

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра консультативной психологии

**ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПЕРЕЖИВАНИЯ
ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫХ КОНФЛИКТОВ ВЗРОСЛЫХ ДЕТЕЙ
АЛКОГОЛИКОВ (ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ)**

АВТОРЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 2 курса 264 группы
направления 37.04.01 «Психология»
факультета психологии
Демидовой Светланы Владимировны

Научный руководитель
доцент, д-р психол. наук _____ Т.В. Белых
подпись, дата

Зав. кафедрой
доцент, д-р психол. наук _____ Т.В. Белых
подпись, дата

Саратов 2017

Актуальность исследования. В настоящее время к проблеме алкоголизма и наркомании повышенный интерес уделяют исследователи по всему миру. В первую очередь это связано с повышением уровня распространения химических аддикций среди молодежи. Отечественные (Н.Г. Артемцева, С.В. Березин, В.Д. Москаленко, С.В. Солнцева, Д.И. Шустов, А.В. Меринов, О.А. Шорохова и др.) и иностранные (Робин Норвуд, Джанет Войтиц, Энн Смит, Джон Бредшоу и др.) исследователи сходятся во мнении, что алкоголизм - это семейное заболевание, при котором болезненное воздействие оказывается не только на человека, непосредственно зависимо от алкоголя, но также на всех членов его семьи.

Многие исследователи отмечают, что воспитание в семье, отягощенной алкогольной зависимостью, накладывает неизгладимый след на личность ребенка и его последующую жизнь. За рубежом проблемам взрослых детей алкоголиков (ВДА) уделяется повышенное внимание, однако в нашей стране данная тема недостаточно изучена. Впрочем, данные, предоставленные Д.И.Шустовым свидетельствуют о том, что в России число ВДА составляет от 25 до 50% населения в целом. Таким образом актуальность исследования данной проблемы представляет особую значимость.

Большая часть исследований, которая освящает проблемы взрослых детей алкоголиков, ставит акцент именно на изучении предрасположенности и уязвимости данной групп к возникновению аддикций, в то время как без внимания остается структура внутреннего мира, переживаний, ценностей взрослых детей алкоголиков.

В связи с тем, что данная проблема недостаточно представлена научно-исследовательскими и теоретическими работами, у практикующих психологов и психотерапевтов возникают трудности в работе с этими клиентами. По внешним характеристикам они являются социально-благополучными: имеют образование и работу, состоят в браке и т.д. и это может служить препятствием в выборе терапевтической стратегии.

Значимость проблемы, ее практическая актуальность и недостаточное количество научно-исследовательских работ обусловили выбор данной темы в качестве исследования.

В качестве **объекта** данного научного **исследования** рассматриваются личностные особенности взрослых детей алкоголиков. Участниками исследования стали 15 человек, из них 9 женщин и 6 мужчин, чьи родители злоупотребляли алкоголем, когда испытуемые были детьми. В нее вошли люди в возрасте от 18 до 44 лет, средний возраст респондентов – 31 год, с высшим, неоконченным высшим, средне-специальным и средним образованием.

Предметом исследования является взаимосвязь типов экзистенциальных конфликтов и личностных особенностей взрослых детей алкоголиков.

В качестве **гипотезы исследования** выдвинуто предположение о том, что взрослым детям алкоголиков свойственно переживание одиночества и смысло-жизненного кризиса как типов экзистенциальных конфликтов, связанных с высоким уровнем невротизации личности.

Целью исследования является выявление структуры переживания экзистенциальных конфликтов взрослых детей алкоголиков и разработка программы психологической помощи для взрослых детей алкоголиков.

Объект, предмет, цель и гипотезы исследования обусловили постановку и решение следующих **исследовательских задач**:

1. Выполнить анализ теоретического материала, посвященного проблеме исследования;
2. Анализ личностных особенностей взрослых детей алкоголиков;
3. Используя феноменологический метод, проанализировать данные, полученные в исследовании, выявить ядерные компоненты структуры экзистенциальных конфликтов присущих для взрослых детей алкоголиков;

4. Определение взаимосвязи типов экзистенциальных конфликтов и личностных особенностей взрослых детей алкоголиков;

5. Разработать программу психологической помощи для взрослых детей алкоголиков.

Теоретико-методологическую основу исследования составили: феноменологический подход (Ф. Brentano, Э. Гуссерль, В. Дильтей), концепция смысловой структуры сознания (Ф.Е. Василюк, К.В. Карпинский, А.Н. Леонтьев, Д.А. Леонтьев, В.В. Столин), концепции и взгляды на взаимодействие в семейной системе (В. Сатир, А.В. Черников, Э. Эйдемиллер, В. Юстицкий), положения аддиктологии (Ц.П. Короленко, Г.В. Старшенбаум, Д.И. Шустов), экзистенциальный подход (Л. Бинсвангер, Д. Бьюджменталь, А. Лэнгле, Р. Мэй, В. Франкл, И. Ялом) к изучению личности.

Методы исследования: теоретический анализ подходов, концепций и результатов научных исследований, затрагивающих закономерности и механизмы феноменологического подхода, а также влияние родительского алкоголизма в развитии личности ребенка; методы сбора эмпирических данных: полуструктурированное интервью, анализ данных посредством феноменологического метода, разработанного А. Джорджи и психологическое тестирование с применением стандартизированных личностных опросников.

Методики исследования:

1. Фрайбургский личностный опросник (модифицированная форма В);
2. Личностная шкала проявлений тревоги Тейлора;
3. Опросник смысловознания кризиса;
4. Шкала Реактивной и Личностной тревожности Ч.Д.Спилбергера-Ю.Л. Ханина;
5. Полуструктурированное интервью.

Практическая значимость работы заключается в возможности использования эмпирических результатов в работе практикующих психологов и психотерапевтов, а также при составлении программ психологической помощи взрослым детям алкоголиков и их семьям.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что данная работа является вкладом в изучение личностных особенностей и экзистенциальных конфликтов, присущих взрослым детям алкоголиков. Исследование дает возможность глубже понять специфику влияния, оказываемого на детей, воспитанных в семьях с алкогольной зависимостью.

Структура и объем работы: диссертация состоит из введения, двух глав, заключения и списка литературы. Общий объем работы составляет 91 страницу, таблиц 4, графиков 10.

Основное содержание исследования

Во введении обосновывается актуальность исследования, ставятся цели и задачи, определяются предмет, объект исследования, практическая и теоретическая значимость работы.

Глава 1. "Феноменологический подход в психологии и психологические особенности взрослых детей алкоголиков" - посвящена обзору теоретических и эмпирических исследований, касающихся различных аспектов изучаемой проблемы. Глава представлена двумя подглавами.

В первой подглаве "Феноменологическое направление в философии и психологии" рассматриваются основные методы познания в феноменологическом подходе (Ф. Brentano, Э. Гуссерль, В. Дильтей). Феноменология рассматривает переживание, как центральный и основополагающий феномен человеческой жизни. В следствие этого, одним из постулатов феноменологического подхода является постижение переживаний. В феноменологии переживание непосредственно связано с концепциями жизни и сознания. "Сознание - это поток переживаний. А сама жизнь - есть то, что манифестируется в переживании". Ряд существующих в настоящее время психологических направлений (экзистенциальная

психотерапия, гештальт подход, клиент-центрированная психотерапия и т.д.) опираются на концепции феноменологии и развивают новые течения этого понятия.

Во второй подглаве "Психологические особенности детей в алкогольной семье" раскрывается проблема алкогольной зависимости как семейного заболевания, где изменение одного ее члена откладывает отпечаток на всю семейную систему, что отражается на развитии личности ребенка. Рассматриваются негативные факторы, воздействующие на формирование личности ребенка в семье, отягощенной проблемой алкогольной зависимости (С.В. Березин, Ц.П. Короленко, В.Д. Москаленко, Г.В. Старшенбаум, Д.И. Шустов).

Подробно рассмотрены подходы к пониманию феномена созависимости (В.Д. Москаленко, М. Битти, Э. Смит, К. Блэк, Э. Ларсен, О.А. Шорохова, В.М. Целуйко, Ш. Вегшайдер).

Взросление в алкогольной семье обычно сопровождается отрицательными средовыми и психосоциальными факторами, которые обусловлены общей дисфункциональностью семьи, бедностью, увечьями, скандалами, драками и т.п. Ребенок в такой семье нередко подвергается физическому, психическому или сексуальному насилию. Родители-алкоголики своим поведением создают множественные стрессовые ситуации в жизни своих детей, увеличивая количество отрицательных воспоминаний. Представители различных теоретических ориентацией указывают особое внимание на пагубное влияние психических травм на дальнейшее развитие личности и психики ребенка (А. Фрейд, З. Фрейд, К.Г. Юнг, Ф. Дольто, Х. Кохут, Д. Винникотт).

По итогам теоретического обзора делается вывод о том, что в отечественной научно-исследовательской практике практически отсутствуют работы, касающиеся непосредственно внутреннего мира, переживаний, ценностей взрослых детей алкоголиков.

Глава 2. "Организация, методы и результаты исследования"

содержит описание теоретико-методологических принципов исследования, описание процедуры исследования, его этапов, методы сбора и анализа информации, результаты проведенного исследования, а также программу психологической помощи для взрослых детей алкоголиков.

Участниками научного исследования стали 15 человек, из них 9 женщин и 6 мужчин. В нее вошли люди в возрасте от 18 до 44 лет, средний возраст респондентов – 31 год, с высшим, неоконченным высшим, средне-специальным и средним образованием. В выборку вошли мужчины и женщины, чьи родители злоупотребляли алкоголем, когда испытуемые были детьми. Никто из родителей не состоял на учете в психоневрологическом или наркологическом диспансере, имели работу и социальные отношения. В настоящее время никто из испытуемых не имеет собственной алкогольной или наркотической зависимости (и не имел ее ранее).

На основе проведенного анализа можно сделать вывод, что любой экзистенциальный конфликт представляет собой многокомпонентную структуру.

Выделенные нами в ходе анализа компоненты структуры экзистенциальных конфликтов представляются в тесной связи между собой. Было выявлено, что смысл жизни человека может быть реализован посредством присоединения к другому человеку, и благодаря этой связи возникает ощущение субъективно наполненной смыслом жизни. Из этого следует, что при разрыве этой связи человек погружается в состояние экзистенциального вакуума, возникает кризис бессмысленности, или смыслоутраты и переживание одиночества.

Обнаруженные нами компоненты, составляющие смысловую структуру жизни, свидетельствуют о том, что наличие смысла в жизни, не всегда ведет к ощущению наполненности, внутреннему удовлетворению и благополучию. Так, названный нами нереалистичный смысл может привести к ощущению внутренней дисгармонии. В то время как осознание этого факта приводит

человека к экзистенциальной изоляции, у него появляется возможность переосмысления ценностей своей жизни и поиск новых, индивидуальных ценностей, способствующих ощущению осмысленности в жизни.

Сводя воедино результаты проведенного эмпирического исследования, состоящего из: стандартизированных методик, целью которых было выявление личностных особенностей присущих взрослым детям алкоголиков, оценка общего функционального уровня смысловой регуляции жизненного пути и феноменологического анализа переживания экзистенциальных конфликтов. Было выявлено, что взрослым детям алкоголиков присущ высокий уровень невротизации личности, сопровождающийся наличием специфических затруднений в смысловой регуляции.

На основании полученных результатов, представляется необходимым оказание психологической и психотерапевтической помощи данной группе населения. Процесс психотерапевтической работы должен носить комплексный характер, включающий в себя: профилактику, информирование, поддержку в познании себя, принятии ответственности за свою жизнь и содействие в стремлении к изменению собственной жизни.

Нами была разработана программа психологической помощи "Путь к себе" для взрослых детей алкоголиков.

Программа "Путь к себе" предназначена для мужчин и женщин, которые воспитывались в семьях с проблемой алкогольной зависимости.

Цель: содействие процессу формирования здоровой взрослой личности.

В ходе программы решаются следующие **задачи:**

1. Повышение уровня информированности по вопросам химических зависимостей, созависимости, синдрома ВДА;
2. Проработка детских чувств и реакций, связанных с семейными проблемами, обусловленными алкогольной зависимостью родителей;

3. Помощь в осознании своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения;
4. Снижение уровня тревоги, внутреннего напряжения и овладение способами саморегуляции и релаксации;
5. Формирование конструктивных коммуникативных навыков и доверительного отношения к людям, путем открытого обсуждения своих переживаний и чувств.

Категория участников. Возраст от 18 лет, мужчины и женщины, которые воспитывались в семьях с проблемой алкогольной зависимости.

Состав участников: численность группы 12-15 человек, группа закрытого типа. Рекомендуется проведение первичной консультации и психодиагностики, перед введением в группу.

Форма проведения. Групповые занятия. Рекомендуемая частота встреч – один раз в неделю. Продолжительность одной встречи 1,5-2 часа.

Программа рассчитана на длительный промежуток времени от 3 месяцев до полугода. Продолжительность программы обусловлена тем, что она разбита на тематические блоки, включающие в себя: просвещение по вопросам зависимости и созависимости, синдрома взрослого ребенка алкоголика; групповая психотерапия; тренинговые занятия.