо особливостей та складових процесу соціально-психологічної реадaptaції постнаркозалежних осіб, на які б могли спиратися соціальні працівники та практичні психологи у роботі з ними, ще недостатньо. Тож пошук і узагальнення цих даних і стає ключовою метою даної статті.

Підійти до розуміння соціально-психологічної реадaptaції варто з означення вихідного поняття «адаптація» – це процес пристосування суб'єкта до мінливих умов навколишнього середовища. «Реадaptaція» у широкому сенсі означає повторне пристосування людини до умов навколишнього середовища [13, с. 222]. Соціальна реадaptaція розглядається вченими як процес повторного входження особистості в соціальний контекст і формування у неї компенсаторних соціальних навичок [2], а психологічна реадaptaція включає комплекс заходів психологічного характеру, спрямований на відновлення регуляторних психічних функцій і психічної діяльності, системи цінностей, що допоможе особі протистояти зривам та рецидивам залежності [6].

Основним чинником соціальної реадaptaції, на думку Н. Є. Завацької, є підвищення адаптаційного потенціалу особистості, що охоплює персональні складові (сферу самосвідомості,

індивідуально-типологічні особливості, емоційно-вольову та мотиваційно-ціннісну сферу особистості) і інтерперсональну складову (психологічну та інструментальну – поради, інформація, матеріальна допомога та ін.).

За твердженнями А. Чаплигіна, в процесі реадaptaції ключову роль відіграє попередній досвід соціалізації: в одних випадках він сприяє, а в інших – перешкоджає входженню у відносно нове середовище через невідповідність усталених стереотипів та ціннісних орієнтацій зміненним вимогам [10].

Практика надання допомоги особам із різними видами психологічної залежності доводить результативність злагодженої цілеспрямованої роботи групи фахівців, чим забезпечується комплексний вплив на особистість хворого, саме тому доцільно вважати реадaptaцію постнаркозалежних дорослих соціально-психологічним процесом.

О. Г. Караяні та П. А. Корчемний [4] вважають соціально-психологічну реадaptaцію складовою психологічної реабілітації – різновиду психологічної допомоги і тій частині, в якій вона спрямовується на відновлення втрачених (порушених) психічних можливостей та здоров'я. По-іншому назвемо це процесом поступового відновлення психологічного ресурсу, необхідного для повноцінного життя та активного соціального функціонування, регуляторної психічної діяльності та реакцій, повернення людини в систему втрачених чи припинених соціальних зв'язків і відносин, формування нової системи позитивних соціальних відносин, свідоме повернення до звичних умов життєдіяльності в соціумі без допомоги психоактивної (психотропної) речовини.

Грунтуючись на дослідженнях Н. Є. Завацької, Р. М. Ільченко, Л. М. Литвинчук, А. Г. Караяні, П. А. Корчемного, В. Ф. Моргуна, О. В. Тополь, О. В. Чуйко, А. П. Шумейко та інших розглядаємо соціально-психологічну реадaptaцію не лише як повторне пристосування постнаркозалежних дорослих до наявних побутових, соціальних та професійних проблем, а і як допомогу їм в аспекті осмислення власної життєвої місії, актуалізації суб'єктивних якостей (рис характеру і темпераменту) та розвитку соціально корисних умінь і навичок, виявленні власного реадaptaційного потенціалу, розвиток їхніх рефлексивних можливостей, допомогу в розумінні духовних цінностей та етичних норм як базисних для вибудовування повноцінного життя особистості в суспільстві. Тобто соціально-психологічна реадaptaція передбачає комплексні реконструктивні заходи, що стосуються ціннісно-орієнтаційної системи самих постнаркозалежних та соціального середовища довкола них.

Особливість соціально-психологічної реадaptaції постнаркозалежних осіб полягає

у ранньому її початку, персоналізованому (орієнтованому на індивідуальні можливості та індивідуальний реадaptaційний потенціал суб'єкта), системному та міждисциплінарному підході, що включає зусилля психолога, соціального працівника і нарколога, які здійснюються паралельно і одночасно, а тому ефективніше допомагають досягти поставленої мети – соціальної інтеграції суб'єкта у суспільне середовище та забезпечення йому стабільності зміни способу життя на тривалий час [1; 6; 8; 11]. Безумовним компонентом цього процесу повинне бути безумовне визнання пацієнтом наявності хвороби і розуміння ризику повернення залежності, бажання самого постнаркозалежного здобути остаточну владу над своїм життям і не повернутись до залежності, тим самим відновити здорову самостійність у прийнятті рішень і відродити втрачені можливості.

Апелюючи до досвіду науковців та практиків (А. Г. Караяні, Н. Є. Завацька, Л. М. Литвинчук, С. А. Таточенко, Ю. С. Федорі, О. В. Чуйко та ін.), виділимо такі напрямки соціально-психологічної реадaptaції постнаркозалежних дорослих:

1. Моніторинг та психодіагностична оцінка індивідуальної соціально-психологічної дезадаптації наркозалежних осіб, з'ясування картини наркотичної залежності, визначення показників адаптаційного потенціалу, створення відповідного реадaptaційного соціального середовища.

2. Психологічне консультування (індивідуальне) з метою надання можливості постнаркозалежному усвідомити власні проблеми, висловити переживання, труднощі, мотивувати на процес соціально-психологічної реадaptaції, психологічно підготувати до переорієнтування на нову систему відносин із соціумом та із самим собою, на пошук нових смисло-життєвих орієнтирів, спрямовування на усвідомлення особистісних ресурсів і їх активізацію, засвоїти конструктивні стратегії реагування на конфліктні і стресові ситуації та ін.

3. Психокорекційна робота, що передбачає втручання в ситуацію клієнта з метою: корекції чи усунення порушень адаптації (усунення депресії, потягу до наркотичних речовин тощо), поведінкових трансформацій у соціально-психологічному контексті; формування внутрішнього мотиву на позбавлення від залежності; узгодження потреб індивіда з нормами, цінностями та звичаями соціуму; формування усвідомленої життєвої позиції та відповідальності за свої вчинки перед собою та тими, хто оточує (рідні, близькі, друзі); формування активної життєвої позиції і навчання інтегрувати свій негативний досвід (наркотичну залежність) для особистісного зростання і саморозвитку, самореалізації.

4. Навчання навичкам саморегуляції психічних станів (прийомам зняття психоемоційної напруженості за допомогою релаксації, аутотренінгу чи інших методів), рефлексії свого стану та моніторингу, формам конструктивної копінг-поведінки.

5. Соціально-психологічні тренінги з метою: підвищення адаптивності постнаркозалежного і його особистісного розвитку, формування відчуття власної гідності, розкриття внутрішнього потенціалу; формування ціннісно-смиислової сфери постнаркозалежних осіб: нових мотивів, потреб і цілей у житті; в процесі програвання життєвих ситуацій надання впевненості у самостійному «тверезому» вирішенні соціальних конфліктів і проблем, навчання здоровим способам прийняття рішень стосовно себе та інших; задоволення потреби у соціальній підтримці в кризових ситуаціях, прийнятті та визнанні, включеності до соціальних відносин і зв'язків.

6. Допомога у професійному самовизначенні, профорієнтація в цілях перенавчання та подальшого працевлаштування і професійно-особистісної самореалізації.

7. Робота із сім'єю постнаркозалежного, спрямована на налагодження стосунків між хворим та близькими, подолання дисфункційних патернів відносин, гармонізацію комунікацій в сім'ї (Л. М. Литвинчук) [6, с. 29].

У контексті окреслених нами напрямків, механізмами соціально-психологічної адаптації постнаркозалежної особистості стають [3, с. 132]:

1) когнітивний, що включає всі психічні процеси, пов'язані з пізнанням: відчуття, сприймання, уявлення, пам'ять, мислення, уява і т. д.;

2) емоційний, що включає в себе різні моральні почуття і емоційні стани;

3) практичний, поведінковий, що пропонує певну спрямовану діяльність людини в соціальній практиці;

4) соціальний, що включає стосунки та відносини в процесі суспільної діяльності індивіда.

У цілому аналіз наукової літератури [1] показує, що психологічна та соціальна допомога в рамках соціально-психологічної реабілітації постнаркозалежних може ґрунтуватися на широкому спектрі лікувальних та реабілітаційних підходів, серед яких можна згадати виділені Н. Є. Завацькою поведінковий (зміна негативної або формування позитивної поведінки клієнта) та інсайт-орієнтовані підходи (робота з клієнтами, які проходять курс дезінтоксикації), а також підходи, засновані на самодопомозі (створення групи самодопомоги, де ключовим є взаємопідтримка людей зі схожими проблемами та демократична участь особи) та ін.

Беручи до уваги досвід А. Чаплигіна (2004), вважаємо, що структурними компонентами соціальної реабілітації постнаркозалежних справедливо вважати: соціальну ситуацію адаптації (відносно новий і незвичний для особистості стан соціального середовища, що вимагає перебудови поведінки, зміни попередніх форм і способу життєдіяльності); соціальну адаптивну потребу (наближення власних цінностей і установок до вимог соціальної ситуації або ж через активну зміну ситуації відповідно до власних потреб); психічну адаптивну потребу [10].

Висновки. Отже, у ході теоретичного аналізу з'ясовано ключові аспекти соціально-психологічної реабілітації постнаркозалежних дорослих, а саме: визначено сутність та обґрунтовано причини складності реалізації даного процесу, вказано соціально-психологічні проблеми, з якими стикаються наркозалежні особи, що вкотре підтверджує необхідність надання їм спеціальної соціально-психологічної допомоги, розкрито механізми соціально-психологічної реабілітації постнаркозалежних дорослих, узагальнено та охарактеризовано напрямки даного процесу реабілітації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Завацька Н. Є. Психологічна та соціальна підтримка узалежнених від психотропних речовин на стадії ремісії. *Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія*. 2011. № 1. С. 77-85.
2. Завацька Н. Є. Психологічні основи соціальної реабілітації особистості зрілого віку: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора психол. наук: спец. 19.00.05 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи». Київ, 2010. 54 с.
3. Ільченко Р. М. Проблема реабілітації та ресоціалізації постнаркозалежних дорослих. *«Вектори психології – 2019»*. Матеріали Міжнародної молодіжної наукової конференції (24 квітня 2019 р., м. Харків, Україна). Харків. 2019. 344 с.
4. Караяни А. Г., Корчемный П. А. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Москва: ВУ, 2010. 348 с.
5. Литвинчук Л. М. Психологія реабілітації наркозалежних осіб: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2017. 363 с.
6. Литвинчук Л. М. Психологічні засади реабілітації наркозалежних осіб: автореф. дис. ... д-ра псих. наук: 19.00.04 – медична психологія. Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, Київ. 2018. 42 с.
7. Максимова Н. Ю. Психологічна травма як чинник адиктивної поведінки. *Актуальні проблеми психології*. Київ, 2017. № 15. С. 292-298.
8. Таточенко С. Психологічні аспекти реабілітації наркозалежної особистості у рамках програми зменшення шкоди. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2017. Т. XI: Психологія

особистості. Психологічна допомога особистості / за ред. С. Максименка. Вип. 16. С. 190–202.

9. Федорі Ю. С. Теоретичний аналіз соціально-психологічної реабілітації осіб, які перебували в екстремальній ситуації. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. серія психологічна*. 2012. Вип. 2 (1). С. 332–330. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvldu_2012_2%281%29__40

10. Чаплигін А. Соціальна реабілітація у життєвій перспективі. *Соціальна психологія*. 2004. № 5. С. 20–24.

11. Чуйко О. В. Соціальна реабілітація: підходи до змістових характеристик процесу. *Акту-*

альні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. № 4. С. 152–158. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp_2015_4_27

12. Шлапко Т. В., Берцюх А. О., Номировська Ю. В. Правові основи реабілітації та ресоціалізації осіб, залежних від адиктивних речовин. *Юридичний науковий журнал*. 2020 р. № 1. С. 108–111. URL: http://lsej.org.ua/1_2020/28.pdf

13. Шумейко А. П. Види реабілітації і психореабілітації учасників бойових дій. *Проблеми екстремальної та кризової психології: зб. наук. праць*. Харків : НУЦЗУ, 2017. Вип. 21. С. 220–229.