

## Особенности саморегуляции мужчин с алкогольной зависимостью

**Власова Н.В.**

Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3452-1133>, e-mail: L1025173@yandex.ru

**Лановая А.М.**

Национальный научный центр наркологии – филиал ФГБУ «НМИЦ психиатрии и наркологии им. В.П. Сербского» Минздрава России, г. Москва, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4255-7953>, e-mail: alesya.lan@gmail.com

В статье приводятся результаты эмпирического исследования особенностей саморегуляции мужчин с алкогольной зависимостью. Саморегуляция определяется как системный процесс, который включает в себя процессы инициирования, планирования, моделирования, оценки и коррекции форм внешней и внутренней активности человека согласно его целям. При алкогольной зависимости как одной из форм деструктивного аддиктивного поведения происходят серьезные деформации в личностной сфере человека. Во-первых, формируются негативные изменения в работе всех психических процессов. Во-вторых, злоупотребление алкоголем приводит к нарушениям эмоциональной сферы. Аддикты склонны к агрессивным, неконтролируемым действиям. Проведенное эмпирическое исследование имело целью выявить особенности в изменении саморегуляции, связанные с формированием алкогольной зависимости. В экспериментальную группу (N=40) вошли мужчины с установленным диагнозом алкоголизма второй и третьей стадии. Результаты эмпирического исследования могут быть использованы для разработки специальных профилактических программ на основе приемов развития саморегуляции.

**Ключевые слова:** аддиктивное поведение, алкогольная зависимость, саморегуляция, стилевая саморегуляция, фрустрация.

**Благодарности:** Авторы благодарят за помощь в сборе данных для исследования Канунникову Галину Александровну – клинического психолога Наркологической клинической больницы №17 г. Москвы.

**Для цитаты:** Власова Н.В., Лановая А.М. Особенности саморегуляции мужчин с алкогольной зависимостью [Электронный ресурс] // Психология и право. 2021. Том 11. № 2. С. 208–220. DOI:10.17759/psylaw.2021110215

## Self-Control Peculiarities of Men with Alcohol Dependence

**Nataliia V. Vlasova**

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3452-1133>, e-mail: L1025173@yandex.ru

**Alesya M. Lanovaya**

National Research Center on Addictions – branch, National Medical Research Centre for Psychiatry and Narcology n.a. V.Serb'sky, Russian Federation Ministry of Health, Moscow, Russia  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4255-7953>, e-mail: alesya.lan@gmail.com

The article presents the results of an empirical research of self-regulation peculiarities of men with alcohol dependence. Self-regulation is defined as a system process which is comprised of initiation, planning and modeling processes, evaluation and correction of one's external and internal activities in accordance with goals. In case of alcohol dependence as one of the forms of destructive addictive behavior, serious disorders occur in one's personality sphere. Firstly, negative changes emerge in all mental processes. Secondly, alcohol abuse leads to disorders in the emotional sphere. Addicts are liable to aggressive and uncontrolled acts. The empirical study that aimed to detect peculiarities in self-regulation altered by the establishing alcohol dependence. The experimental group included 40 men diagnosed with the second and third stages of alcoholism. The results of the empirical study can be used in preventive programs based on techniques of developing self-regulation.

**Keywords:** addictive behavior, alcohol dependence, self-regulation, self-regulation style, frustration.

**Acknowledgements:** The authors are grateful to clinical psychologist Galina A. Kanunnikova for assistance in data collection (Addiction Clinic №17, Moscow, Russia).

**For citation:** Vlasova N.V., Lanovaya A.M. Self-control peculiarities of men with alcohol dependence. *Psikhologiya i pravo = Psychology and Law*, 2021. Vol. 11, no. 2, pp. 208–220. DOI:10.17759/psylaw.2021110215 (In Russ.).

### Введение в проблему

В данной работе затрагивается проблема зависимого поведения как одна из форм девиации. Аддиктивное поведение является наиболее распространенным типом девиантного поведения. В современных условиях, когда многие традиции разрушаются под давлением стремительного технического прогресса, ослабляются связи в микро- и макросоциуме, человек находится в непрерывном состоянии деструктивного стресса. Девиантность в некоторых ситуациях становится выходом, возможностью социально-психологической адаптации к происходящим изменениям в обществе [9].

Алкоголизм как одна из форм аутодеструктивного поведения влечет угрозу не только для самой аддиктивной личности, но и для общества в целом. Так, по данным Министерства здравоохранения России только за последние семь лет количество преступлений, совершенных лицами в состоянии алкогольного опьянения, возросло более чем на пятьдесят

тысяч, что составляет порядка 10% от общего числа случаев нарушения закона [10].

Проблема алкоголизации населения остается одной из важнейших в области медицины и психологии, а люди, страдающие данным заболеванием, нуждаются в профилактической и коррекционной психологической помощи. Для проведения эффективной работы по предупреждению и реабилитации алкоголизма требуются научные знания об определенных причинных факторах, при наличии которых человека следует включить в группу риска данного вида аддикции [15].

Многие исследователи в области аддиктологии, характеризуя зависимую от алкоголя личность, выделяют следующие ее особенности:

- испытывает трудности при выходе из сложных, но типичных для человека жизненных ситуаций;
- обладает заниженной самооценкой, которая внешне маскируется такими чувствами, как презрение, самодовольство, горделивость;
- открыта социальным контактам, но, как правило, избегает близких отношений;
- склонна к лживым высказываниям;
- избегает ответственности;
- имеет тенденцию к регулярному и неоправданному обвинению других людей [17].

Систематическое употребление алкоголя неминуемо приводит к целому ряду других трансформаций личности. Во-первых, происходят негативные изменения в работе всех психических процессов. Снижается качество мыслительных процессов, ухудшается память, человеку труднее удерживать и переключать внимание. Во-вторых, употребление алкоголя приводит к нарушениям эмоциональной сферы. Зависимый от алкоголя человек становится более импульсивным, ощущает либо крайнюю чувствительность к происходящему вокруг, и тогда ему тяжелее справляться со своими переживаниями, либо полную безэмоциональность, когда внешние события вообще не вызывают никаких чувств [16].

Отмечаются также нарушения поведения, связанные с расстройством процессов саморегуляции. Слабо контролируется речь и нарушена координация движений. Алкогольно зависимый часто склонен к проявлениям агрессии, может терять контроль над своими действиями, что в итоге может приводить к делинквентному, преступному поведению [6].

В личностной сфере наблюдаются негативное восприятие себя, беспомощность, постоянное ощущение дискомфорта вне компании выпивающих. Меняется структура и иерархия ее мотивов, потребности теряют свою опосредованность. В связи с этим существенно уменьшается круг интересов, все стремления направлены лишь на удовлетворение одного — освободиться от физического и психологического дискомфорта. Происходит переформирование системы ценностей аддикта, стираются понятия этических и моральных норм [3].

Изменения в данных сферах личности приводят к нарушениям взаимодействия с окружающими. Отмечаются дистанцирование от людей, не употребляющих спиртное, и одновременно возвышение ценностей и тех, кто разделяет интерес к алкоголю. Только в их компании зависимые находят поддержку, позитивную оценку своего пристрастия. В то же время в исследованиях отмечается, что взаимоотношения между алкогольно зависимыми в одном кругу носят двойственный характер: они обладают общей целью, и тема алкоголя их объединяет и сближает, но одновременно с этим они не проявляют уважительного отношения к членам своей референтной группы [8].

Деструктивность коммуникации при алкогольной зависимости главным образом

выражается в том, что зависимый выстраивает своеобразную эмоциональную связь не с представителями социума, а с неодушевленным объектом [4].

Особого внимания, на наш взгляд, заслуживает проблема саморегуляции аддиктивной личности. В своей жизни человеку всегда приходится делать тот или иной выбор при взаимодействии с внешним миром, и на этот процесс влияют различные факторы: условия окружающего мира, индивидуальные психологические особенности самого человека и окружающих его людей, цели деятельности и способы их достижения. Совершить выбор и устранить неясность ситуации, человеку помогают механизмы регуляции и саморегуляции [13].

Понятие саморегуляции тесно связано с понятием воли, а именно с волевым усилием и волевым действием. Регулятивная функция воли понимается как «...психический механизм, через который личность регулирует свои психические функции, прилаживая их друг к другу и перестраивая их в соответствии с решаемой задачей» [10, с. 42].

О.Н. Конопкин выделяет четыре основных регуляторных процесса: планирование целей, моделирование условий, программирование действий и оценка результатов, а также два регуляторно-личностных свойства: гибкость и самостоятельность [12].

Данные процессы являются компонентами системы саморегуляции.

- Принятая цель. Главенствующая и смыслообразующая функция саморегуляции.
- Модель условий. Совокупность условий внешнего и внутреннего мира человека.
- Программа. Непосредственное выполнение функции регуляции деятельности.

Представляет способы достижения цели, алгоритм действий, информированность субъекта.

- Контроль и оценка. Сопоставление субъектом результатов деятельности и намеченных целей. [11]

Представленная система саморегуляции присуща людям в целом, но для отражения их индивидуальных психологических характеристик используются факторы, связанные с устойчивостью и адекватностью постановки цели. Имеются в виду различия в активности, соответствии целей окружающей обстановке, которые отражают особенности моделирования условий (продуктивность психических процессов) и создания программы действий (аспекты тщательности планирования, соотнесение действий с прошлым опытом, прогностические способности) [14].

Также влияние на стиль саморегуляции оказывают следующие индивидуальные характеристики человека:

- адекватность (соответствие способов условиям);
- осознанность (осмысленный подход);
- пластичность (способность вносить корректировки);
- устойчивость (независимость от неблагоприятных ситуаций) [7].

В.И. Моросанова связывает индивидуальный стиль с вариантами выхода из сложных жизненных ситуаций. основополагающим фактором является непосредственный тип реакции на фрустрирующую ситуацию. Стиль саморегуляции отображает характер деятельности человека в целом, его активности, он включает в себя компенсаторную, интегративную и инструментальную функции [13].

Согласно субъектному подходу, человек, проявляя активность, сам планирует и вносит корректировки в свою деятельность. Как правило, индивидуальный стиль рассматривают через особенности результатов и процесса деятельности человека [5].

На принцип субъекта деятельности опиралась в своих работах Л.Г. Дикая. Согласно данному принципу, существует связь между внешними условиями окружающего мира и индивидуально-психологическими структурами личности, которые задействованы в саморегуляции. Л.Г. Дикая представляет саморегуляцию в качестве психологической системы и деятельности психики. Центральными компонентами саморегуляции являются принцип активности и принцип развития. Автор выделяет два уровня функционирования саморегуляции: психофизиологический и психодинамический. Взаимодействие между уровнями формирует стиль саморегуляции, в то время как фундаментом для его построения являются ресурсы человека. Ресурсы, в свою очередь, закладываются на основе личного опыта [9].

В личностно-ориентированной теории регуляции психических состояний выдвинуто следующее положение: саморегуляция является иерархической системой, компонентами которой выступают регуляторы различных психических состояний. Каждое новое состояние переживается человеком, осмысливается, осознается — именно так и происходит функционирование системы саморегуляции. Важную роль здесь играют психические процессы человека, а также его индивидуальные психологические особенности [13].

Психическая саморегуляция человека, страдающего алкогольной зависимостью, нарушена. Регулятивный системный процесс, который включает в себя этапы инициирования, планирования, моделирования, оценки и коррекции форм внешней и внутренней активности человека, согласно его целям, становится деформированным. Страдают как отдельные компоненты системы саморегуляции, так и весь процесс адаптации человека, его реакции на стрессовую ситуацию [7].

Все вышесказанное и определило цель нашего исследования — выявить особенности саморегуляции мужчин с алкогольной зависимостью.

### **Гипотеза исследования**

В исследовании мы исходим из предположения, согласно которому мужчины с алкогольной зависимостью обладают более низким уровнем саморегуляции и повышенной чувствительностью к стрессовым ситуациям, воздействию неблагоприятных факторов в сравнении со здоровыми мужчинами.

### **Метод и участники исследования**

В ходе эмпирического исследования нами было проведено сравнение основных компонентов саморегуляции мужчин с алкогольной зависимостью (экспериментальная группа) и здоровых мужчин, которые составили контрольную группу. Средний возраст испытуемых составил 36,5 (+/-3,9) лет. Мужчины экспериментальной выборки (40 человек) находились на стационарном наблюдении в наркологической клинической больнице г. Москвы, им был поставлен диагноз — алкогольная зависимость второй и третьей стадии. Контрольную группу составили здоровые мужчины (41 человек), не злоупотребляющие алкоголем и инициативно пожелавшие участвовать в исследовании.

Для выявления особенностей саморегуляции в обеих группах использовались следующие методики: «Исследование волевой саморегуляции» А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана, опросник «Стилевая саморегуляция поведения человека» В.И. Моросановой и «Методика изучения фрустрационных реакций» С. Розенцвейга. Для обработки данных использовался статистический критерий проверки гипотез в пакете SPSS Statistics-26: непараметрический

критерий Манна-Уитни для независимых выборок.

### Результаты и их обсуждение

Полученные данные по методике «Исследование волевой саморегуляции» А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана, представленные в табл. 1, свидетельствуют о следующих особенностях в компонентах процесса саморегуляции между экспериментальной и контрольной группами. Не обнаружено значимых различий в свойстве «Настойчивость» между мужчинами с алкогольной зависимостью и здоровыми мужчинами. Также разница в показателях в уровнях развития волевой саморегуляции не является достаточно большой, чтобы говорить о статистически значимых различиях двух выборок. Вместе с тем имеются значимые различия по признаку «Самообладание» ( $p \leq 0,01$ ). Данные свидетельствуют о том, что мужчины с алкогольной зависимостью демонстрируют неустойчивость эмоциональных проявлений либо эмоциональную холодность. Они неуравновешены, отличаются неадекватностью поведения. Таких людей пугает все новое, они обидчивы.

Таблица 1

Результаты методики «Исследование волевой саморегуляции» А.В. Зверькова и Е.В.Эйдмана (N = 81)

Показатели методики	Группа	Средний ранг	Асимптотическая значимость
Общий уровень саморегуляции	Контрольная группа	23,05	0,259
	Экспериментальная группа	18,85	
Настойчивость	Контрольная группа	20,71	0,875
	Экспериментальная группа	21,30	
Самообладание**	Контрольная группа	26,21	0,004
	Экспериментальная группа	15,53	

По данным исследования с помощью опросника «Стилевая саморегуляция поведения человека» (В.И. Моросанова), представленным в табл. 2, можно сделать вывод о том, что статистически значимые различия между мужчинами с алкогольной зависимостью и здоровыми мужчинами по уровню саморегуляции отсутствуют. Однако следует отметить, что есть различия между экспериментальной и контрольной выборками в уровнях признака по субшкалам «Программирование» ( $p \leq 0,05$ ), «Оценка результатов» ( $p \leq 0,01$ ) и «Самостоятельность» ( $p \leq 0,01$ ).

Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том, что по уровню выраженности признаки по шкалам «Программирование деятельности» и «Самостоятельность» выше в экспериментальной группе. Данные показатели можно объяснить тем, что не имеющие алкогольной зависимости мужчины обладают более высокими навыками планирования своей деятельности. Они более тщательно и детально продумывают все этапы своей работы, способны адекватно оценивать внешние обстоятельства и вносить своевременные и важные корректировки в свои планы для достижения цели. В то время как аддикты менее самостоятельны, им зачастую требуется помощь в организации и контроле их действий со стороны, у них меньше развиты

способности самозащиты, они более подвержены чужому мнению. При этом у алкогольно зависимых мужчин отмечается более высокий уровень признака по шкале «Процесс оценки результатов деятельности» ( $p \leq 0,01$ ). Данные результаты можно связать с предположением о том, что у аддиктивной личности формируются особые критерии при оценивании результатов своей деятельности, отличные от факторов здорового человека. Так, алкогольно зависимые считают, что являются вполне состоятельными в любой деятельности, стоит им лишь начать ее. Однако зачастую они не могут адекватно оценить, с какими конкретными задачами сумеют справиться, не критичны к своим способностям и возможностям.

Таблица 2

**Результаты опросника «Стилевая саморегуляция поведения человека»  
 В.И.Моросановой (N = 81)**

Показатели опросника	Группа	Средний ранг	Асимптотическая значимость
Процесс планирования	Контрольная группа	22,31	0,463
	Экспериментальная группа	19,63	
Процесс моделирования	Контрольная группа	20,57	0,809
	Экспериментальная группа	21,45	
Процесс программирования*	Контрольная группа	24,60	0,039
	Экспериментальная группа	17,23	
Процесс оценки результатов**	Контрольная группа	16,60	0,011
	Экспериментальная группа	25,63	
Гибкость	Контрольная группа	20,71	0,872
	Экспериментальная группа	21,30	
Самостоятельность**	Контрольная группа	26,12	0,004
	Экспериментальная группа	15,63	
Общий уровень саморегуляции	Контрольная группа	24,29	0,070
	Экспериментальная группа	17,55	

Результаты исследования по «Методике изучения фрустрационных реакций» (С. Розенцвейг) в табл. 3 свидетельствуют о различиях в реакциях на проблемные ситуации и способах выхода из них у алкогольно зависимых и здоровых мужчин. Статистически значимые различия отмечаются по направлениям реакции (экстрапунитивная и импунитивная) и по типу реакций (фиксация на препятствии и фиксация на удовлетворении потребности). Более высокая частота экстрапунитивных реакций на проблемную ситуацию отмечается у мужчин с алкогольной зависимостью. Таким образом, у алкогольных аддиктов агрессия в целом направлена на окружение, внешнюю причину проблемы. Эти результаты подтверждают данные о формировании и нарастании агрессивных характерологических черт у мужчин с алкогольной зависимостью. Они более склонны к обвинению окружающих, демонстрируют различные формы агрессивного поведения, чаще вербального и открытого характера.

Таблица 3

**Результаты «Методики изучения фрустрационных реакций» С. Розенцвейга (N = 81)**

Показатели методики	Группа	Средний ранг	Асимптотическая значимость
Экстрапунитивная реакция**	Контрольная группа	15,14	0,001
	Экспериментальная группа	27,15	
Интропунитивная реакция	Контрольная группа	20,52	0,789
	Экспериментальная группа	21,50	
Импунитивная реакция**	Контрольная группа	25,81	0,008
	Экспериментальная группа	15,95	
Фиксация на препятствии***	Контрольная группа	14,00	0,000
	Экспериментальная группа	28,35	
Фиксация на самозащите	Контрольная группа	19,14	0,299
	Экспериментальная группа	22,95	
Фиксация на удовлетворении потребности*	Контрольная группа	25,10	0,022
	Экспериментальная группа	16,70	

По результатам исследования, мужчинами, страдающими алкогольной зависимостью, сложные жизненные ситуации рассматриваются в качестве дистрессовых, в которых они довольно часто затрудняются найти выход, но сразу пытаются обвинить кого-то или перенести ответственность на внешние обстоятельства. В некоторых случаях аддикты склонны к внешнему самообвинению, когда, считая себя виновными и одновременно стремясь защититься, демонстрируют проявления вербальной агрессии. Данные результаты могут служить показателем неадекватной оценки окружающей обстановки и самооценки, нейтральных или негативных взглядов на жизнь, общество и свои перспективы.

В отличие от аддиктов, не имеющие зависимость от алкоголя мужчины чаще склонны оценивать стрессовую ситуацию как сложную, но мобилизирующую, дающую возможность проявить себя, найти наиболее эффективные выходы из стрессовой ситуации. Они проявляют более высокий уровень осознанности, как ситуации, так и самих себя, своих возможностей и способностей.

Данные по шкале «Фиксация на удовлетворении потребности» ( $p \leq 0,05$ ) «Методики изучения фрустрационных реакций» С. Розенцвейга свидетельствуют о том, что у мужчин контрольной выборки чаще отмечаются реакции с фиксацией на непосредственное удовлетворение потребности. Таким образом, алкогольно зависимые, в отличие от здоровых мужчин, менее склонны направлять свою деятельность на поиск благоприятных и адекватных выходов из проблемных ситуаций.

По результатам, полученным по шкале «Фиксация на препятствии» ( $p \leq 0,001$ ) «Методики изучения фрустрационных реакций», у представителей экспериментальной выборки наблюдается преобладание реакций на фрустрирующую ситуацию с фиксацией на препятствии. Это свидетельствует о том, что алкогольно зависимые делают акцент на



аспекте, который мешает им, вызывает неприятные эмоции. В этих условиях они больше внимания уделяют самой ситуации, конкретным факторам, отражающим невозможность удовлетворить потребность, в то время как во внимании здоровых мужчин доминирует цель преодолеть возникшую фрустрацию, найти выход из ситуации.

Таким образом, на основании результатов проведенного нами исследования можно выделить следующие особенности саморегуляции мужчин с алкогольной зависимостью. Прежде всего, это неустойчивость эмоциональных реакций, для внешних проявлений которых характерна либо эмоциональная холодность, либо крайняя неуравновешенность. Поведение, отражающее особенности саморегуляции алкогольно зависимых мужчин, характеризуется неадекватностью, склонностью к реакциям страха либо враждебности и агрессивности. По сравнению со здоровыми мужчинами аддикты отличаются низкими навыками программирования своих действий, неспособностью адекватно оценивать внешние обстоятельства и вносить своевременные и важные корректировки для достижения цели, невозможностью тщательно продумывать этапы деятельности. При выполнении любой задачи, вызывающей дополнительные трудности, или возникновении препятствий на пути ее решения они испытывают потребность в помощи в организации и контроле своих действий, ощущая при этом свою несостоятельность, что, в свою очередь, заставляет их, в качестве оправдания, обвинять в любых неприятностях других людей. Деформированные критерии оценки результатов своей деятельности, приводят их к демонстрации в проблемной ситуации реакций агрессии, направленной на окружение или внешнюю причину проблемы.

### Заключение

Процессы психической саморегуляции являются важнейшим механизмом, обеспечивающим способности человека адаптироваться к постоянно меняющимся условиям окружающей среды, самостоятельно выстраивать план для достижения целей, своевременно редактируя его, контролировать свои поведение и эмоции. Адаптивно функционирующая система саморегуляции позволяет человеку чувствовать себя продуктивным, способным достигать новых высот, быть в гармонии с окружающим миром.

Алкогольная зависимость, как и любой другой тип аддиктивного поведения, сопровождается нарушением функционирования процессов психической саморегуляции. Это приводит к разным последствиям, но тенденция — отчетливо негативная.

Мужчина, зависимый от алкоголя, и, соответственно, имеющий нарушения психической саморегуляции, разрушает взаимоотношения с семьей, близкими, теряет благополучный ориентир своей жизни, лишается способности адекватно оценивать окружающую обстановку и действовать в ней, не способен соотносить желания с нормами общества. Неспособность контролировать эмоциональные реакции и поведение могут привести к нарушениям закона, и тогда, как «снежный ком», прибавляются негативные события, сложные ситуации, из которых все сложнее будет выходить, труднее будет справляться с накапливающимися проблемами.

Психокоррекционная работа с алкогольно зависимыми мужчинами ведется исходя из особенностей их нарушений. Данное исследование имело своей целью выявление особенностей саморегуляции у мужчин с алкогольной зависимостью. Поставленная цель была достигнута. Полученные результаты можно использовать для разработки психокоррекционных программ.

Известно, что ранняя психологическая коррекционная работа дает более конструктивные

результаты. Но чаще всего к ней приступают не на первой стадии алкогольной зависимости, однако это несколько не умаляет ее значимости. Выявленные в исследовании особенности саморегуляции, несомненно, имеют место на всех стадиях алкогольной зависимости. Меняется только степень их выраженности. При проведении психокоррекции учитываются специфические аспекты каждой стадии зависимости.

Подводя итоги проведенного исследования, следует отметить: наша гипотеза о том, что мужчины с алкогольной зависимостью обладают более низким уровнем саморегуляции и повышенной чувствительностью к воздействию неблагоприятных факторов в сравнении со здоровыми мужчинами, подтверждается частично. Обнаружены различия в уровнях отдельных компонентов саморегуляции: способность к эмоциональному самообладанию, программированию, оценке результатов и самостоятельности своей деятельности. Также отмечается более высокий уровень придания значимости стрессовым ситуациям с фиксацией на неблагоприятных факторах, склонность к поиску виновных, а не поиску решений.

Основываясь на результатах проведенного исследования, психологическая коррекционная работа должна строиться с учетом решения следующих задач:

- развитие навыков самообладания;
- развитие самостоятельности;
- развитие навыков психологической защиты;
- тренировка навыков программирования деятельности;
- стабилизация эмоциональной сферы и поведения, изменение направленности реакций на проблемные ситуации и поиск адекватных способов выхода из проблемных ситуаций.

Психокоррекционная программа может включать в себя блоки, посвященные психодиагностике, тренингам развития саморегуляции, просветительской работе.

Коррекция процессов саморегуляции может быть реализована посредством формирования установки на поиск приоритетных целей с алгоритмом их достижения, формирования мотивации на поиск жизненного смысла, предназначения, корректировки самооценки, системы ценностей и личностно значимых ориентиров.

### **Литература**

1. Абдурахманов Р.А., Костеров А.С. Основные направления изучения копинг-поведения в современной психологии. // *Цивилизация знаний: Проблема человека в науке XXI века. Труды XII Международной научной конференции.* 2011. С. 335—341.
2. Бовина И.Б., Дворянчиков Н.В., Якушенко А.В. Стигматизация и психическое здоровье // *Психическое здоровье и образование: сборник научных статей по материалам II Конгресса «Психическое здоровье человека XXI века».* 2018. С. 132—134.
3. Бусарова О.Р. Профориентационная работа с подростками и юношами с девиантным поведением: опыт подготовки специалистов // *Психология и право.* 2019. Т. 9. № 3. С. 35—44. DOI:10.17759/psylaw.2019090303
4. Буслаева Е.Л., Михалкин Н.В. Ценности современного Российского общества: философско-психологический анализ. *Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Философские науки.* 2005. № 1. С. 62—69.
5. Буслаева Е.Л. Ценностные ориентации современной молодежи // *Социальное положение детей, подростков и молодежи в современном обществе: материалы Всероссийской научно-практической конференции: в 2 ч.* // Уфа: Учреждение Российской академии наук Институт

социально-экономических исследований Уфимского научного центра РАН. 2010. С. 159—162.

6. Власова Н.В. Психологические особенности профилактики аддиктивного поведения современной молодежи // Мир образования — образование в мире. 2018. № 1(69). С. 178—185.

7. Власова Н.В. Экзистенциальные проблемы современного юношества // Акмеология. 2014. № S3, 4. С. 53—54.

8. Грязнов А.Н., Асыллова З.Р. Интерперсональные отношения лиц, страдающих алкоголизмом и наркоманией [Электронный ресурс] // КПЖ. 2009. № 7, 8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/interpersonalnye-otnosheniya-lits-stradayuschih-alkogolizmom-i-narkomaniye> (дата обращения: 08.04.2019).

9. Дикая Л.Г. Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности: дисс. д-ра психол. Наук. М. 2002. 342 с.

10. Информация Минздрава России в связи с инициативой Минпромторга о снятии ограничений на продажу алкоголя в магазинах, расположенных около социальных и спортивных объектов [Электронный ресурс]. URL: <https://www.rosminzdrav.ru/news/2016/02/25/2803-informatsiya-minzdrava-rossii-v-svyazi-s-initsiativoy-minpromtorga-o-snyatii-ogranicheniy-na-prodazhu-alkogolya-v-magazinah-raspolozhennyh-okolo-sotsialnyh-i-sportivnyh-ob-ektov> (дата обращения: 10.11.2019).

11. Канаркевич О.С. Деструктивные изменения личности у алкогольных аддиктов [Электронный ресурс] // Известия ЮФУ. Технические науки. 2006. № 14. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/destruktivnye-izmeneniya-lichnosti-u-alkogolnyh-addiktov> (дата обращения: 07.10.2019).

12. Конопкин О.Н. Функциональная структура саморегуляции деятельности и поведения // Психология личности в социалистическом обществе. М.: Наука, 1989. С. 158—172.

13. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека. М., 2001. 192 с.

14. Сафуанов Ф.С., Сорокова М.Г., Соковец А.К. Про- и антиагрессивные личностные факторы у обвиняемых с психическими расстройствами в преступлениях против личности [Электронный ресурс] // Психология и право. 2019. Том 9. № 3. С. 158–177. DOI:10.17759/psylaw.2019090312

15. Шелехов И.Л., Морева С.А., Власова Н.В. Гендерные роли и стереотипы // Наука и образование. Материалы конференции: в 6 т. 2007. С. 200—204.

16. Griffiths M. D. Technological addictions: Looking to the future // Paper presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association. Chicago, 2017. P. 76.

17. Becker G. The Quest for the Theory of Everything [Электронный ресурс] / G. Becker // Drew University Faculty. The Drew. 2015. URL: [https://www.researchgate.net/publication/228870926\\_Gary\\_Becker\\_and\\_the\\_Theor\\_u\\_of\\_Everything](https://www.researchgate.net/publication/228870926_Gary_Becker_and_the_Theor_u_of_Everything) (дата обращения: 03.10.2019).

## References

1. Abdurakhmanov R. A., Kosterov A. S. the Main directions of the study of coping behavior in modern psychology // In the collection: Civilization of knowledge: the Problem of man in science of the XXI century Proceedings of the XII International scientific conference. 2011. Pp. 335—341.

(In Russ.).

2. Bovina I. B., Dvoryanchikov N. V., Yakushenko A.V. Stigmatization and mental health // in the collection: Mental health and education collection of scientific articles on the materials of the II Congress "Mental health of the XXI century". 2018. Pp. 132—134. (In Russ.).
3. Busarova O. R. Career guidance work with adolescents and young men with deviant behavior: experience of training specialists // Psychology and law. 2019. Vol. 9. No. 3. Pp. 35—44. DOI:10.17759/psylaw.2019090303. (In Russ.).
4. Buslaeva E. L., Mikhalkin N. V. Values of modern Russian society: philosophical and psychological analysis. Bulletin of the Moscow state regional University. Series: Philosophical Sciences. 2005. No. 1. Pp. 62. (In Russ.).
5. Buslaeva E. L. Value orientations of modern youth. In the collection: the Social situation of children, adolescents and youth in modern society materials of the all-Russian scientific and practical conference: in 2 parts. // Establishment of the Russian Academy of Sciences Institute of social and economic research of the Ufa scientific center of RAS. 2010. Pp. 159—162. (In Russ.).
6. Vlasova N. V. Psychological features of prevention of addictive behavior of modern youth // World of education-education in the world. 2018. No. 1 (69). Pp. 178—185. (In Russ.).
7. Vlasova N. V. Existential problems of modern youth // Acmeology. 2014. No. S3-4. Pp. 53—54. (In Russ.).
8. Gryaznov A. N., asylova Z. R. Interpersonal relations of persons suffering from alcoholism and drug addiction [Electronic resource]. 2009. No. 7-8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/interpersonalnye-otnosheniya-lits-stradayuschih-alkogolizmom-i-narkomaniey> (accessed 08.04.2019). (In Russ.).
9. Dikaya, L. G. Psychology of self-regulation of the functional state of the subject in extreme conditions of activity: Dis. d-RA psikhol. Sciences / M. 2002. 342 PP. (In Russ.).
10. Information of the Ministry of health of Russia in connection with the initiative of the Ministry of industry and trade on the removal of restrictions on the sale of alcohol in stores located near social and sports facilities [Electronic resource] // URL: <https://www.rosminzdrav.ru/news/2016/02/25/2803-informatsiya-minzdrava-rossii-v-svyazi-s-initsiativoy-minpromtorga-o-snyatii-ogranicheniy-na-prodazhu-alkogolya-v-magazinah-raspolozhennyh-okolo-sotsialnyh-i-sportivnyh-ob-ektov> (accessed 10.11.2019). (In Russ.).
11. Kharkevich O. S. Destructive changes of personality of alcohol addicts [Electronic resource] // Izvestiya yufu. Technical science. 2006. No. 14. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/destruktivnye-izmeneniya-lichnosti-u-alkogolnyh-addiktov> (accessed 07.10.2019). (In Russ.).
12. Konopkin O. N. Functional structure of self-regulation of activity and behavior / O. N. Konopkin // Psychology of personality in socialist society. - Moscow: Nauka, 1989. Pp. 158—172. (In Russ.).
13. Morosanova V. I. Individual style of self-regulation: phenomenon, structure and functions in arbitrary human activity. Moscow, 2001. 192 PP. (In Russ.).
14. Safuanov F. S., Sorokova M. G., Sokovets A. K. Pro - and anti-aggressive personal factors of defendants with mental disorders in crimes against the person // Psychology and law. 2019. Vol. 9. No. 3. Pp. 158—177. DOI:10.17759/psylaw.2019090312. (In Russ.).
15. Shelekhov I. L., Moreva S. A., Vlasova N. V. Gender roles and stereotypes // in the collection: Science and education conference Materials: in 6 volumes. 2007. Pp. 200—204. (In Russ.).
16. Griffiths M. D. Technological addictions: Looking to the future / M. D. Griffiths // Paper

Власова Н.В., Лановая А.М.  
Особенности саморегуляции мужчин с алкогольной  
зависимостью  
Психология и право. 2021. Том 11. № 2. С. 208–220.

Vlasova N.V., Lanovaya A.M.  
Self-Control Peculiarities of Men with Alcohol  
Dependence  
Psychology and Law. 2021. Vol. 11, no. 2, pp. 208–220.

presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association. - Chicago, 2017. P. 76.

17. Becker G. the Quest for the Theory of Everything [Electronic resource] // Drew University Faculty. The Drew. 2015. URL: [https://www.researchgate.net/publication/228870926\\_Gary\\_Becker\\_and\\_the\\_Theor\\_y\\_of\\_Everything](https://www.researchgate.net/publication/228870926_Gary_Becker_and_the_Theor_y_of_Everything) (accessed 03.10.2019).

### **Информация об авторах**

Власова Наталья Викторовна, кандидат психологических наук, доцент кафедры юридической психологии и права, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3452-1133>, e-mail: L1025173@yandex.ru

Лановая Аlesia Михайловна, младший научный сотрудник отделения организации профилактической помощи в наркологии Национального научного центра наркологии – филиала ФГБУ «НМИЦ психиатрии и наркологии им. В.П. Сербского» Минздрава России, Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4255-7953>, e-mail: alesya.lan@gmail.com

### **Information about the authors**

Nataliia V. Vlasova, PhD (Psychology), Associate Professor, Chair of Legal, Forensic Psychology and Law, Department of Legal and Forensic Psychology, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3452-1133>, e-mail: L1025173@yandex.ru

Alesya M. Lanovaya, junior researcher of the Department of Preventive Care, National Research Center on Addictions – branch, National Medical Research Centre for Psychiatry and Narcology n.a. V.Serbtsky, Russian Federation Ministry of Health, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4255-7953>, e-mail: alesya.lan@gmail.com

Получена 27.04.2020  
Принята в печать 12.05.2021

Received 27.04.2020  
Accepted 12.05.2021