

## **ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЛИЦ С АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ**

**Крук Валентина Андреевна**, студент,  
*valya\_kruk01@mail.ru*

**Циркунова Наталья Ивановна**,  
старший преподаватель кафедры психологии  
*cirkinovan@mail.ru*

*ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь.*

*В статье рассматриваются результаты исследования психоэмоционального состояния у людей с алкогольной зависимостью.*

*Ключевые слова: эмоции, эмоциональное состояние, тревожность, алкогольная зависимость, ЛТП.*

С 2011 года в Республике Беларусь начался финансовый кризис, который со временем лишь набирает обороты. В сравнении, валовый внешний долг Беларуси в 2016 составил 37 978 млн. долларов, а в 2021 году он уже вырос до 42 274 млн. долларов [1]. Финансовые трудности повлекли за собой ряд негативных явлений, к числу которых относится злоупотребление алкоголем. Так, 2016 году по данным ВОЗ Беларусь занимала второе место в мире по количеству употребленного алкоголя, что составила 15 литров на душу населения. Хотя, в 2020 году ситуация немного стабилизировалась, республика оказалась на 17 месте по употреблению алкоголя (11, 2 литров на душу населения) [2]. Все вышеизложенное свидетельствует об актуальности данной проблемы на сегодняшний день.

Как показывают научные исследования и житейский опыт, чаще всего человек начинает злоупотреблять алкоголем, чтобы заглушить свои проблемы, переживания. После употребления алкоголя человек начинает чувствовать легкую эйфорию, у него поднимается настроение, улучшается самочувствие. Но данный эффект проходит вместе с отрезвлением [3]. Прибегая к употреблению алкоголя систематически, организм человека начинает привыкать, как следствие малой дозы уже не хватает для поднятия настроения и человек начинает ее увеличивать [4]. Таким образом, это приводит к зависимости.

Длительное употребление алкоголя влечет за собой депрессивное состояние, повышенную тревожность, которая может привести к нервным срывам и возникновению панических атак. Ощутить тревогу человек может как сразу после употребления алкоголя, так и через несколько дней [5].

На базе лечебно-трудового профилактория №4 г. Витебска мы провели исследования по изучению степени выраженности психоэмоционального состояния у людей с алкогольной зависимостью, направленных на лечение. Направляются в ЛТП лица с алкогольной зависимостью, которые в течение года более трех раз привлекались к ответственности за совершение административных правонарушений в состоянии алкогольного опьянения.

В ходе проведения исследования мы использовали методики «Личностная шкала проявления тревоги Дж. Тейлор» (адаптация Т.А. Немчина) и «Самочувствие, активность, настроение», «Экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости В.В. Бойко», «Самооценка эмоциональных состояний А. Уэссмана и Д. Рикса». В группу испытуемых вошло 25 человек в возрасте от 30 до 58 лет.

В результате проведенного исследования были получены данные, которые характеризуют выраженность негативных эмоций, влияющих на эмоциональное состояние личности в целом.

Так, у семи испытуемых, что составило (28%) был выявлен высокий уровень тревоги. Высокая личностная тревожность напрямую связана с наличием эмоциональных срывов и психосоматическими заболеваниями. У двух респондентов (8%) выявлен очень высокий уровень тревоги. Лица с таким уровнем личностной тревожности чаще и интенсивнее реагируют на стрессогенную ситуацию, на факторы, вызывающие стресс. У семи испытуемых (28%) обнаружен средний (с тенденцией к высокому) уровень тревожности. Такие люди также остро реагируют на факторы, вызывающие стресс, но в определенных случаях способны оценивать ситуацию без субъективной оценки. У шести человек (24%) выявлен средний (с тенденцией к низкому) уровень тревоги. Им свойственно оценивать ситуацию трезво, однако, при возникновении стресса, чаще всего тревожность возрастает, и появляются сложности в объективной оценке ситуации. У трех респондентов (12 %) – низкий уровень личностной тревожности. Данный уровень тревожности свидетельствует о том, что человек чувствует себя в безопасности, спокоен, оценивает возникающие трудности без субъективной окраски.

Результаты исследования психоэмоционального состояния лиц, зависимых от алкоголя, с помощью методики «Самочувствие, активность, настроение» оказались следующими. У пяти человек (20%) выявлена высокая оценка функционального состояния, что указывает на преобладание хорошего самочувствия и настроения, высокой активности. У двенадцати исследуемых (48%) была выявлена средняя оценка функционального состояния. У восьми человек (32%) обнаружена низкая оценка психоэмоционального состояния. Такие люди часто подавлены, постоянно чувствует усталость и апатию.

В результате исследования неуправляемой эмоциональной возбудимости у семи человек (28 %) был выявлен высокий уровень импульсивности. Люди с таким показателем склонны действовать спонтанно под воздействием эмоций, обстоятельств. Не задумываются над своими действиями, не взвешивают все «за» и «против», зачастую после сожалеют о том, что сделали. Признаки импульсивности были выявлены у двенадцати человек, что составило 48 % респондентов. Данное проявление указывает на то, что человек редко принимает спонтанные решения, старается не поддаваться эмоциям. Но под влиянием стресса или неожиданно произошедших событий переключается на эмоции и потребности их заглушить. Шести респон-

дентам (24%) такая черта, как импульсивность - не свойственна. Перед тем, как совершить какое-либо действие, они его обдумывают, отбрасывают всю субъективную окраску обстоятельств и действуют после анализа положительных и негативных последствий.

Таким образом, данная методика показала, что 76% респондентов склонны к необдуманным поступкам. К таким поступкам может относиться употребление алкоголя, чтобы справиться со стрессом и негативными эмоциями.

Результаты исследования по методике «Самооценка эмоциональных состояний» А. Уэссмана и Д. Рикса оказались следующими. Эмоциональное истощение присуще десяти респондентам, что составило 40% от общего количества испытуемых. Им присуще частое чувство усталости, ощущение тревоги, чувство беспомощности и подавленности. Двенадцати испытуемым (48%) присуще чувство эмоционального истощения. Им свойственна повышенная усталость и тревожность, но при этом они уверены в себе и ощущают приподнятость настроения. Эмоциональный подъем характерен для трех респондентов (12%). Они обладают высокой работоспособностью и энергичностью, чувствуют уверенность в своих действиях.

Таким образом, наше исследование показало, что у лиц с алкогольной зависимостью, находящихся на лечении в ЛТП преобладают негативные эмоциональные состояния, такие как тревожность, низкое функциональное состояние и импульсивность. Это приводит к тому, что человек становится не в силах решать свои трудности, а единственным смыслом жизни становится желание отстраниться от проблем. Кардинальной целью, по нашему мнению, для отказа от употребления алкоголя является повышение мотивации для достижения положительных изменений и поиск новых форм решения возникающих трудностей.

#### *Список литературы*

1. Национальный банк Республики Беларусь [Электронный ресурс]/ Национальный банк Республики Беларусь. – Минск, 2021 – Режим доступа: <https://www.nbrb.by/statistics/externaldebt/quarterlydynamics>. – . Дата доступа: 17.11.2021.
2. Social Progress Imperative [Электронный ресурс]/ Social Progress Imperative. – Вашингтон, 2021 – Режим доступа: <https://gtmarket.ru/ratings/global-alcohol-consumption>. – . Дата доступа: 17.11.2021.
3. Грэйс, Э. В ясном уме. Вся правда об алкоголе/ Э. Грэйс// В ясном уме. Вся правда об алкоголе: Перев. С англ. – М.: Издательство «Эксмо», 2020. – 400 с.
4. Старков, Д [Электронный ресурс]/ Д. Старков. – Киев, 2020 – Режим доступа: <http://www.sensecenter.com.ua/poppaper/213--alkogolizmboleznemocii>. – . Дата доступа: 05.11.2021.
5. Сидров, К. М. [Электронный ресурс]/ К. М. Сидров. – . Минск, 2017 – Режим доступа: <https://moks.by/content/izmeneniya-lichnosti-pri-alkogolnoy-zavisimosti>. – . Дата доступа: 17.11.2021.