

# NUO ALKOHOLIO PRIKLAUSOMŲ ASMENŲ SAVĘS VERTINIMAS IR JO KAITA SVEIKSTANT

Diana Cigasaitė, Jurgita Dirsienė, Loreta Zajančauskaitė-Staskevičienė<sup>1</sup>

Vytauto Didžiojo universitetas, Lietuva

---

**Santrauka. Problema.** Savęs vertinimas susijęs su daugeliu gyvenimo sferų, taip pat ir su polinkiu priklausomybei nuo alkoholio. Teigiamas savęs vertinimas gali būti nuo priklausomybės alkoholiui saugantis veiksnys, todėl aktualu ieškoti dėsningumų, kaip sveikstant keičiasi savęs vertinimas. Nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas literatūroje apibūdinamas kaip nekritiškas, prieštaringas, neadekvatus, tačiau ne visos asmenybės charakteristikos vienodai susijusios su priklausomybe. Tyrimo **tikslas** – nustatyti priklausomų nuo alkoholio asmenų savęs vertinimo ypatumus ir kaitą sveikstant. **Metodikos.** Tyrime dalyvavo 30 nuo alkoholio priklausomų asmenų, besigydančių pagal Minesotos programą. Tyrimas vykdytas 2009 m. sausio–kovo mėnesiais. Savęs vertinimas matuotas poliarinių būvdvardžių ir Dembo–Rubinštein metodikomis du kartus: tik pradėjus gydytis pagal Minesotos programą ir paskutinę gydymosi dieną. **Rezultatai, išvados.** Minesotos programos metu bendras tiriamųjų savęs vertinimo lygis padidėjo. Nustatyta, jog pagal lytį, išsilavinimą, šeiminių padėčių ir užimtumą savęs vertinimas reikšmingai nesiskiria. Pradėję gydytis pagal Minesotos programą, tiriamieji vertina save tuo blogiau, kuo ilgiau tęsiasi priklausomybė nuo alkoholio.

**Pagrindiniai žodžiai:** savęs vertinimas, priklausomybė nuo alkoholio, Minesotos programa, Realusis Aš, Idealusis Aš.

## IVADAS

Priklausomybė nuo alkoholio šiuo metu traktuojama kaip biopsichosocialinė problema. Šalia būtinybės studijuoti biologinių ir socialinių veiksnių įtaką priklausomybės nuo alkoholio susiformavimui, labai svarbu

---

<sup>1</sup> Susirašinėjimui: VDU SMF Psichologijos klinika; tel. 8 615 64342, el. paštas: l.zajanckauskaite@smf.vdu.lt.

analizuoti ir asmenybės faktorius. Savosios vertės suvokimas yra asmenybės charakteristika, susijusi su daugeliu gyvenimo sferų, taip pat ir su polinkiu priklausomybei nuo alkoholio. Savęs vertinimas turi įtakos priklausomybės susiformavimui, eigai ir remisijos periodo trukmei. Nuo alkoholio priklausomiems asmenims būdinga neatitiktis tarp savęs vertinimo ir asmeninių norų bei galimybių lygio, didėjanti ligai progresuojant. Savęs vertinimas – kintanti, pasiduodanti įtakai charakteristika, todėl savęs vertinimo tyrimas sveikimo procese gali būti naudingas planuojant priklausomybės nuo alkoholio gydymo ir profilaktikos priemones.

**Savęs vertinimo samprata.** Šiuolaikinėje psichologijoje savęs vertinimas suprantamas kaip vienas iš asmenybės komponentų, individo santykis su savimi, individo savęs paties, savo galimybių, savybių ir vietos tarp kitų žmonių vertinimas. Nuo savęs vertinimo priklauso žmogaus santykiai su aplinkiniais, jo savikritiškumas, reiklumas sau, požiūris į savo laimėjimus ir nesėkmes, pasitikėjimas savimi ir savo jėgomis (Psichologijos žodynas, 1993). Savęs vertinimas formuojasi ir kinta visą žmogaus gyvenimą, yra labai glaudžiai susijęs su „reikšmingų kitų“ žmonių vertinimu, kultūrine aplinka. Psichologijos moksle nėra vienos sąvokos „savęs vertinimas“ sampratos (Mikelkevičiūtė, 2002).

Vienas populiariausių terminų, padedančių paaiškinti savęs vertinimo sąvoką, yra savęs suvokimas, arba kitaip „Aš vaizdas“. „Aš vaizdas“ – savęs vertinimo proceso rezultatas. „Aš vaizdas“ nėra vientisas, jis talpina savyje keletą struktūrinių elementų: „Realųjį Aš“ ir „Idealiųjį Aš“, kurių tarpusavio santykis, kaip manoma, veikia tam tikrą savęs vertinimo lygį (Бернс, 1986). „Idealusis Aš“ – tai paties žmogaus pageidaujamas „Aš vaizdas“. „Realusis“ reiškia žmogaus savęs suvokimą ir įsivaizdavimą. Svarbu, kad šios dvi „Aš“ vaizdo formos kuo labiau sutaptų: nes kuo didesnis skirtumas tarp to, kokį save matome ir koks norėtume būti, tuo didesnę įtampą ir nerimą patiriame. Žmonės, kurių „Idealojo Aš“ ir „Realiojo Aš“ skirtumas labai didelis, turi emocinių problemų, yra labiau pažeidžiami, priklausomi nuo kitų žmonių, lengviau išitraukia į asocialią veiklą. Šiame darbe nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas nustatomas remiantis santykiu tarp „Realiojo Aš“ ir „Idealojo Aš“.

**Nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimo bruožai.** Pasak G. Valicko (1991), kai dėl kokių nors priežasčių (pvz., ilgalaikių nesėkmių, neigiamos aplinkinių reakcijos, pasmerkimo ir atstūmimo) vystosi menkas savęs vertinimas, teigiamo savęs vertinimo poreikis darosi ypač aktualus ir

verčia žmogų ieškoti įvairiausių jo patenkinimo būdų. Tačiau jeigu asmeniui ilgai nepavyksta socialiu elgesiu ir psichologinės gynybos mechanizmais pagerinti savęs vertinimo, jis gali bandyti tai padaryti kitais būdais, pavyzdžiui, pavartojęs alkoholio, narkotikų. Nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas yra labai prieštaringas. Sveikatos specialistai, dirbantys su nuo alkoholio priklausomais asmenimis, teigia: menkas savęs vertinimas yra neatsiejama jų asmenybės dalis (Salloum et al., 2001; Kelly, Myers, Brown, 2000). Nuo alkoholio priklausomi asmenys linkę nuolat save kritikuoti, bet būna nepatenkinti, kai juos kritikuoja kiti: dėl to jie dažnai būna pikti ir arogantiški, jaučiasi kalti sulaukę komplimentų iš aplinkinių (Pekala et al., 2009).

Nuo alkoholio priklausomiems asmenims būdinga neatitiktis tarp savęs vertinimo ir asmeninių norų bei galimybių lygio, kuri didėja ligai progresuojant. Esant itin išreikštai priklausomybei, dažnai stebima sumažėjusi ši neatitiktis, nes nebelineka jokių norų, išskyrus norą vartoti alkoholį (Swaim, Wayman, 2004). Realiojo ir idealiojo „Aš“ sutapatinimas rodo norą pakelti savęs vertinimą ir tai realizuojama manipuliatyviai, gynybiškai. Nustatyta, jog alkoholio vartojimas sąlygoja sveikatos sutrikimus: sukelia nekompetencijos ir neefektyvumo jausmus, mažinančius savęs vertinimą. Menkas nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas taip pat padidina depresinių simptomų tikimybę. Priklausomybė ir depresija dažnai būna kartu, ir manoma, kad depresija – dažnesnė alkoholio vartojimo pasekmė, o ne priežastis (Demirbas et al., 2003). Progresuojant ligai, vystosi „dingingas ratas“: sumažėjęs ir nepastovus savęs vertinimas skatina alkoholio vartojimą, o tai dar labiau sumenkina savęs vertinimą. Tuo metu gausėja afektyvių sutrikimų, stiprėja patologinis potraukis alkoholiui, daugėja nepalankių socialinių pasekmių, kurios pasireiškia neigiamu aplinkinių vertinimu. Dėl to atsiranda antrinis savęs vertinimo ir savigarbos sumažėjimas, kuris dar labiau padidina potraukį ir skatina dar didesnę poreikį vartoti alkoholio. Dažnai sunku nustatyti, kas atsiranda pirma: ar menkas savęs vertinimas, ar alkoholio vartojimas (Scheier, Botvin, Griffin, Diaz, 2000). Daugelis autorių nenurodo skirtumų tarp lyčių (Glindemann, 1999; DeSimone et al., 1994), tačiau kai kurie tyrėjai tvirtina nuo alkoholio priklausomų moterų savęs vertinimą esant žemesnei nei vyrų (John, Alwyn, Hodgson, Phillips, 2008).

Įrodyta, kad alkoholio vartojimas yra susijęs su savęs vertinimo pokyčiais. Pavyzdžiui, eksperimento metu tiriamiesiems duotas teigiamas arba neigiamas grįžtamasis ryšys apie jų atliktą užduotį. Po to tiriamieji dalyvavo

vyno degustacijoje, kur patys galėjo reguliuoti suvartojamo alkoholio kiekį. Degustacijos rezultatai parodė: turintys teigiamą savęs vertinimą ir gavę neigiamą grįžtamąjį ryšį išgėrė daugiau, negu tie, kurie gavo teigiamą grįžtamąjį ryšį. Suvartoto alkoholio kiekis nesiskyrė tarp gavusių teigiamą ir neigiamą grįžtamąjį ryšį asmenų, kurių savęs vertinimas buvo žemas (Hull, Young, 1983). Svarbu paminėti, kad asmeniui pradėjus suvokti, jog jis nebegali kontroliuoti alkoholio vartojimo, atsiranda kaltės jausmas, dar labiau sumenkinantis savęs vertinimą (Scheier et al., 2000). Pakitęs savęs vertinimas gali sąlygoti alkoholio vartojimo pakitimus. Pavyzdžiui, koledžo studentai, suvokę savo akademinę kompetenciją, ėmė vartoti mažiau alkoholio (Luhtanen, Crocker, 2003). Kai kurie tyrimai rodo, kad nėra akivaizdžios savęs vertinimo įtakos alkoholio vartojimui (Olmstead, Guy, O'Malley, Bentler, 1991), bet daugiau autorių tvirtina, jog tokia įtaka egzistuoja ir gali būti psichoterapiškai panaudojama.

Nuo alkoholio priklausomiems asmenims dažnai būdingas nerūpestingas požiūris į dabartinę savo būseną ir ateitį. Nesirūpinimas dabartimi ir ateitimi yra susijęs su alkoholine anozognozija, t. y. savo ligos nepripažinimu, neigimu ir nekritiškai geru savęs vertinimu (Aliev, 2006). Nuo alkoholio priklausomi asmenys, turintys adekvatų savo sutrikimo vaizdą ir didesnę motyvaciją gydytis, pasižymi menkesniu savęs vertinimu (Nielsen, 2003). Taigi savęs vertinimui įtaką daro tai, kiek asmuo pripažįsta savo sutrikimą ir kiek žino apie jį.

Savęs vertinimui įtakos turi ir pakitusi motyvų bei poreikių hierarchija. Alkoholis tampa priemone, galinčia patenkinti nuo jo priklausomo žmogaus asmeninius poreikius, o kartu ir pastovaus teigiamo savęs vertinimo poreikį (Tremblay, Mihic, Graham, Jelley, 2007; Trucco, Connery, Griffin, Greenfield, 2007).

Savęs vertinimo tyrimui dažnai naudojama Dembo–Rubinštejn metodika, gerai žinoma ir Lietuvos psichologams. Šios metodikos autorės nurodo: matuodami savęs vertinimą pagal skales, kurių viename poliuje yra žemiausia savęs įvertinimo reikšmė, o kitame – aukščiausia, sveiki žmonės vertina save šiek tiek aukščiau vidutinių skalės reikšmių. Nuo alkoholio priklausomiems asmenims būdinga vertinti save labai žemomis arba ypač aukštomis skalių reikšmėmis, jiems būdingas nepastovus savęs vertinimas (Рубинштейн, 2004).

Tyrimė, kurį aprašo P. A. Ponizovskij (Понизовский, 2007), dauguma nuo alkoholio priklausomų asmenų savo sveikatos vertinimo nesiejo su

alkoholio vartojimu. O savo laimės įvertinimui įtakos turėjo suvokiama šeimos gerovė. Tiriamieji savo charakterį vertino teigiamai ir nelaikė jo gyvenimo sunkumų priežastimi. Įdomu pažymėti, jog tiriamieji gerai vertino savo protinius gebėjimus, nors jiems buvo būdingi kognityviniai sutrikimai. Ilgalaikės remisijos periodu tiriamieji nesiskyrė nuo kontrolinės grupės nė vienoje iš tirtų charakteristikų.

Taigi tyrimų apžvalga rodo: nuo alkoholio priklausomi asmenys iš esmės yra patenkinti savo charakteristikomis. Išsakyti savęs vertinimai mažai atitinka jų gyvenimo realybę, vertinimas neadekvatus ir nepakankamai lankstus. Sveikstant nuo priklausomybės alkoholiui, keičiasi požiūris į daugelį dalykų, taip pat ir į save, tačiau tyrimų, atskleidžiančių savęs vertinimo kitimus sveikstant, kol kas nedaug.

Vertinant Minesotos programos efektyvumą (Pekala et al., 2009), nustatyti ir savęs vertinimo pokyčiai. Tyrimo metu keletą kartų buvo matuojamas nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas ir nuostata blaivumo atžvilgiu. Nustatyta: pacientų, kurių sveikimo prognozė buvo prasta, savęs vertinimas gydymo pradžioje buvo žymiai geresnis negu tų, kurių sveikimo prognozė buvo gera. Nustatyta, jog „pasiekę dugną“ – visišką fizinę, psichinę ir socialinę dezadaptaciją – ir atitinkamai labai menko savęs vertinimo tiriamieji sveiko sėkmingiau. Tačiau visose grupėse gautas gydymo efektas – pagerėjęs savęs vertinimas. Kitų autorių (Finney, 2004) duomenys tvirtina, kad įvairi psichoterapinė intervencija pagerina nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimą, o savęs vertinimo gerėjimas turi įtakos sveikimo procesui.

Minesotos modelio programoje požiūris į priklausomybę alkoholiui nėra nei baudžiantis, nei kaltinantis. Kaip problema akcentuojama cheminė priklausomybė ir koncentruojamasi į būtinybę ieškoti pagalbos. Toks požiūris mažina kaltės jausmą, pabrėžia rūpinimąsi savimi, savo problema (Butkienė, 2006). Nuo alkoholio priklausomo asmens suvokimas, kad jis yra ne blogas, o sergantis, apsaugo ar atstato savęs vertinimą bei pagarbą sau (Greenfield et al., 2000). Minesotos modelio programa yra aiškiai struktūruota, apibrėžta laiku, todėl programos metu pasireiškiančių savęs vertinimo kitimų tyrimas leistų iškelti naujų psichoterapinių idėjų ar numatyti tolesnius tikslinančius tyrimus. Demografinių skirtumų analizė galėtų paskatinti teikti diferencijuotą pagalbą. Šio **tyrimo tikslas** – išanalizuoti nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimo ypatumus ir pokyčius sveikstant.

### Tikrinamos hipotezės:

1. Nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas susijęs su sociodemografiniais rodikliais: lytimi, amžiumi, išsilavinimu, šeimine padėtimi, profesiniu užimtumu, priklausomybės nuo alkoholio trukme.
2. Gydymosi Minesotos programoje metu nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas gerėja.

## TYRIMO METODOLOGIJA

**Tyrimo metodikos.** 1. Poliarinių būdvardžių metodika, sudaryta semantinio diferencialo principu (Goštautas, Pakula, Grinevičienė, 1998). Tiriamiesiems pateiktos 164 poros būdvardžių, atitinkančių priešingas žmogaus savybes. Kiekvieną savybę reikėjo įvertinti pagal septynių langelių skalę pažymint tai, kaip respondentas save vertina šiuo metu („Realusis Aš“) ir koks jis norėtų būti ateityje („Idealusis Aš“). Kraštutinius skyrelius (kairėje ir dešinėje) labiausiai atitinka juose parašyti žodžiai (jų skaitinės vertės 1 ir 7). Artėjant prie vidurinio skyrelio, žodžio reikšmė silpnėja ir vidurinis skyrelis (skaitinė vertė 4) reiškia perėjimą nuo vieno žodžio prie kito (nei tas, nei kitas). Buvo skaičiuojamas kiekvieno tiriamojo kiekvienos būdvardžių poros „Realiojo Aš“ ir „Idealojo Aš“ skirtumas absoliučiu dydžiu (galimas minimalus skirtumas – 0, maksimalus – 6). Kuo šis skirtumas mažesnis, tuo savęs vertinimas geresnis. Bendram savęs vertinimui nustatyti apskaičiuotas kiekvieno tiriamojo vidutinis nepasitenkinimo savimi lygis, t. y. visų būdvardžių porų skirtumų tarp „Realiojo Aš“ ir „Idealojo Aš“ suma, padalyta iš atsakytų būdvardžių porų skaičiaus.

Siekiant nustatyti metodikos faktorinę struktūrą, buvo atlikta faktorinė analizė pasukus faktorius *Varimax*, nes *Kaiser-Meyer-Olkin* testas parodė, jog tai yra galima (0,670). Kad faktoriai būtų homogeniškesni, iš jų buvo pašalintos būdvardžių poros, kurių faktorinė apkrova nė viename faktoriuje neviršijo 0,5. Faktoringei analizei naudoti realaus „Aš“ įverčiai. Buvo išskirti 5 faktoriai ir iš jų sudarytos 5 skalės. Skalių vidinis patikimumas *Cronbach alfa* prieš Minesotos programą ir po jos buvo nuo 0,934 iki 0,709 (1 lentelė).

Po faktorinės analizės sudarytos šios skalės: **Organizuotumas** – mažesnis balas šioje skalėje reiškia, kad tiriamieji yra organizuotesni. **Konkurentiškumas** – mažesnis balas šioje skalėje reiškia, kad tiriamieji yra labiau linkę konkuruoti. **Pareigingumas** – mažesnis balas šioje skalėje reiškia, kad tiriamieji yra pareigingesni. **Konformizmas** – mažesnis balas šioje

skalėje reiškia, kad tiriamieji yra konformiškesni. **Socialumas** – mažesnis balas šioje skalėje reiškia, kad tiriamieji yra socialesni. Skalių pavadinimai parinkti pagal jas sudarančių būdvardžių turinį.

**1 lentelė. Poliarinių būdvardžių metodikos skalių reikšmės**

**Table 1. Values of polar adjectives method scales**

Tiriamieji	Skalės	Teiginių sk.	Cronbach alfa	Min.	Maks.	Vidurk.	SN
Prieš Minesotos programą	Organizuotumas	22	0,934	2,18	6,18	3,69	1,012
	Konkurentiškumas	15	0,911	1,60	5,47	4,21	0,891
	Pareigingumas	12	0,899	1,67	5,67	3,36	0,976
	Konformizmas	11	0,892	1,45	5,09	3,10	0,694
Po Minesotos programos	Socialumas	12	0,866	1,42	6,33	3,39	0,951
	Organizuotumas	22	0,925	1,81	5,05	3,22	0,863
	Konkurentiškumas	15	0,853	2,13	5,60	4,29	0,820
	Pareigingumas	12	0,825	1,50	5,33	3,09	0,930
	Konformizmas	11	0,806	2,55	5,36	3,26	0,637
	Socialumas	12	0,709	1,58	4,17	2,92	0,598

2. Dembo–Rubinštejn metodika (Рубинштейн, 2004) skirta įvairių asmens charakteristikų savęs vertinimui nustatyti. Nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimui nustatyti buvo parinktos šešios skalės: sveikata, pasitikėjimas savimi, charakteris, gabumai, laimingumas ir priklausomybė nuo alkoholio. Tiriamiesiems pateiktos linijos su pažymėtais poliais ir viduriu. Vienas polius žymi pačią mažiausią galimą charakteristikos reikšmę, kitas – pačią didžiausią. Tiriamojo prašyta pažymėti tą vietą, kurioje jis įsivaizduoja esąs dabar (kaip jis tai supranta ar jaučia; „Realusis Aš“), po to pažymėti tą vietą, kurioje jis svajotų būti („Idealusis Aš“). Siekiant suvienodinti užduoties supratimą, tiriamiesiems buvo perskaitytas kiekvienos charakteristikos apibrėžimas (suformuluotas remiantis žodynais). Savęs vertinimas nustatytas centimetrais matuojant skirtumą tarp „Realiojo Aš“ ir „Idealojo Aš“. Bendram savęs vertinimui nustatyti apskaičiuotas kiekvieno tiriamojo vidutinis nepasitenkinimo savimi lygis, t. y. visų skalių skirtumų tarp „Realiojo Aš“ ir „Idealojo Aš“ suma, padalyta iš skalių skaičiaus. Bendras savęs vertinimas buvo matuojamas du kartus: pirmojo savęs vertinimo *Cronbach alfa* 0,676, antrojo – 0,746.

**Tiriamieji** – pagal Minesotos programą besigydantys asmenys: 19 vyrų ir 11 moterų. Tiriamųjų amžius 18–60 metų, amžiaus vidurkis – 39,53 m. (st. nuokrypis 10,730). Moterų ir vyrų amžius reikšmingai nesiskyrė. Moterų išsilavinimas buvo aukštesnis nei vyrų ( $U=47,500$ ,  $p=0,010$ ): 52,2 % vyrų, turinčių vidurinį išsilavinimą, 45,5 % moterų, turinčių aukštąjį išsilavinimą. Vyrų ir moterų šeiminė padėtis reikšmingai nesiskyrė, dauguma tiriamųjų (40 %) susituokę arba gyvena su partneriu. 46,7 % tiriamųjų yra dirbantys, 53,3 % tiriamųjų turi ankstesnės gydymosi patirties. Palyginti pagal užimtumą ir gydymosi patirtį, vyrai ir moterys reikšmingai nesiskyrė. Pačių tiriamųjų nurodomos priklausomybės nuo alkoholio trukmės vidurkis 8,2 m. (st. nuokrypis 6,034), moterų ir vyrų nurodoma priklausomybės trukmė reikšmingai nesiskyrė.

**Tyrimo procedūra.** Minesotos programoje besigydančių tiriamųjų apklausa vykdyta 2009 m. vasario–balandžio mėn. priklausomybės ligų centre. Buvo gautas šios įstaigos vadovo leidimas, apie tyrimą informuota skyriaus administracija ir darbuotojai. Tiriamieji klausimynus pildė du kartus: pirmą kartą tik pradėję gydytis Minesotos programoje, antrą kartą – paskutinę gydymosi dieną. Tiriamiesiems buvo paaiškinamas tyrimo tikslas, užtikrintas anonimiškumas ir paprašyta atsakyti į klausimus. Tiriamieji klausimynus pildė savarankiškai, prieš tai jiems buvo išaiškintos metodikų instrukcijos. Jei tiriamasis prašydavo, instrukcija buvo paaiškinama išsamiau. Tyrimas trukdavo apie 40 min.

**Duomenų apdorojimas.** Duomenys buvo tvarkomi ir analizuojami statistinio paketo socialiniams mokslams (SPSS) 14.0.1 versija. Naudoti šie statistinės analizės metodai: aprašomoji statistika, *Cronbach alfa*, *Mann-Whitney* kriterijus nepriklausomoms imtims, *Friedmano* testas kelioms priklausomoms imtims, *Wilcoxon* ženklų testas dviem priklausomoms imtims, *Spearmano* koreliacijos koeficientas. Šiame tyrime pasirinktas reikšmingumo lygmuo  $\alpha = 0,05$ .

## REZULTATAI

**Savęs vertinimo sąsajos su sociodemografiniais rodikliais.** Tiriamųjų savęs vertinimo rezultatai palyginti sociodemografinių rodiklių atžvilgiu. Palyginus rezultatus pagal lytį, statistiškai reikšmingų savęs vertinimo skirtumų negauta, taigi vyrų ir moterų duomenis galima analizuoti bendrai. Tiriamieji pagal išsilavinimą buvo suskirstyti į žemesnio (pagrindinis



ir vidurinis) ir aukštesnio (aukštesnysis ir aukštasis) išsilavinimo grupes. Statistiškai reikšmingo savęs vertinimo skirtumo tiriamųjų grupėse pagal išsilavinimą nenustatyta. Pagal šeiminių padėtį tiriamieji buvo suskirstyti į neturinčius partnerio (nevedęs / netekėjusi, išsituokę, susituokę, bet gyvenantys atskirai) ir turinčius partnerį (susituokę / turi partnerį ir gyvena su juo). Statistiškai reikšmingo savęs vertinimo skirtumo tiriamųjų grupėse pagal šeiminių padėtį nenustatyta. Pagal profesinį užimtumą tiriamųjų savęs vertinimas taip pat nesiskyrė.

Amžiaus ir priklausomybės nuo alkoholio trukmės bei savęs vertinimo ryšiai analizuoti *Spearmano* koreliacijos koeficientu. Statistiškai reikšmingas ryšys gautas tik tarp savęs vertinimo prieš Minesotos programą poliarinių būdvardžių metodika ir priklausomybės nuo alkoholio trukmės: kuo ilgesnė priklausomybės trukmė, tuo žemesnis tiriamųjų savęs vertinimas ( $r=0,385$ ,  $p=0,036$ ). Dembo–Rubinštein metodika stebima tik tokio ryšio tendencija ( $r=0,316$ ,  $p=0,089$ ).

**Savęs vertinimo pokyčiai.** *Wilcoxon* ženklų testu buvo palygintas bendro savęs vertinimo balų pokytis po Minesotos programos. Tiek poliarinių būdvardžių metodika, tiek Dembo–Rubinštein metodika tiriamųjų realaus ir idealaus savęs vertinimo skirtumai statistiškai patikimai sumažėjo, vadinasi, jų savęs vertinimas padidėjo, „Realusis Aš“ ir „Idealusis Aš“ tarpusavyje supanašėjo (2 lentelė).

**2 lentelė. Savęs vertinimo pokyčiai**

**Table 2. Changes of self-esteem**

Metodika	Neigiami rangai <sup>1</sup>		Teigiami rangai <sup>2</sup>		Lygūs rangai	Z	p
	n	Vidutinis rangas	n	Vidutinis rangas			
Poliarinių būdvardžių	21	17,31	9	11,28	0	-2,695	0,007
Dembo–Rubinštein	27	15,89	2	3,00	1	-4,574	<0,001

<sup>1</sup> po Minesotos pr. < prieš Minesotos pr.;

<sup>2</sup> po Minesotos pr. > prieš Minesotos pr.

Analizuojant Dembo–Rubinštein metodikos skalių savęs vertinimo pokyčius nustatyta: statistiškai patikimai sumažėjo realaus ir idealaus savęs

vertinimo skirtumai visose skalėse – sveikatos, pasitikėjimo savimi, charakterio, gabumų, laimingumo, priklausomybės nuo alkoholio vertinimo (3 lentelė). Tai rodo padidėjusį savęs vertinimą šiose srityse, artėjimą prie pageidaujamo savęs vaizdo.

**3 lentelė.** Savęs vertinimo pokyčiai Dembo–Rubinštein metodikos skalėse

**Table 3.** Changes of self-esteem in Dembo-Rubinshtein method scales

Dembo–Rubinštein metodikos skalės	Neigiami rangai <sup>1</sup>		Teigiami rangai <sup>2</sup>		Lygūs rangai n	Z	p
	n	Vidutinis rangas	n	Vidutinis rangas			
Sveikata	23	15,80	6	11,92	1	-3,162	0,002
Pasitikėjimas savimi	23	16,20	5	6,70	2	-3,865	<0,001
Charakteris	19	12,74	4	8,50	7	-3,166	0,002
Gabumai	17	12,94	7	11,43	6	-2,007	0,045
Laimingumas	21	15,05	6	10,33	3	-3,054	0,002
Priklausomybė nuo alkoholio	24	14,90	4	12,13	2	-3,521	<0,001

<sup>1</sup> po Minesotos pr. < prieš Minesotos pr.;

<sup>2</sup> po Minesotos pr. > prieš Minesotos pr.

Analizuojant poliarinių būdvardžių metodikos skalių duomenis *Wilcoxon* ženklų testu nustatyta, kad po Minesotos programos realaus ir idealaus savęs vertinimo balų skirtumai statistiškai reikšmingai sumažėjo 2 skalėse: organizuotumo ir socialumo (4 lentelė). Vadinasi, po Minesotos programos tiriamieji vertina save kaip socialesnius, tvirtesnius ir labiau sutelktus, nei gydymo pradžioje.

Siekiant išsiaiškinti, kokias savęs vertinimo charakteristikas tiriamieji vertina geriausiai, kokias – prasčiausiai, Dembo–Rubinštein metodikos realaus ir idealaus savęs vertinimo skirtumai buvo palyginti tarpusavyje *Friedmano* kelių priklausomų imčių testu. Nustatyta, jog didžiausi rodikliai gauti vertinant savo priklausomybę nuo alkoholio, o mažiausi – charakterį ir gabumus (1 pav.), vadinasi, tiriamieji geriausiai vertina savo charakterį ir gabumus, o prasčiausiai – priklausomybę nuo alkoholio.

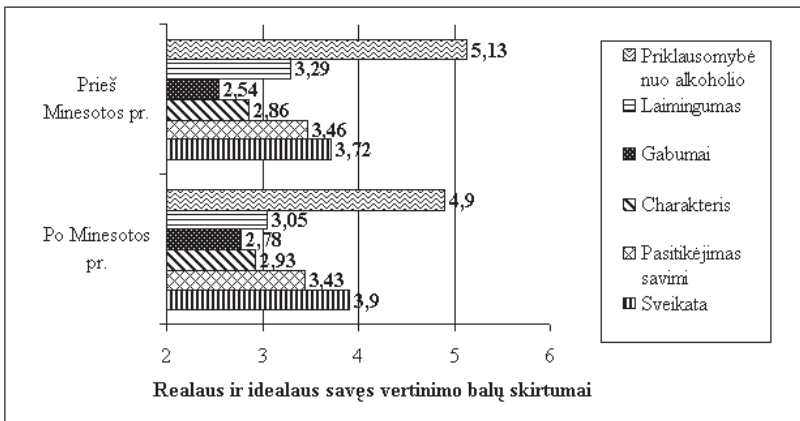
**4 lentelė. Savęs vertinimo pokyčiai poliariinių būdvardžių metodikos skalėse**

**Table 4. Changes of self-esteem in polar adjectives method scales**

Poliariinių būdvardžių metodikos skalės	Neigiami rangai <sup>1</sup>		Teigiami rangai <sup>2</sup>		Lygūs rangai n	Z	p
	n	Vidutinis rangas	n	Vidutinis rangas			
Organizuotumas	26	16,69	4	7,75	0	-4,145	<0,001
Konkurentiškumas	12	14,13	18	16,42	0	-1,300	0,194
Pareigingumas	22	14,82	8	17,38	0	-1,924	0,054
Konformizmas	16	10,16	9	18,06	4	0,000	1,000
Socialumas	22	15,48	5	7,50	3	-3,644	<0,001

<sup>1</sup> po Minesotos pr. < prieš Minesotos pr.;

<sup>2</sup> po Minesotos pr. > prieš Minesotos pr.



**1 pav. Tiriamųjų savo sveikatos, pasitikėjimo savimi, charakterio, gabumų, laimingumo ir priklausomybės nuo alkoholio realaus ir idealaus savęs vertinimo skirtumų tarpusavio palyginimas**

**Figure 1. Comparison of differences among participants' real and ideal self-evaluation of health, self-confidence, character, abilities, happiness and dependence upon alcohol**

## REZULTATŲ APTARIMAS

Išanalizavus vyrų ir moterų duomenis, reikšmingų savęs vertinimo skirtumų negauta. Kitų tyrėjų duomenys šiuo požiūriu gana prieštaringi. Vieni autoriai taip pat konstatuoja, kad nuo alkoholio priklausomų vyrų ir moterų savęs vertinimas nesiskiria (Salloum et al., 2001; Hull, Young, 1983; Trucco et al., 2007), kai kurie kiti tyrimai (John et al., 2008) rodo, jog priklausomų nuo alkoholio moterų savęs vertinimas yra menkesnis negu vyrų. Mūsų kultūroje labiau toleruojamas vyrų alkoholio vartojimas, todėl lieka neaišku, kodėl nuo alkoholio priklausomų moterų savęs vertinimas nėra labiau nukentėjęs dėl socialinių lūkesčių neatitikties. Galbūt mūsų kultūroje nuo alkoholio priklausomomis tampa moterys, nejautrios socialinėms normoms ar nesiekiančios atitikti moteriškumo stereotipo.

Kaip ir buvo tikėtasi, po Minesotos programos tiriamųjų savęs vertinimas padidėjo. Savęs vertinimas padidėjo pagal visas Dembo–Rubinštein metodikos analizuotas charakteristikas. Po Minesotos programos tiriamieji vertino save kaip sveikesnius, labiau pasitikinčius savimi, gabetesnius, geresnio charakterio, laimesnius ir mažiau priklausomus nuo alkoholio. Reikia pabrėžti, jog sumažėjo atotrūkis tarp to, kaip vertinama reali priklausomybė ir pageidaujamas nepriklausomumas nuo alkoholio: požiūris į problemą tapo savikritiškesnis, lūkesčiai realistiškesni. Tai, jog tiriamieji pripažino esą priklausomi nuo alkoholio, galėjo būti paveikta Minesotos programoje naudojamo medicininio ligos modelio, kuris priklausomybę apibūdina kaip ligą, kuria sergama visą gyvenimą ir kuri yra nepagydoma. Reikia manyti, jog suvokus, kad visą gyvenimą busi priklausomas nuo alkoholio, pasidaro lengviau susitaikyti su esama situacija, dėl to sumažėja įtampa, atmetama kaltė, koreguojami pasveikimo lūkesčiai (Ronel, 2000).

Tiriant savęs vertinimo pokytį po Minesotos programos Poliarinių būdvardžių metodika, tiriamieji save vertino kaip žvalesnius, socialiai aktyvesnius, geresnės nuotaikos, tvirtesnius ir labiau sutelktus. Šios charakteristikos, turinčios dinaminį atspalvį, yra reali galimybė pagerinti gyvenimo kokybę ir toliau sėkmingai sveikti. Duomenys dar kartą patvirtina Minesotos programos efektyvumą.

Tarpusavyje palyginę atskiras savęs vertinimo charakteristikas, matome: nuo alkoholio priklausomi asmenys santykinai geriausiai vertina savo charakterį ir gabumus. Tokius rezultatus galima paaiškinti tuo, jog būtent šios charakteristikos yra abstraktesnės, mažiau kinta gyvenime. Kiti

tyrėjai charakterį ir protinius gebėjimus taip pat nurodo kaip subjektyviai geriausiai vertinamas charakteristikas (Понизовский, 2007). Menkiausias savęs vertinimas konstatuotas kalbant apie priklausomybę nuo alkoholio. Iš esmės tai parodo problemos pripažinimą (Ronel, 2000).

Nustatyta, kad pagal išsilavinimą, šeiminių padėtį ir užimtumą savęs vertinimas nesiskiria. Galbūt pažeidžiamumas alkoholiu nesusijęs su šiais sociodemografiniais veiksniais. Pastebėta, jog pradėję gydymą pagal Minesotos programą tiriamieji vertina save tuo menčiau, kuo jų nurodoma priklausomybė nuo alkoholio trunka ilgiau. Suprantama, kad ilgai trunkantis suvokiamas ar kitų prikišamas nesugebėjimas įveikti priklausomybės, besikaupiančios neigiamos socialinės pasekmės menkina savęs vertinimą.

## IŠVADOS

1. Nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas prieš Minesotos programą susijęs su priklausomybės nuo alkoholio trukme: kuo ilgesnė priklausomybės trukmė, tuo tiriamųjų savęs vertinimas menkesnis.

2. Nuo alkoholio priklausomų asmenų savęs vertinimas po Minesotos programos yra geresnis nei programos pradžioje.

## Literatūra

- Aliev, Z. N. (2003). Psychopathology Of Acute Alcoholic Hallucinosi. *Russian Medical Journal*, (2), 29-34.
- Butkienė, A. (2006). Minesotos programa: psichoterapinis priklausomybės ligų gydymas. *Psichiatrijos žinios*, 2(39), 15–19.
- Demirbas, H. C., Çelik, S., Özgür, I. N., Lhan, I., Dogan, Y. B. (2003). An examination of suicide probability in alcoholic in-patients. *Alcohol & Alcoholis*, 38(1), 67-70.
- DeSimone, A., et al (1994). Alcohol use, self-esteem, depression, and suicidality in high school students [electronic version]. *Adolescence*, 29, 939-942.
- Finney, J. W. (2004). Assessing Alcohol Problems: A Guide for Clinicians and Researchers. *Assessing Treatment and Treatment Processes*, 1, 25-31.
- Goštautas, A., Pakula, A., Grinevičienė, L. (1998). Sex Differences in Psychosocial Adjustment among Lithuanian Schoolchildren. In: *Individual Differences in Children and Adolescents: International Perspectives* (Ed. D. H. Saklofske and S. B. G. Eysenck). Hodder and Stoughton, 143-157.
- Glindemann, K. E., et al (1999). Self-esteem and alcohol consumption: A study of college drinking behavior in a naturalistic setting. *Journal of Alcohol & Drug Education*, 45, 60-68.

- Greenfield, S. F., Hufford, M. R., Vagge, L. M., Muenz, L. R., Costello, M. E., Weiss, R. D. (2000). The relationship of self-efficacy expectancies to relapse among alcohol dependent men and women: a prospective study. *Journal Studies Alcohol*, 61(2), 45-51.
- Hull, J. G., Young, R. D. (1983). Self-consciousness, self-esteem and success-failure as determinants of alcohol consumption in male social drinkers. *Journal of Personality and Social Psychology*, (44), 1097-1109.
- John, B., Alwyn, T., Hodgson, R. J., Phillips, C. J. (2008). Gender-Role Orientation and Alcohol Treatment Outcome. *Journal of Applied Social Psychology*, 38(8), 2179-2194.
- Kelly, J. F., Myers, M. G., Brown, S. B. (2000). A Multivariate Process Model of Adolescent 12-Step Attendance and Substance Use Outcome Following Inpatient Treatment. *Psychol Addict Behav.*, 4(4), 376-389.
- Luhtanen, K., Crocker, J. (2003). Alcohol Use in College Students: Effects of Level of Self-Esteem, Narcissism, and Contingencies of Self-Worth. *Psychology of Addictive Behaviors*, (19), 99-103.
- Mikelkevičiūtė, J. (2002). *Taikomosios fizinės veiklos poveikis nežymiai protiškai atsilikusių paauglių sąvęs vertinimui ir fizinės kompetencijos suvokimui*. Daktaro disertacija, Lietuvos kūno kultūros akademija. Kaunas.
- Nielsen, A. S. (2003). Alcohol Problems And Treatment: The Patients' Perceptions. *European Addiction Research*, 9, 29-38.
- Olmstead, R. E., Guy, S. M., O'Malley, P. M., Bentler, P. M. (1991). Longitudinal assessment of the relationship between self-esteem, fatalism, loneliness, and substance use. *Journal of Social Behavior and Personality*, 6, 749-770.
- Pekala, R. J., Kumar, V. K., Maurer, R., Elliott-Carter, N. Y. C., Moon, E. (2009). Self-esteem and Its Relationship to Serenity and Anger/Impulsivity in an Alcohol and Other Drug-Dependent Population: Implications for Treatment. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 27(1), 94-112.
- Psichologijos žodynas*. (1993). Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidykla.
- Ronel, N. (2000). From Self-Help to Professional Care: An Enhanced Application of the 12-Step Program. *Journal of Applied Behavioral Science*, 36, 108.
- Salloum, I. M., Cornelius, J. R., Mezzich, J. E., Kirisci, L., Daley, D. C., Spotts, C. R. et al. (2001). Characterizing female bipolar alcoholic patients presenting for initial evaluation. *Addictive Behaviors*, 26, 341-348.
- Scheier, L. M., Botvin, G. J., Griffin, K. W., Diaz, T. (2000). Dynamic Growth Models of Self-Esteem and Adolescent Alcohol Use. *Journal of Early Adolescence*, 20(2), 178-210.
- Swaim, R. C., Wayman, J. C. (2004). Multidimensional Self-Esteem and Alcohol Use Among Mexican American and White Non-Latino Adolescents: Concurrent and Prospective Effects. *American Journal of Orthopsychiatry*, 74(4), 559-570.
- Tremblay, P. F., Mihic, L., Graham, K., Jelley, J. (2007). Role of motivation to respond

- to provocation, the social environment, and trait aggression in alcohol-related aggression. *Aggressive Behavior*, 33(5), 389–411.
- Trucco, E. M., Connery, H. S., Griffin, M. L., Greenfield, S. F. (2007). The Relationship of Self-Esteem and Self-Efficacy to Treatment Outcomes of Alcohol-Dependent Men and Women. *American Journal on Addictions*, 16 (2), 85-92.
- Valickas, G. (1991). *Asmenybės sąvęs vertinimas*. Vilnius: VU.
- Бернс, Р. (1986). *Развитие Я – концепции и воспитание* [Aš koncepcijos vystymasis ir auklėjimas]. Москва: Прогресс.
- Рубинштейн, С. Я. (2004). *Экспериментальные методики патопсихологии* [Eksperimentinės patopsichologijos metodikos]. Москва: Институт Психотерапии.
- Понизовский, П. А. (2007). *Когнитивные расстройства и соматическая анозогнозия у больных алкогольной зависимостью* [Priklausomų nuo alkoholio asmenų kognityviniai sutrikimai ir somatinė anozognozija]. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата медицинских наук. На правах рукописи. Москва. Aplankyta 2008-12-01, [www.mniip.org/science/avtoreferats](http://www.mniip.org/science/avtoreferats).

## PECULIARITIES OF PERSONS' WITH ALCOHOLISM SELF-ESTEEM AND IT'S CHANGES DURING TREATMENT

Diana Čigasaitė, Jurgita Dirsienė, Loreta Zajančkauskaitė–Staskevičienė

**Abstract. Background and Purpose.** Self-esteem is related to many fields of life and with dependence upon alcohol. Positive self-esteem can be a protector which functions to prevent dependence. For this reason it is important to look for changes in self-esteem during treatment. Self-esteem of alcoholic individuals was described as being self critical, ambivalent, and inadequate in the view of the literature. However, not all these characteristics interrelate with alcohol dependence equally. The goal of this thesis is to assess the self-esteem of persons with alcoholism and its change during treatment. **Method.** Thirty alcoholic Minnesota Model individuals on intake and discharge at the Addiction Centre completed two self-esteem scales: Dembo-Rubinstein (Rubinstein, 2004) and self-evaluation method of Gostautas, Pakula, Grineviciene (1988). Research was performed on January-March in 2009. **Results.** General self-esteem level of persons with alcoholism increased during the Minnesota Model program. There was no significant relationship between self-esteem, gender, intelligence, marital status or occupation. **Conclusion.** The longer the dependence upon alcohol the lower the self-confidence assessment in the beginning of treatment in the Minnesota Model program.

**Keywords:** self-esteem, alcohol addiction, Minnesota Model, Realistic ego, Ideal ego.

Gauta: 2010 02 05  
Priimta: 2010 09 27