**Електронні навчально-методичні видання**

**у вигляді збірників («хрестоматій») статей та уривків з наукових видань, які є об’єктом вивчення в рамках навчальних дисциплін відповідно до затвердженої навчальної програми**

**підготовки бакалаврів і магістрів**

(згідно з розпорядженням Науково-дослідної частини № 03-21 від 05.05. 2017 р.)

Дисципліна \_\_\_ Основи адиктології\_\_\_\_\_\_\_\_

**Магістратура, 1-й рік навчання, Інститу післядипломної та довузівської підготовки**

**кафедра загальної та клінічної психології, філософський факультет**

Викладач \_к.психол.н., доцент Іванцев Наталія Ігорівна

Список (не більше 10 позицій) наукових текстів, рекомендованих для включення у збірник текстів («хрестоматію»), що наявні у фондах наукової бібліотеки університету (згідно з електронним каталогом **http://lib.pu.if.ua/lib/**):

1. Бурлачук Л. Ф. Психотерапия: учебник для вузов (психологические модели) / Л. Ф. Бурлачук, А. С. Кочарян., М. Е. Жидко – СПб.: Питер, 2009. – 496 с.
2. Змановская Е. В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения): Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Змановская Евгения Валерьевна – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 288 с.
3. Іванцев Н.І., Курчик Ю.О. Мотиваційно-смислові утвореннята їх роль в подоланні залежності в адиктитвних осіб // «Тенденції розвитку психології та педагогіки»: Матеріали міжнародної науково-практичної конференції (Україна, м. Київ, 3-4 листопада 2017р.). – К.: ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2017. – С.64
4. Клиническая психология: учебник / Под ред. Б. Д. Кавасарского. – СПб.: Питер, 2002. – 960 с.
5. Комер Р. Основы патопсихологии – / Рональд Комер. – М.: Прайм- Еврознак, 2005. – 640 с.
6. Кочарян А. С. Психометрическая оценка методики диагностики зависимости Б. Уайнхолда / А. С. Кочарян, Е. В. Фролова, Н. А. Смахтина // Вісник Харківського національного університету. Серія психологія. – 2006. – № 718. – С. 47-51.
7. Кочарян А. С. Психологические модели зависимых расстройств / А. С. Кочарян, В. В. Коровицкая, М. Е. Жидко, И. А. Кочарян // Вісник Харківського університету. Серія психологія. – 2004. – № 617. – С. 92-96.
8. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки. Навчальний посібник – / Максимова Наталья Юрьевна. – К.: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2002. – 308 с.
9. Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения / Менделевич Владимир Давыдович. – СПб.: Речь, 2005. – 445 с.
10. Руководство по аддиктологии / под. ред. проф. В. Д. Менделевича. – СПб.: Речь, 2007. – 768 с.

**Іванцев Н.І., Курчик Ю.О.,**

**МОТИВАЦІЙНО-СМИСЛОВІ УТВОРЕННЯ ТА ЇХ РОЛЬ В ПОДОЛАННІ ЗАЛЕЖНОСТІ В АДИКТИВНИХ ОСІБ**

Незаперечним є той факт, що інтенсивні соціально-економічні, політичні та культурні зміни, які відбуваються у нашому суспільстві, породжують відчуття кризи, безвиході, а отже, сприяють формуванню особи адиктивної. «Життя людини схематично можна уявити як сходження до вершини. У кожного своя вершина, і далеко не всі розуміють, що потрібно робити новий крок, долаючи інертність та ригідність. Щодо руху вперед, є два варіанти: або людина рухається вперед, вирішуючи своє індивідуальне завдання і залишаючись при цьому здоровою та натхненною, або під впливом шкідливих соціальних стереотипів та ірраціональних вірувань зупиняється, не докладає зусиль до подолання нової сходинки буття і таким чином потрапляє в порочне коло неврозів, комплексів, патологізує власне життя й життя своїх близьких. В сучасних умовах у такі моменти виникає небезпека потрапляння в залежність»[1]. На сьогоднішній день вчені означують дві групи залежностей: хімічна та нехімічна (емоційна, поведінкова). Хімічна залежність, за визначенням міжнародної організації здоров’я, – це психічний, а іноді й соматичний стан, який є наслідком повторного вживання природної або синтетичної психоактивної речовини. Психоактивна речовина – це речовина, яка здійснює наркотичний вплив на організм. До психоактивних речовин відносять наркотики та офіційно не зараховані до наркотиків речовини: алкоголь, нікотин, кофеїн і ряд речовин лікарської та побутової хімії. До нехімічної залежності відносять, зокрема, комп’ютерну залежність, сексуальну залежність, культову залежність та інші [3]. Для узалежнених від алкоголю і наркотиків осіб характерним є порушення смислової сфери і діяльності, а саме: установка на швидке задоволення потреб при малих витратах сил; установка на пасивні способи захисту при зустрічах з труднощами; установка на втечу від відповідальності за скоєні вчинки; устанновка на малу опосередкованість діяльності тощо. Дані історій хворіб засвідчують, що відбуваються зміни у мотиваційній структурі особистості, а саме: алкоголь підпорядковує собі інші мотиви і визначає спрямованість людини. Всі інші ж мотиви втрачають свою силу. В ході хвороби алкогольна діяльність перетворює попередню ієрархію діяльностей і потреб, змінює самі мотиви і потреби людини. Д.О.Леонтьєв виокремлює наступні особливості осіб, що залежать від психоактивних речовин: звуження часової перспективи, бідність внутрішнього світу, вузькість світогляду, орієнтація на зовнішні критерії оцінки, некритичне прийняття групових норм і світогляду, фіксація на теперішньому, відсутність цілей життя тощо. Тому, для подолання залежності просто необхідним є вивчення і корекція мотиваційної структури особистості, зміна її ієрархій. Найпершим мотивом повинен стати мотив тверезого життя. Найбільш чином мотивацію подолання хвороби зумовлює позитивна і активна позиція по відношенню до неї, що проявляється в усвідомленні і прийнятті хвороби, налаштування на цілковите виздоровлення, тобто – висока внутрішня мотивація. Нагадаємо, що основними характеристиками людей, що реалізують себе, є: спрямованість на цілі, особистісні смисли, цінності; безперервний розвиток своїх здібностей, використання можливостей; висока самоповага, адекватна самооцінка; орієнтація на власні думки, реакції організму; свобода вибору і відповідальність за наслідки вибору; відмова від своїх захистів…. Можемо припустити, що особистість узалежненого може бути зовсім іншою. Невиконання характеристик самореалізації призводить до негативних станів, незадоволення потреб. Втікаючи від дискомфорту, люди з деструктивною самореалізацією починають нівелювати цей стан, штучно викликаючи позитривні емоції вживанням алкоголю, наркотиків тощо. Основна мотивація вживання алкоголю й наркотиків – прагнення до задоволення, яким людина намагається підмінити щастя буття. В.Франкл зауважує, що чим сильніше людина прагне до насолоди, тим сильніше ця насолода від неї вислизає. В нормі насолода, задоволення ніколи не є метою людських прагнень. Вона є і повинна залишатися результатом, точніше, побічним ефектом досягнення мети. «Якщо у людини немає смислу життя, вона намагається досягнути переживання щастя в обхід реалізації смислу з допомогою хімічних преператів… Наркотизація - це духовна анестезія, але подібно до анестезії, застосування якої в хірургії може викликати смерть, духовна анестезія може призвести до смерті духовної»[4]. Смисл життя, як більш глобальне психологічне утворення, є особистісним надбанням дорослої, зрілої особистості, формування якого опирається на осягнення сенсу значної частини пройденого життєвого шляху. Прагнення до пошуку і реалізації людиною сенсу свого життя В.Франкл розглядає як вроджену мотиваційну тенденцію, властиву всім людям, і яка є основним двигуном поведінку і розвитку особистості. Із життєвих спостережень, клінічної практики і різноманітних емпіричних даних В. Франкл робить висновок, що для того, щоб жити і активно діяти, людина повинна вірити в сенс, який присутній в її долі. Здорова доза напруження, наприклад того, яке виникає в результаті необхідності здійснити сенс, є невід’ємним атрибутом людяності і необхідне для душевного благополуччя**.** Він виділяє три основні шляхи, якими людина може зробити своє життя осмисленим – три основні групи цінностей (цінності творчості, цінності переживання і цінності відношення) : по-перше, за допомогою того, що ми даємо життю – творча робота; по-друге, за допомогою того, що ми берем від життя (переживання цінностей) і, по-третє, за допомогою позиції, яку ми займаємо по відношенню до ситуації, яку ми не в змозі змінити [4].Цінності – досить абстрактні особистісні утворення, реалізаці яких може відбуватися в досить широкому спектрі діяльностей, які мають бути людиною обрані. Але для цього необхідна конкретизація цінностей у чіткі життєві цілі, які будуть структурувати життя, як найближчі періоди, так і більш віддалені перспективи. Саме життєві цілі володіють мотиваційним потенціалом, який здатен стимулювати людину до конкретних дій, що надають життю осмисленості. Як зауваужував, у свій час, Браян Трейсі: «...Цілі – паливо в пічці досягнень. Людина без цілі – всеодно, що корабель без штурвалу, ідучий безцільно і постійно ризикує налетіти на каміння. Людина, яка має ціль, уподібнюється кораблю зі штурвалом, що веде його прямо в порт по своєму вибору». Правильне усвідомлення своєї життєвої ролі і її осмисленість, тобто позитивність з точки зору цінностей, визнаних життєво необхідними, як правило, примножує сили, веде до більш ефективної діяльності. Загалом із задоволенням потреби в сенсі життя з’єднується праця, оскільки ми завжди повинні відмовлятися від багатьох перехідних бажань і відкидати потреби, що не співвідносяться з нашими цілями. Різного роду хобі можуть набути вагомого значення в пристосуванні тих людей, професія чи соціальні функції яких, самі по собі, не дають їм можливість знайти сенс життя. Однак, буває і так, що людина невзмозі обрати таку форму поведінки, яка відповідала б якому-небудь апробованому нею способу задоволення потреби в смислі життя. Тоді намагаючись забути про цю проблему, людина нерідко одурманює себе наркотиками, алкоголем, старається заглушити відчуття спустошення посиленою роботою тощо[2]. Для вирішення будь-якої проблеми необхідна мотивація, яка б штовхала індивіда до дії на шляху до досягнення цілі. Відповідно, для подолання залежностей, перш за все потрібно вивчити ціннісно-мотиваційну структуру особистості узалежненого, вивести мотив тверезості на перше місце в ієрархії. Необхідно виявити ставлення до хвороби, внутрішні конфлікти, можливі вторинні вигоди від хвороби, незадоволені потреби на даному етапі життя; сформувати індивідуальні цілі, які повністю співвідносяться з цінностями людини, не суперечать і доповнюють одна одну, поширюючись на всі сфери життєдіяльності; ліквідувати почуття провини, підвищити самоповагу тощо; узгодити можливі шляхи досягнення цілей з людиною, залучивши рідних і близьких. Все це веде за собою усвідомлення і прийняття відповідальності за власне життя, вчинки, минуле і майбутнє, активізацію активної життєвої позиції.

**Література:**

1. Ліщинська О.А. Культова залежність особистості: передумови, чинники, механізми. – К.: Друк ТОВ ―Легко інк, 2008. –266 с.
2. Обуховський К. Психология влечений человека / Под ред. Б.М.Сегала / Пер. с польського В.И.Могилева. – М.: Прогресс. – 1972. – 247с.
3. Старшенбаум Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей. –М.: Когито-Центр, 2006. –367 с.
4. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368с.

Подавати даний список у відділ комп’ютеризації наукової бібліотеки або надсилати на адресу бібліотеки [**pnu-lib@ukr.net**](mailto:pnu-lib@ukr.net)

Контактна особа – Гуцуляк Олег Борисович, учений секретар наукової бібліотеки

**Телефон для довідок 59-61-10**