







Оригинальное исследование

УДК 159.9.07

DOI: 10.18413/2313-8971-2024-10-1-0-10

- 1) Рядинская Е.Н.* ,
- 2) Ковальчишина Н.И. ,
- 3) Ковальчишина С.В. ,
- 1) Волобуев В.В. 

**Особенности психологического благополучия
и жизнестойкости мужчин с алкогольной зависимостью**

- 1) Донбасская аграрная академия
ул. Ленина, д. 87, г. Макеевка, 286157, Россия
- 2) Филиал Российского Государственного Социального
Университета в г. Минске,
ул. Народная, д. 21, г. Минск, 220107, Республика Беларусь
- 3) Донецкий Государственный Университет
ул. Университетская, д. 24, г. Донецк, 283001, Россия
muchalola@mail.ru*

*Статья поступила 12 декабря 2023; принята 15 марта 2024;
опубликована 30 марта 2024*





Аннотация. *Ведение.* На современном этапе мировой турбулентности, социально-экономических, политических кризисов важной злободневной проблемой в обществе является рассмотрение таких понятий как «психологическое благополучие» и «жизнестойкость личности», особенно среди людей, потерявших жизненные ориентиры, злоупотребляющих алкоголем. Алкоголизм – проблема, которая на протяжении длительного периода времени представляет интерес для научного сообщества, поскольку люди, злоупотребляющие алкоголем, представляют некую угрозу обществу, паразитируют, негативно влияют на окружение. *Цель исследования:* выявление особенностей психологического благополучия и жизнестойкости людей, злоупотребляющих алкоголем. *Материалы и методы.* Выборка состояла из 32-х мужчин, которые проходили реабилитацию в Центре социально-психологической помощи алкоголезависимым (РБ, г. Минск), а также из 36-ти мужчин, у которых не было проблем с употреблением алкоголя (РФ, г. Донецк). Психодиагностический инструментарий включал: «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Т.Д. Шевеленковой, Т.П. Фесенко); методика диагностики жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева). *Результаты исследования и их обсуждение.* Авторы анализируют мнения ученых относительно понятия «психологическое благополучие». Рассматриваются различные теоретические концепции и подходы, на основании которых, выяснено, что психологическое благополучие – это многоуровневое понятие. Его основными составляющими являются социально-экономические, психологические, физические и духовные компоненты. В статье представлены результаты исследования степени психологического благополучия и уровня жизнестойкости людей, злоупотребляющих алкоголем. Полученные данные показали, что у большинства респондентов наблюдается пессимистическое отношение к жизни, низкий или средний уровни жизнестойкости, низкая самооценка, нежелание что-то менять, недостаточность внутренних ресурсов для позитивных

изменений. **Заключение.** У людей, злоупотребляющих алкоголем, искажено представление о «благополучии». Им трудно воспринимать действительность, у многих наблюдается потеря смысла жизни, снижен эмоциональный фон, присутствует отвержение себя, нежелание планировать будущее. У них, как правило, наблюдается низкий уровень жизнестойкости и снижается общий фон благополучия жизни. Ре-социализация лиц, склонных к употреблению спиртных напитков, возможна не только при желании самого человека, но и в случае комплексного подхода со стороны государства, длительной психотерапевтической работы, поддержке всех членов семьи, а также друзей и близких людей.

Ключевые слова: психологическое благополучие; злоупотребление алкоголем; жизнестойкость; самопринятие; аффект; автономия

Информация для цитирования: Рядинская Е.Н., Ковальчишина Н.И., Ковальчишина С.В., Волобуев В.В. Особенности психологического благополучия и жизнестойкости мужчин с алкогольной зависимостью // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2024. Т.10. №1. С. 134-144. DOI: 10.18413/2313-8971-2024-10-1-0-10.

Благодарности. Авторы благодарят анонимных рецензентов за сделанные замечания и предложения, способствовавшие совершенствованию текста статьи.

- 1) E.N. Ryadinskaya* ,
2) N.I. Kovalchishina ,
3) S.V. Kovalchishina ,
1) V.V. Volobuev 

Psychological well-being and resilience of alcohol-dependent men

¹⁾ Donbass Agrarian Academy,

87 Lenin Str., Makeevka, 286157, Russia

²⁾ Branch of the Russian State Social University in Minsk

21 Narodnaya Str., 220107, Minsk, Republic of Belarus

³⁾ Donetsk State University,

24 Universitetskaya Str., Donetsk, 283001, Russia

muchalola@mail.ru*

Received on December 12, 2023; accepted on March 15, 2024;

published on March 30, 2024

Abstract. Introduction. At the present stage of world turbulence, socio-economic and political crises, the consideration of such concepts as “psychological well-being” and “resilience of the individual”, especially among people who have lost their life orientations and abuse alcohol, becomes an important topical problem in society. Alcoholism is a problem that has been of interest to the scientific community for a long period of time, because people who abuse alcohol represent a kind of threat to society, parasitize, negatively affect the environment. *The purpose of the work:* to identify the peculiarities of psychological well-being and resilience of people who abuse alcohol. *Materials and methods.* The sample consisted of 32 men who underwent rehabilitation in the Center for Social and Psychological Assistance to Alcoholics (Minsk, RB), and 36 men who had no

problems with alcohol consumption (Donetsk, RF). Psychodiagnostic tools included: “Scale of psychological well-being” by K. Rieff (adaptation of T.D. Shevelenkova, T.P. Fesenko); method of diagnostics of resilience (S. Muddy in adaptation of D. Leon-tiev). *The results of the study and their discussion.* The authors analyze the opinions of scientists regarding the concept of “psychological well-being”. Various theoretical concepts and approaches are considered, on the basis of which it is found out that psychological well-being is a multilevel concept. Its main components are socio-economic, psychological, physical and spiritual components. The article presents the results of the study of the degree of psychological well-being and the level of resilience of people who abuse alcohol. The data obtained showed that the majority of respondents have a pessimistic attitude to life, low or average levels of resilience, low self-esteem, unwillingness to change something, insufficient internal resources for positive changes. *Conclusion.* People who abuse alcohol have a distorted concept of “well-being”. It is difficult for them to perceive reality, many have a loss of meaning in life, a reduced emotional background, rejection of self, unwillingness to plan for the future. They tend to have a low level of resilience and a reduced general background of well-being in life. The re-socialization of persons prone to alcohol consumption is possible not only if the person wishes to do so, but also in the case of a comprehensive approach by the state, long-term psychotherapeutic work, support of all family members, as well as friends and close people.

Keywords: psychological well-being; alcohol abuse; resilience; self-acceptance; affect; autonomy

Information for citation: Ryadinskaya, E.N., Kovalchishina, N.I., Kovalchishina, S.V. and Volobuev, V.V. (2024), “Psychological well-being and resilience of alcohol-dependent men”, *Research Result. Pedagogy and Psychology of Education*, 10 (1), 134-144, DOI: 10.18413/2313-8971-2024-10-1-0-10.

Thanks. The authors thank the anonymous reviewers for their comments and suggestions, which contributed to the improvement of the text of the article.

Введение (Introduction). На современном этапе мировой турбулентности, социально-экономических, политических кризисов актуальной проблемой в обществе является рассмотрение таких понятий, как «психологическое благополучие» и «жизнестойкость», особенно среди людей, злоупотребляющих алкоголем, вследствие пережитого стресса, потери жизненных ориентиров, ценностно-смыслового размывания.

В настоящее время существует достаточно большой арсенал теоретических и практических исследований относительно вопроса обретения человеком субъективного ощущения благополучия (А.В. Воронина (2005), Э. Динер (1984), К. Рифф (1995), П.П. Фесенко (2005), Т.Д. Шевеленкова (2055) и др.). Некоторыми авторами анализируются и вопросы причин алкогольной зависимости,

профилактики и предупреждения данного явления (Б.С. Братусь (2019), Н.В. Говорин (2010), А.В. Немцов (2009) и др.).

Алкоголизм – проблема, которая на протяжении длительного периода времени представляет интерес для научного сообщества, поскольку люди, злоупотребляющие алкоголем, представляют некую угрозу обществу, паразитируют на нем, негативно влияют на окружение.

В последнее время, как отмечают исследователи, прямо или косвенно от потребления алкоголя зависят показатели здоровья населения и состояние демографической ситуации, как в Российской Федерации, так и в Республике Беларусь. Многие авторы подчеркивают, что существует определенная обратная зависимость: чем выше уровень по-

требления алкоголя, тем менее благополучными являются показатели здоровья населения страны, особенно мужчин (Говорин, 2010).

Вместе с алкоголизацией населения наблюдается также и рост трудноразрешимых социально-экономических, политических, криминальных, медицинских проблем, которые напрямую или косвенно связаны с алкоголем. Прежде всего, это высокий уровень смертности населения, рост алкоголезависимой патологии в виде травматизма, алкогольных гепатитов и циррозов, мозговых и сердечных катастроф, спровоцированных пьянством (Люсов, 2008).

Статистика информирует, что в России среди взрослого населения страны алкоголь употребляют 80% мужчин и 55% женщин (Немцов, 2009). Как показывает практика, часто люди употребляют спиртные напитки, чтобы забыть о существующих проблемах, в период жизненных кризисов, а также, чтобы почувствовать расслабление, радость, свободу, своеобразное ощущение счастья или благополучия.

Вследствие вышеизложенного отметим, что вопросам психологического благополучия и жизнестойкости выпивающего человека посвящено недостаточное количество научных трудов с учетом современных реалий, что определяет актуальность данной темы и ее злободневность.

Цель работы заключается в выявлении особенностей психологического благополучия и жизнестойкости людей, злоупотребляющих алкоголем. **Задачи исследования:** на основе теоретического анализа конкретизировать смысл понятий «психологическое благополучие» и «жизнестойкость», проанализировать составляющие этих явлений, их критерии; изучить уровни психологического благополучия и жизнестойкости у лиц, злоупотребляющих алкоголем.

Теоретическая основа (Theoretical basis). По мнению Н. Брэдберна, в основе феномена психологического благополучия, лежит субъективное ощущение общей удовлетворенности или не удовлетворенности жизнью. Каждодневные события жизни любого

человека (радость, разочарование, горе и т.д.), откликаясь в сознании, накапливаются в виде соответственно окрашенного аффекта (Брэдбер, 2005). Безусловно, фрустрируя по поводу неудач и проблем, человек усиливает негативный аффект, испытывая счастье – позитивный. Именно разница между этими двумя полярными составляющими может называться психологическим благополучием.

Э. Динер детерминирует понятие «субъективное благополучие» в рамках трех критериев: «удовлетворение, приятные и неприятные эмоции», что может объяснить данный феномен (Diener, 1984).

Как известно, благополучие неразрывно связано с различными личностными особенностями человека: уверенность в себе, объективная самооценка, позитивное отношение к себе, общительность и доброжелательность, а также эмоциональная стабильность личности. Так, К. Рифф определила шесть основных параметров психологического благополучия: самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, управление окружающей средой, цель в жизни, личностный рост (Ryff, 1995).

Важно отметить, что индикатором психологического благополучия, как утверждали Р.М. Райан и К. Фредерик, является субъективная жизнеспособность, которая соотносится не только с такими шкалами психологического благополучия, как «автономия» и «позитивные отношения с окружающими», но и с физическими симптомами (Ryan, 1997).

А.В. Воронина указывает, что в качестве степени психологического благополучия, в контексте биологического пространства, может выступать психосоматическое здоровье, отражающее процесс взаимосвязи психической и соматической сфер (Воронина, 2005).

Т.Д. Шевеленкова считает феномен «психологического благополучия» целостным переживанием, выраженным «в субъективном ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью, связанным

с базовыми человеческими потребностями» (Шевеленкова, 2005).

Л.В. Карапетян утверждает, что психологическое благополучие – это многофакторный конструкт, характеризующийся сложной взаимосвязью социальных, культурных, экономических, психологических, физических и духовных факторов (Карапетян, 2014). Оно зависит, в первую очередь, от наличия четких целей, ресурсов для их реализации, успешности выполнения планов деятельности и поведения.

В контексте изучаемой темы, нам представляется также интересным рассмотреть понятие «жизнестойкость», как ресурс личности. Обычно под этим термином ученые подразумевают умение личности эффективно бороться с неблагоприятными обстоятельствами, проявляя высокий уровень устойчивости к стрессу, что является необходимым для сохранения и поддержания психологического здоровья человека.

Интересными представляются взгляды Д.А. Леонтьева на вопрос жизнестойкости человека. Он определяет ее в качестве характерологической черты, которая помогает личности «преодолевать себя». Согласно Д.А. Леонтьеву, основными критериями жизнестойкости можно считать уверенность личности в готовности справиться с ситуацией и открытость всему новому (Леонтьев, 2006).

По мнению Л.А. Александровой, жизнестойкость способствует успешной адаптации личности. Она считает, что главными ее признаками являются: набор базовых способностей (интеллект, самосознание, смысл и ответственность) и специальные способности, которые касаются умения адекватно взаимодействовать с окружающими и навыки преодоления различных типов сложных ситуаций (Александрова).

С. Мадди выделил три критерия жизнестойкости: вовлеченность, контроль и принятие риска (Наливайко, 2006) (рис. 1).



Рис. 1 Схема жизнестойкости (С. Мадди)

Fig. 1 Resilience Scheme (S. Muddy)

Вовлеченность рассматривается как убежденность человека. Участие в реальных событиях предполагает возможность для человека найти в жизни что-то важное и интересное. Люди с этим развитым признаком хотят и могут получать искреннюю радость от своей собственной деятельности.

Контроль можно определить как некую установку на проявление активности в жизни. Однако в противовес этому у деструктивной, слабой личности может формироваться чувство собственной беспомощности, ощущение, что от собственного выбора ничего не зависит, и что всё решается кем-то другим, а не самим человеком.

Принятие риска – это принятие личностью обстоятельств, как позитивных, так и негативных. Это своеобразное движение вперед, когда человек использует трудности как ресурс. Люди, которые не могут преодолеть возникающие затруднения, смиряются с происходящим и предпочитают ничего не менять в своей жизни.

Человек с алкогольной зависимостью, как известно, теряет жизненные смыслы, его психологический комфорт со временем заключается лишь в необходимости достать алкоголь и употребить его. Безусловно, многое зависит от личностных качеств человека, жизненной ситуации, но каждодневно употребляя алкоголь, человек должен осознавать, что через какой-то период времени он уже не сможет остановиться.

Неслучайно Б.С. Братусь указывает, что «систематическое потребление спиртных напитков вызывает постепенную перестройку внутренней среды организма». Действительно, спустя 5-7 лет после начала систематического потребления алкоголя появляется первый симптом болезни – «потеря контроля за количеством выпитого» (Братусь, 2019).

В наших ранних исследованиях показано, что человек, оказавшийся в условиях травмирующих ситуаций – от угрозы физическому здоровью до угрозы образу «Я» и разрушения или потери идентичности – может испытывать достаточно широкий круг психологических нарушений не только на физическом и психическом уровнях, его ценностно-смысловая сфера также подвергается серьезным изменениям. На фоне потери смысла, размывания ценностей, процесса перерождения жизненных ориентиров и приоритетов происходит утрата возможности контролировать собственную жизнь, что находит проявление в неустойчивой жизненной позиции и непременно сказывается на ощущении целостности, возможности управлять собственной жизнью. Одной из деструктивных форм защиты, иллюзорным способом избегания проблем является уход в алкоголизацию, развивающуюся постепенно. Си-

стематическое употребление человеком алкоголя приводит к физической и эмоциональной зависимости и со временем – к деградации личности – прогрессивному снижению уровня психических качеств личности, интеллекта, чувств. В итоге разрушается структура личностных смыслов человека, претерпевают изменение его ценностные ориентации и смысло-жизненные стратегии, возникает потеря внутреннего равновесия, ввергая в пучину хаоса личность как общественно значимую единицу. Однако, возможно проявление и вариативных реакций индивида на травмирующие условия: может наблюдаться конструктивный рост личности, адаптивные состояния и т.д. (Абакумова, 2017).

Таким образом, важным является выявление особенностей психологического благополучия и жизнестойкости людей, злоупотребляющих алкоголем, для оказания им своевременной и прицельной психологической помощи.

Материалы и методы исследования (Materials and methods of research). Для выявления степени психологического благополучия и уровня жизнестойкости у людей, злоупотребляющих алкоголем, нами было проведено исследование, в котором приняли участие 68 мужчин в возрасте от 25 до 45 лет, различного социального статуса и образования и места жительства. Выборка состояла из 32-х мужчин, которые проходили реабилитацию в Центре социально-психологической помощи алкоголезависимым (РБ, г. Минск) в течение 2023 г. (первая группа), а также из 36-ти мужчин (вторая группа), у которых не было проблем с употреблением алкоголя (жители г. Донецка, РФ, посредством анкетирования). Выбор респондентов из региона, где длительно проходят боевые действия, был определен неслучайно. Нам представлялось интересным показать отношение людей к алкоголю в экстремальных условиях жизни и своему благополучию. Подобное сравнение может показаться некорректным. Однако, мы делали акцент на том, что люди, которые позитивно относятся к жизни, могут

обладать сформированной системой ценностей и взглядов, оптимистично воспринимать действительность, несмотря ни на что.

Для реализации цели статьи использовались методики: «Шкала психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Т.Д. Шевеленковой, Т.П. Фесенко); методика диагностики жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева).

Научные результаты и дискуссия (Research Results and Discussion). На первом этапе исследования было проведено анкетирование мужчин второй группы в отношении алкоголя, частоты его принятия, физического и психологического состояния после употребления спиртного и др. С мужчинами первой группы вопросы анкеты не обсуждались, поскольку на момент обследования они проходили реабилитацию и находились в стадии ремиссии.

Полученные данные показали, что среди мужчин второй группы большинство (75%) относится к алкоголю спокойно, без привязанности, многие (66,7%) употребляют только по праздникам, памятным датам и др. Почти треть респондентов (31%) указали, что часто употребляют слабоалкогольные напитки после работы, чтобы расслабиться, снять напряжение и т.п. Практически все отметили, что после принятия алкоголя чувствуют не очень комфортно себя, хотя быстро приходят в норму, что, скорее всего, связано с молодостью респондентов. Эти данные согласуются с нашими ранними исследованиям, касающимися изучения индивидуально-психологических реакций личности, проживающей в зоне вооруженного конфликта (Абакумова, 2017).

Далее респондентам двух групп было предложено ответить на вопрос о том, как они понимают, что такое благополучие? У мужчин первой группы это вызвало затруднение, некоторые так и не смогли однозначно ответить. Почти треть мужчин (31,3%) заявили, что благополучие связано с удовлетворением базовых потребностей.

Мужчины второй группы (52,7%) в основном определяли благополучие как успешную и счастливую жизнь, более трети (39%) считают, что это значит просто жить, иметь

хорошую работу, семью, детей, быть нужным. Поскольку мужчины второй группы проживают в регионе, где на протяжении десяти лет активно ведутся боевые действия, 78% респондентов выразили главную составляющую благополучия – отсутствие обстрелов, успешное окончание специальной военной операции, возможность нормально жить и работать.

Результаты, полученные по методике К. Рифф, показали, что у респондентов первой группы выявлен низкий общий уровень психологического благополучия (305), в отличие от мужчин второй группы (412) (рис. 2).

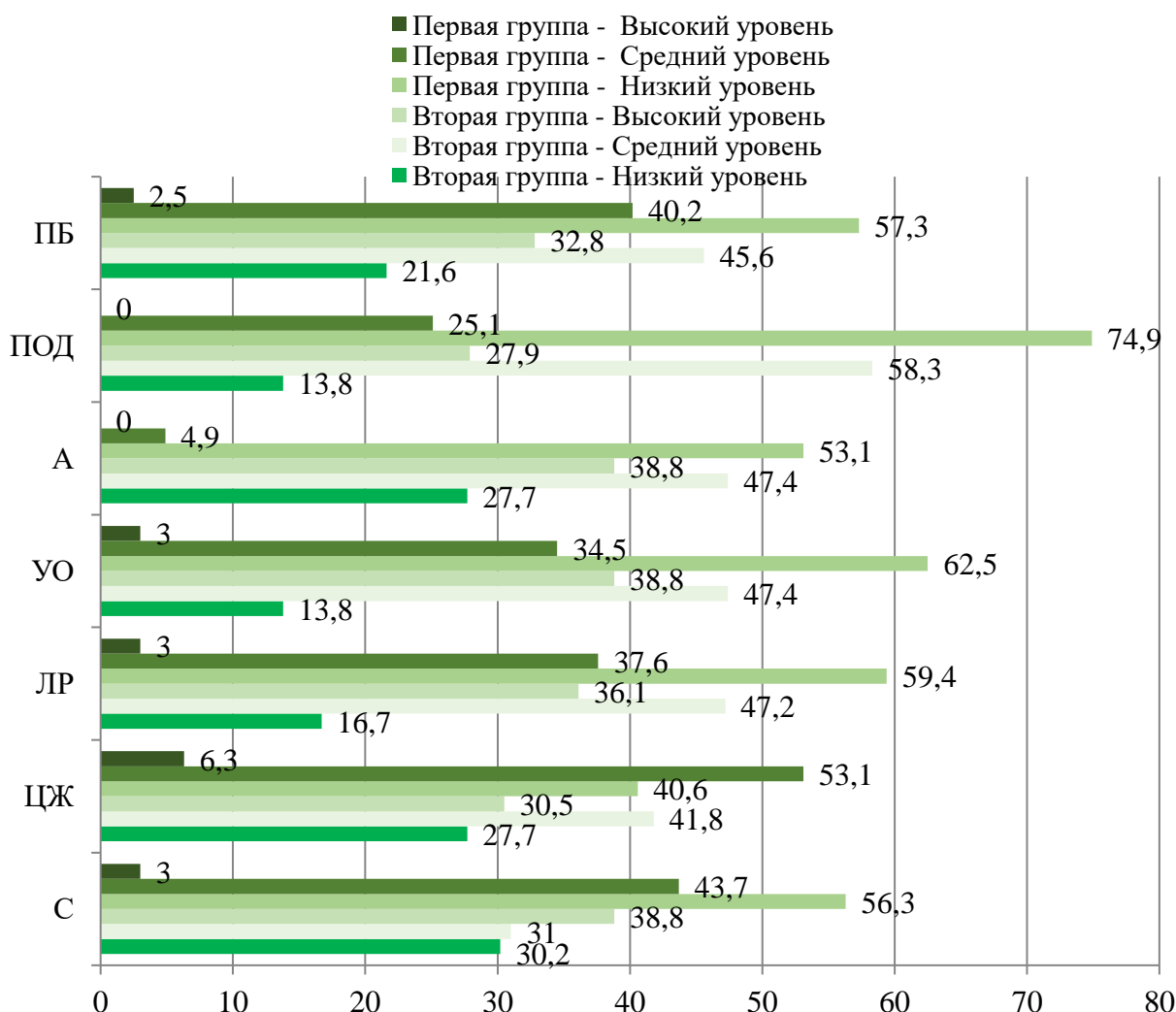
Анализ результатов исследования по шкале «позитивные отношения с окружающими» свидетельствует о том, что большинство мужчин первой группы (56,3%) предпочитают изолированность от окружающих, им свойственно испытывать фрустрацию. По шкале «автономия» у многих (53,1%) наблюдается перекалывание ответственности на других, при полном отсутствии желания принимать решения самостоятельно. Это еще раз подтверждает выводы по результатам исследований показателей «автономии» как психологического благополучия R.M. Ryan и C.M. Frederick (Ryan, 1997).

По шкале «управление окружением» у более половины респондентов первой группы (62,5%) получен низкий результат, что указывает на сложности в организации повседневной деятельности. Они часто чувствуют себя неспособными изменить или улучшить складывающиеся обстоятельства и повлиять на них.

Шкалы «личностный рост» и «цель в жизни» у многих выражены также на низком уровне (59,4% и 40,6% соответственно), что может говорить о своеобразном переосмыслении смысла жизни и освоении каких-то новых перспектив. Некоторым характерно равнодушное отношение к окружающей жизни и чувство, что они неспособны изменить себя, хотя и не удовлетворены своей жизнью. Они склонны ощущать бессилие перед обстоятельствами, имеют низкую самооценку, пессимистично настроены, не верят в себя и

собственные силы. Результаты по шкале «самопринятие» свидетельствуют о том, что мужчины этой группы недовольны собой, разочарованы событиями своего прошлого,

испытывают беспокойство по поводу некоторых личных качеств, желают быть другим, что в их положении является объяснимым.



Примечание: С – Самопринятие, ЦЖ – Цель в жизни, ЛР – Личностный рост, УО – Управление окружением, А – Автономия, ПОД – Положительные отношения с другими, ПБ – Психологическое благополучие (Н – низкий, С – средний, В – высокий уровни).

Рис. 2 Распределение респондентов по уровню сформированности благополучия у мужчин первой/второй групп, в %

Fig. 2 Distribution of respondents by level of well-being in men of the first/second groups, in %

Результаты второй группы выглядят оптимистичнее, что подтверждается статистическими значимыми различиями (по F-критерию Фишера, при $p < 0,05$), полученными практически по всем шкалам двух групп.

Как видим на рисунке 2, у мужчин второй группы, несмотря на неоднозначность

настоящей ситуации вследствие постоянных обстрелов, наблюдаются достаточно позитивные результаты по всем шкалам.

Далее нами проводилось изучение жизнестойкости респондентов по методике диагностики жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева). Полученные результаты представлены в таблице.

Таблица

**Соотношение показателей жизнестойкости респондентов двух групп
 (t-критерий Стьюдента)**

Table

**Correlation of resilience indicators of respondents of two groups
 (Student's t-test)**

Показатели жизнестойко- сти	Средние значения (ср.балл)		Значение t-критерия Стьюдента	Уровень ста- тистической значимости (p)
	Первая группа (n=32)	Вторая группа (n=36)		
Вовлеченность	16,5±0,56	24,5±-0,84	7.86	0.000000*
Контроль	12,8±0,89	21,3±0,73	7.38	0.000000*
Принятие риска	7,7±1,3	15,8±0,39	5.97	0.000000*
Жизнестойкость	37±0,84	61,6±0,59	23.62	0.000000*

Примечание: * различия статистически достоверны, при $p < 0,05$

Результаты, приведенные в таблице, свидетельствуют о том, что у респондентов, находящихся на реабилитации в связи со злоупотреблением алкоголя (первая группа) уровень жизнестойкости ниже, чем у мужчин, у которых не было проблем с его употреблением (вторая группа), что подтверждается статистически значимыми различиями (по t-критерию Стьюдента, при $p < 0,05$).

Так, показатели по шкале «вовлеченность» во второй группе статистически значимо выше, чем у мужчин первой группы. Это означает, что респонденты 2-й группы по сравнению с 1-ой, характеризуются более высокой вовлеченностью в происходящее, они в большей степени получают удовольствие от собственной деятельности. В то же время респонденты первой группы в большей степени, чем второй, переживают чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни. Возможно, данный результат связан с психологической особенностью людей, злоупотребляющих алкоголем и находящихся, в настоящее время, на реабилитации. Они еще не обрели себя в полной мере, не нашли своего места в жизни, что обуславливает их недостаточную вовлеченность в происходящее.

По шкале «контроль» также у респондентов второй группы результаты выше, чем у мужчин первой группы. У них присут-

ствует убежденность, что сопротивление обстоятельствам позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Люди с развитыми признаками контроля осознают, что сами выбирают путь в жизни.

Принятие риска предоставляет возможность человеку относиться к жизни как к способу приобретения опыта. Такие люди могут эффективно действовать при отсутствии каких-либо гарантий успеха, на свой страх и риск, что наблюдается у мужчин второй группы в отличие от первой.

Таким образом, степень жизнестойкости у мужчин второй группы, гораздо выше, чем у респондентов первой группы, что согласуется с данными, полученными в ходе исследований жизнестойкости Д.А. Леонтьевым. Согласно автору, жизнестойкость оказывает большое влияние на оценку реальной ситуации, воспринимающейся не так травматично, а также на дальнейшие действия человека, стимулируя его к заботе о собственном здоровье и психологическом благополучии (Леонтьев, 2006).

В ходе исследования выявлены прямые корреляционные связи согласно Спирмена между шкалами: психологическое благополучие и жизнестойкость ($r = 0,697$, при $p = 0,01$). Другими словами, чем более мужчины устойчивы к жизненным трудностям,

склонны относиться к проблемным ситуациям как вызовам, повышать свою продуктивность в условиях постоянно действующего стресса, тем выше их психологическое благополучие.

Заключение (Conclusions). Подытоживая вышесказанное, подчеркнем, что у людей, злоупотребляющих алкоголем, компоненты благополучия имеют другие характеристики в отличие от не имеющих зависимости. Им реально трудно воспринимать действительность, у многих наблюдается потеря смысла жизни, размытие целей и ценностей, снижен эмоциональный фон, присутствует отвержение себя, нежелание планировать будущее. У них, как правило, наблюдается низкий уровень жизнестойкости и снижается общий фон благополучия жизни. Все эти факторы оказывают негативное влияние на здоровье человека, как на физическом, так и на психологическом уровнях, вызывают апатию и депрессивное состояние.

Ресоциализации лиц, склонных к употреблению спиртных напитков может быть эффективна не только при желании самого человека, но и в случае комплексного подхода со стороны государства. В качестве рекомендаций можно предложить людям с алкогольной зависимостью проходить длительную психотерапевтическую работу со специалистами по возвращению в нормальную жизнь, не отвергать помощь близких и друзей, активно вовлекаться в реальную жизнь.

Список литературы

Абакумова И.В., Рядинская Е.Н. Специфика индивидуально-психологических реакций личности, проживающей в зоне вооруженного конфликта // Научные ведомости БелГУ. Сер. Гуманитарные науки. 2017. 7(33), 177-181.

Александрова Л.А. К концепции жизнестойкости в психологии. URL: <http://hpsy.ru/public/x2636.htm> (дата обращения: 24.11.23).

Братусь Б.С. Аномалии личности. Психологический подход. М.: Ника, 2019. 912 с.

Брэдберн Н. Структура психологического благополучия. Ярославль: ИНФРА, 2005. 13 с.

Воронина А.В. Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа // Сибирский психологический журнал. 2005. № 3. С. 142-143.

Говорин Н.В., Сахаров А.В. Алкогольное бремя соматического стационара. Томск: Изд-во «Иван Федоров», 2010. 160 с.

Карапетян Л.В. Теоретические подходы к пониманию субъективного благополучия // Известия Уральского федерального университета. Серия 1: Проблемы образования, науки и культуры. 2014. Т. 123. № 1. С. 171-182.

Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Изд-во Смысл, 2006. 63 с.

Люсов В.А., Харченко В.И., Корякин М.В. Заболеваемость населения России алкоголизмом и смертность от болезней системы кровообращения и других причин // Российский кардиологический журнал. 2008. № 4 (72). С. 79-92.

Наливайко Т.В. К вопросу осмысления концепции жизнестойкости С. Мадди // Вестник интегративной психологии: журнал для психологов. 2006. № 4. С. 211-216.

Немцов А.В. Алкогольная история России: новейший период. М.: «Либроком». 2009. 320 с.

Шевеленкова Т.Д., Фесенко Т.П. Психологическое благополучие личности // Психологическая диагностика. 2005. №3. С. 95-121.

Diener E. Subjective well-being // Psychological Bulletin. 1984. Vol. 95. №3. P. 542-575.

Ryan R.M., Frederick C.M. On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being // Journal of Personality. 1997. Vol. 65. №3. P. 529-565.

Ryff C. Psychological well-being in adult life // Current Direction in Psychological Science. 1995. № 4. P. 99-104.

References

Abakumova, I.V. and Ryadinskaya, E.N. (2017), "Specificity of individual and psychological reactions of personality living in the zone of armed conflict", *Scientific Bulletin of BelGU. Ser. Humanities*, 7 (33), 177-181. (In Russian).

Aleksandrova, L.A. (2023), *K kontseptsii zhiznestroykosti v psikhologii* [Toward the concept of resilience in psychology], available at: <http://hpsy.ru/public/x2636.htm> (Accessed 24 November 2023).

Bratus', B.S. (2019), *Anomalii lichnosti. Psikhologicheskyy podkhod* [Personality anomalies. Psychological approach], Nikeja, Moscow, Russia.

Bredberner, N. (2005), *Struktura psichologicheskogo blagopoluchiya* [The structure of psychological well-being], INFRA, Yaroslavl, Russia.

Voronina, A.V. (2005), "The problem of psychological health and human well-being: a review of concepts and experience of structural-level analysis", *Siberian Psychological Journal*, 3, 142-143. (In Russian).

Govorin, N.V. and Saharov, A.V. (2010), *Alkogolnoe bremya somaticheskogo statsionara* [Alcohol burden of somatic inpatients], Ivan Fedorov, Tomsk, Russia.

Karapetyan, L.V. (2014), "Theoretical approaches to understanding subjective well-being", *Bulletin of Ural Federal University. Series I: Problems of Education, Science and Culture*, 123 (1), 171-182. (In Russian).

Leontiev, D.A. and Rasskazova, E.I. (2006), *Test zhiznestoikosti* [Resilience test], Smysl, Moscow, Russia.

Lyusov, V.A., Kharchenko, V.I. and Koryakin, M.V. (2008), "Incidence of alcoholism in the Russian population and mortality from diseases of the circulatory system and other causes", *Russian Cardiology Journal*, 4 (72), 79-92. (In Russian).

Nalivaiko, T.V. (2006), "To the question of comprehension of the concept of resilience S. Muddy", *Bulletin of integrative psychology: a journal for psychologists*, 4, 211-216. (In Russian).

Nemtsov, A.V. (2009), *Alkogolnaya istoriya Rossii: noveishiy period* [Alcohol history of Russia: the newest period], Librokom, Moscow, Russia.

Shevelenkova, T.D. and Fesenko, T.P. (2005), "Psychological well-being of personality", *Psychological diagnostics*, 3, 95-121. (In Russian).

Diener, E. (1984), "Subjective well-being", *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. (In USA).

Ryan, R.M. and Frederick, C.M. (1997), "On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being", *Journal of Personality*, 65 (3), 529-565. (In UK).

Ryff, C. (1995), "Psychological well-being in adult life", *Current Direction in Psychological Science*, 4, 99-104. (In USA).

Информация о конфликте интересов: авторы не имеют конфликта интересов для декларации.
Conflicts of Interest: the authors have no conflict of interest to declare.

Данные авторов:

Рядинская Евгения Николаевна, доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой психологии, член Международного научного психофизиологического содружества, Донбасская аграрная академия. **Ковальчишина Наталья Ивановна**, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии и конфликтологии, Филиал Российского Государственного Социального Университета в г. Минске, Республика Беларусь.

Ковальчишина Светлана Владимировна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, Донецкий Государственный Университет. **Волобуев Вахтанг Вячеславович**, кандидат медицинских наук, доцент, кафедры психологии, член-корреспондент Международной академии наук педагогического образования, Донбасская аграрная академия.

About the authors:

Evgenia N. Ryadinskaya, Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Psychology, Member of the International Scientific Psychophysiological Community, Donbass Agrarian Academy.

Natalya I. Kovalchishina, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology and Conflictology, Branch of the Russian State Social University in Minsk, Republic of Belarus.

Svetlana V. Kovalchishina, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology, Donetsk State University.

Vakhtang V. Volobuev, Candidate of Medical Sciences, Associate Professor of the Department of Psychology, Corresponding Member of the International Academy of Sciences of Pedagogical Education, Donbass Agrarian Academy.