

## САМОРЕГУЛЯЦИЯ И ВРЕМЕННАЯ ПЕРСПЕКТИВА ЛИЧНОСТИ: ВЗАИМОСВЯЗЬ В КОНТЕКСТЕ ФЕНОМЕНА ЗАВИСИМОСТИ ОТ АЛКОГОЛЯ

П.Д. Игнатъев<sup>1</sup>, А.В. Трусова<sup>1,2</sup>, С.Г. Климанова<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> Санкт-Петербургский государственный университет, г. Санкт-Петербург, Россия

<sup>2</sup> Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии им. В.М. Бехтерева, г. Санкт-Петербург, Россия

Представлены результаты оригинального исследования особенностей эмоциональной регуляции в связи с временной перспективой личности у больных с алкогольной зависимостью. По результатам комплексного клинико-психологического и экспериментально-психологического исследования с помощью батареи из 6 психодиагностических методик: Госпитальной шкалы оценки тревоги и депрессии (HADS), Теста агрессии Spielberger (STAXI), Опросника когнитивной регуляции эмоций N. Garnefski & V. Kraaij (CERQ), Шкалы трудностей эмоциональной регуляции K.L. Gratz & L. Roemer (DERS), Пенсильванской шкалы влечения к алкоголю B.A. Flannery, J.R. Volpicelli, H.M. Pettinati (PACS) и Опросника временной перспективы F. Zimbardo (ZTPI) – было установлено наличие связей между саморегуляцией и различными временными параметрами. Описана пятифакторная структура регуляторной деятельности при алкоголизме, представленная факторами «Дефицит регуляторного опыта», «Низкий уровень рефлексии», «Деструктивная когнитивная регуляция», «Отстраненность» и «Амбивалентная регуляция». Показано влияние системы отношения ко времени и аффективных состояний на факторные решения.

*Ключевые слова:* саморегуляция, эмоциональная регуляция, трудности эмоциональной регуляции, эмоции, временная перспектива, алкогольная зависимость.

### Введение

Нарушение саморегуляции как комплексного процесса произвольного и целенаправленного изменения субъектом своего психического состояния и отдельных психических свойств является закономерной составляющей клинической картины многих психических расстройств, и алкогольной зависимости в частности. Для зависимых от алкоголя пациентов наиболее актуальными являются нарушения в области регуляции поведения и эмоций. Возникновение и усиление аддиктивного влечения переживается большинством больных как неконтролируемый процесс, фактически поглощающий и/или подчиняющий себе все остальные виды поведенческой активности. Переживание повседневных стрессоров и критических жизненных событий сопровождается как различными по интенсивности и продолжительности негативными эмоциональными переживаниями, так и кумуляцией психоэмоционального напряжения. Все это в совокупности может рассматриваться как триггерный механизм, побуждающий к приему алкоголя (Валентик, Сирота, 2002; Игнатъев, Трусова, 2016; Armeli,

2005; Dawson, 2005; Berking et al., 2011; Илюк, 2012; Крупицкий, 2007 и др.).

В отечественных публикациях, посвященных саморегуляции, традиционным является рассмотрение процессов саморегуляции поведения через призму волевой сферы. Соответственно, и сохранность саморегуляции детерминирована характеристиками волевой сферы. Воля как психический процесс главным образом участвует в обеспечении процесса постановки целей, выбора мотивов, управлении внутренними состояниями (Иванников, 2006).

В настоящее время подобные представления претерпевают изменения и расширяются: все чаще отмечается, что саморегуляция имеет множество детерминант, а эффективность регуляции собственного поведения зависит от участия всех структурных компонентов психики (Сергиенко, 2009). Поскольку в таком широком аспекте саморегуляция представляется плохо поддающимся эмпирическому исследованию феноменом, внимание исследователей сосредоточено на отдельных аспектах. Одним из наиболее интересующих исследователей аспектов этой проблемы является роль

эмоций и регуляция субъектом собственного эмоционального состояния в контексте организации своей повседневной поведенческой активности.

Роль эмоций в регуляции поведения всегда рассматривалась в единстве общего процесса саморегуляции поведения и лишь относительно недавно была выделена в качестве самостоятельного понятия, представленного в многочисленных публикациях зарубежных авторов, например, J. Gross, K.L. Gratz, L. Roemer, N. Garnefski, V. Kraaij, P. Spinhoven и др.

Так, J. Gross (2007) и его коллеги определяют эмоциональную регуляцию как целенаправленный процесс функционирования и управления собственной активностью, влияющий на интенсивность, продолжительность и тип переживания. Модель эмоциональной регуляции поведения, предложенная J. Gross, учитывает, в том числе влияние ситуативных и темпоральных характеристик – каждая из стратегий эмоциональной регуляции включает в себя набор различных адаптивных и дезадаптивных способов реагирования. При этом характер адаптивности зависит от частоты и уместности эксплуатации таких способов, т. е. одновременно учитывается интенсивность и частота использования, а также ситуационный контекст применения стратегий регуляции (Gross, 1993, 2007).

Подход K.L. Gratz, L. Roemer (2004), сосредоточенный на рассмотрении процесса регуляции эмоций и его нарушений, также учитывает темпоральный аспект: регуляция эмоций представляет собой модуляцию собственного эмоционального опыта и ответной реакции в виде преобразования интенсивности и продолжительности переживания эмоций. Последнее в целом направлено на торможение импульсивного поведения (Gratz, Roemer, 2004).

Обращает на себя внимание позиция N. Garnefski, V. Kraaij, которые рассматривают отдельный аспект эмоциональной регуляции, а именно регуляцию эмоций посредством когнитивных стратегий. Когнитивные стратегии как один из способов регуляции представляют собой совокупность когниций – представлений и мысленных усилий, направленных на управление и сдерживание своих эмоций (Garnefski, Kraaij, 2001; Писарева, 2011). При этом можно выделить темпоральные аспекты, так как мысленные усилия разворачиваются во времени, имеют определенную продолжительность и ориентированы на

определенный временной модус (настоящее, прошлое или будущее).

Современные исследования субъективного психологического времени указывают на то, что некоторые особенности временной перспективы личности связаны с большей частотой приема психоактивных веществ (ПАВ) и являются в силу этого факторами риска формирования зависимости. В частности, к таким факторам относится ориентация на гедонистическое настоящее и/или негативное прошлое (Трусова с соавт, 2013; Трусова, Климанова, 2015; 2016; Keough et al., 1999; Henson et al., 2006; Ortuco et al., 2010; Fieulaine, Martinez, 2011).

Отмечается также мнение о том, что взаимосвязь между временной перспективой и злоупотреблением ПАВ не имеет линейного характера. В частности, отмечается, что временная перспектива может быть проксимальным предиктором поведенческих намерений (behavioral intentions) и опосредуется установками, способностью к поведенческому контролю, ценностями, копинг-механизмами и т.д. (Wills et al., 2001; Adams, Nettle, 2009; Fieulaine, Martinez, 2011).

Таким образом, можно утверждать, что существует взаимосвязь между саморегуляцией поведения и временной перспективой личности, и изучение такой взаимосвязи актуально в контексте решения задач превенции и терапии алкогольной зависимости.

**Целью** описываемого в настоящей публикации исследования являлось изучение взаимосвязи между временной перспективой личности и параметрами, отражающими саморегуляцию поведения у пациентов с зависимостью от алкоголя с построением основанной на этих данных эмпирической модели.

#### **Дизайн и методы исследования**

Исследование проводилось на базе отделения лечения больных алкоголизмом Научного медицинского исследовательского центра психоневрологии (НМИЦ ПН) им. В.М. Бехтерева. Отбор испытуемых осуществлялся на основе разработанных критериев включения в выборку: возраст в диапазоне от 18 до 70 лет; установленный лечащим врачом психиатром-наркологом диагноз «Синдром зависимости от алкоголя» (код F10.25-26 по Международной классификации болезней 10-го пересмотра, МКБ-10); свободное владение русским языком; наличие стационарного или мобиль-

ного телефона. Критериями исключения являлись: проявления алкогольного абстинентного синдрома; наличие выраженных когнитивных дисфункций, коморбидных соматических и психических расстройств; прием интенсивной фармакологической терапии, изменяющий течение и характер психических процессов и состояний.

Для исследования особенностей эмоциональной сферы использовались:

1) Госпитальная шкала оценки тревоги и депрессии (HADS) (Андрющенко, 2003);

2) Тест агрессии С.Д. Spielberger (STAXI) в адаптации Г. Кассинове, Д. Суходольского, К. Экхарда, С. Цицарева.

Способы и стратегии эмоциональной регуляции поведения исследовались с помощью:

1) Опросника когнитивной регуляции эмоций N. Garnefski, V. Kraaij (CERQ) в адаптации О.Л. Писаревой, А. Гриценко (2011);

2) Шкалы трудностей эмоциональной регуляции K.L. Gratz, L. Roemer (DERS) в переводе Д.В. Московченко.

Выраженность влечения к алкоголю оценивалась с помощью Пенсильванской шкалы влечения к алкоголю B.A. Flannery, J.R. Volpicelli, H.M. Pettinati (PACS) в адаптации Е.М. Крупицкого с соавт. (2007).

Для оценки временной перспективы личности был использован опросник временной перспективы F. Zimbardo (ZTPI) в русскоязычной адаптации А. Сырцовой, Е.Т. Соколовой, О.В. Митиной (Сырцова, 2008).

Кроме этого, учитывались некоторые клинические показатели алкогольной зависимости, в частности: форма употребления и стаж употребления алкоголя; количество госпитализаций по поводу алкогольной зависимости; ретроспективная оценка средней продолжительности ремиссии.

Статистическая обработка полученных результатов включала в себя проверку выборки на нормальность распределения по  $\lambda$ -критерию Колмогорова – Смирнова, расчет средних значений и стандартного отклонения, а также факторный и регрессионный анализ.

### Результаты исследования

В исследовании приняли участие 56 пациентов, находившихся на заключительном этапе стационарного лечения по поводу алкогольной зависимости, в том числе 47 мужчин и 9 женщин (83,9 и 16,1 % объема выборки

соответственно), средний возраст –  $40,2 \pm 8,5$  лет ( $M \pm SD$ ). У 28 человек (50 %) отмечалась постоянная форма употребления, у 19 человек (33,9 %) – периодическая, у 9 человек (16,1 %) – перемежающаяся. Средний возраст начала формирования алкогольного абстинентного синдрома –  $29,8 \pm 7,2$  лет. Большинство пациентов – 34 больных (60,7 %) были госпитализированы по поводу алкогольной зависимости впервые, остальные 22 пациента – госпитализированы повторно. Амбулаторное лечение в анамнезе проходили 11 пациентов (19,6 %), стационарное – 12 (21,4 %), имели опыт и амбулаторного, и стационарного лечения – 7 (12,5 %). Почти половина обследованных пациентов (26 человек или 46,4 % численности выборки) не обращались ранее в медицинские учреждения. Средняя длительность заболевания ( $M \pm SD$ ) составила  $10,5 \pm 7,3$  лет, средняя продолжительность ремиссии обследованных пациентов –  $11,1 \pm 16,9$  месяца, средний уровень показателя выраженности влечения к алкоголю –  $10 \pm 7,5$ .

### Характеристики эмоциональной сферы.

По данным обследования по госпитальной шкале тревоги и депрессии, у испытуемых обнаружен средний показатель по шкале «тревога», свидетельствующий о субклиническом уровне ее выраженности. При этом показатели по шкале «депрессия» соответствуют норме (т. е. выраженная депрессивная симптоматика отсутствует). В оценке паттернов агрессии наиболее выраженными оказались следующие показатели: контроль агрессии; раздражительность; эксплозивность; аутоагрессия; агрессия, направленная вовне (табл. 1).

Таблица 1  
Выраженность показателей тревоги, депрессии и агрессии у обследованных пациентов с алкогольной зависимостью

Показатели психодиагностических методик	Значения статистик $M \pm SD$
Тревога (HADS)	$8,62 \pm 4,15$
Депрессия (HADS)	$6,07 \pm 4,11$
Агрессия как актуальное состояние (STAXI)	$15,78 \pm 6,24$
Агрессия как черта характера (STAXI)	$20,92 \pm 7,42$
Гнев-темперамент (STAXI)	$7,94 \pm 3,39$
Гнев-реакция (STAXI)	$9,12 \pm 3,28$
Агрессия внешняя (STAXI)	$16,01 \pm 5,24$
Агрессия внутренняя (STAXI)	$17,37 \pm 5,81$
Контроль агрессии (STAXI)	$21,98 \pm 6,06$

Характеристики эмоциональной регуляции. Для снижения размерности массива экспериментальных данных был проведен фак-

Таблица 2

Матрица факторных нагрузок показателей эмоциональной регуляции  
у обследованных пациентов с алкогольной зависимостью

Исходные переменные	Факторы				
	F <sub>1</sub>	F <sub>2</sub>	F <sub>3</sub>	F <sub>4</sub>	F <sub>5</sub>
Непринятие эмоциональных реакций (DERS)	0,820	–	–	–	–
Ограниченность спектра стратегий регуляции эмоций (DERS)	0,774	–	–	–	–
Трудности поддержания целенаправленного поведения (DERS)	0,594	–	–	–	–
Трудности сдерживания импульсивных реакций (DERS)	0,586	–	–	–	–
Отсутствие осознания эмоциональных реакций (DERS)	–	0,823	–	–	–
Отсутствие ясности понимания эмоциональных реакций (DERS)	–	0,780	–	–	–
Перефокусировка и планирование (CERQ)	–	–0,620	–	–	–
Обвинение (CERQ)	–	–	0,890	–	–
Катастрофизация (CERQ)	–	–	0,825	–	–
Положительная перефокусировка (CERQ)	–	–	–	0,729	–
Позитивная переоценка (CERQ)	–	–	–	0,706	–
Помещение в перспективу (CERQ)	–	–	–	0,669	–
Принятие (CERQ)	–	–	–	–	0,779
Самообвинение (CERQ)	–	–	–	–	0,755

торный анализ совокупности показателей когнитивной регуляции эмоций и трудностей эмоциональной регуляции (всего 15 переменных). В результате процедуры анализа главных компонент было выделено 5 компонент, подвергнутых в дальнейшем вращению по методу Varimax. Учитывались латентные переменные с факторной нагрузкой более 0,5. Выделенная совокупность факторов объясняет 69 % общей совокупной дисперсии<sup>1</sup>. Результаты такой ротации после 10 итераций представлены в табл. 2.

Первый фактор (F<sub>1</sub>) был интерпретирован как «дефицит регуляторного опыта», поскольку он представлен исключительно показателями трудностей эмоциональной регуляции. При этом к числу первостепенных относятся «непринятие эмоциональных реакций», «ограниченность спектра стратегий регуляции эмоций», а к второстепенным – «трудности поддержания целенаправленного поведения», «трудности сдерживания импульсивных реакций».

Интерпретация второго фактора (F<sub>2</sub>), в силу его биполярности, вербализуется как «низкий уровень рефлексии» («отсутствие осознания эмоциональных реакций», «отсутст-

вие ясности понимания эмоциональных реакций» – на положительном полюсе и когнитивная стратегия регуляции эмоций «перефокусировка и планирование» – на отрицательном).

Третий (F<sub>3</sub>) и пятый (F<sub>5</sub>) факторы оказались относительно несложными в интерпретации в силу своего двухкомпонентного состава (когнитивные стратегии «обвинение», «катастрофизация» – для F<sub>3</sub>, и диаметрально противоположные друг к другу когнитивные стратегии регуляции эмоций: «принятие» и «самообвинение» – для F<sub>5</sub>), что позволило их определить как «деструктивная когнитивная регуляция» и «амбивалентная регуляция».

Четвертый фактор (F<sub>4</sub>) был определен как «отстраненность», поскольку включал в себя когнитивные стратегии «положительная перефокусировка», «позитивная переоценка», «помещение в перспективу».

Регрессионный анализ. Для определения прогностического значения и влияния характеристик эмоциональной сферы и временной перспективы личности на особенности эмоциональной регуляции у лиц, страдающих алкогольной зависимостью, был использован метод множественного регрессионного анализа. Все выделенные на предыдущем этапе исследования пять факторов выступали в качестве зависимых переменных, для которых были построены собственные регрессионные

<sup>1</sup> Когнитивная стратегия регуляции эмоций «руминация» не вошла ни в один фактор.

Регрессионные модели для четырех факторов эмоциональной регуляции

Параметры модели	Нестандартизованные коэффициенты		Стандартизованные коэффициенты	Значения t-статистики	Уровень значимости
	B	Стандарт. ошибка	Бета		
Фактор F <sub>2</sub> «Низкий уровень рефлексии»					
Константа	2,353	0,821	–	2,866	0,006
Будущее (ZTPI)	–0,753	0,296	–0,429	–3,663	0,001
Депрессия» (HADS)	0,067	0,028	0,274	2,340	0,023
Фактор F <sub>3</sub> «Деструктивная когнитивная регуляция рефлексии»					
Константа	–2,639	0,914	–	–2,889	0,006
Тревога (HADS)	0,086	0,030	0,358	2,909	0,005
Гедонистическое настоящее (ZTPI)	0,539	0,247	0,269	2,187	0,033
Фактор F <sub>4</sub> «Отстраненность»					
Константа	–2,931	0,771	–	–3,802	0,000
Позитивное прошлое (ZTPI)	0,521	0,162	0,353	3,226	0,002
Фаталистическое настоящее (ZTPI)	0,654	0,156	0,471	4,187	0,000
Аутоагрессия (STAXI)	–0,047	0,020	–0,274	–2,407	0,020
Фактор F <sub>5</sub> «Амбивалентная регуляция»					
Константа	–1,411	0,471	–	–2,995	0,004
Контроль агрессии (STAXI)	0,064	0,021	0,389	3,105	0,003
Выраженность влечения к алкоголю (PACS)	0,041	0,016	0,308	2,584	0,013

модели. В качестве предикторов выступали показатели тревоги, депрессии, характеристики агрессии и временной перспективы личности. По итогам этой статистической процедуры исключение наблюдалось только для F<sub>1</sub>, поскольку при построении регрессионной модели для этого фактора в итоговое уравнение регрессии не было включено ни одной переменной. Для определения значимости рассчитанных значений коэффициента детерминации<sup>2</sup> R<sup>2</sup> рассчитывался F-критерий Фишера ( $p < 0,05^*$ ). Для выделения информативных переменных-предикторов использовался метод пошагового отбора (значение вероятности F для включения  $\leq 0,050$ , значение вероятности F для исключения  $\geq 0,100$ ).

Рассчитанные таким образом регрессионные модели представлены в табл. 3.

Регрессионная модель для F<sub>2</sub> («Низкий уровень рефлексии») объясняет 31 % дисперсии зависимой переменной и представлена информативными параметрами «Ориентация на буду-

щее» (с отрицательным знаком) и «Депрессия» (положительный знак). Вероятно, такого рода данные могут свидетельствовать о том, что зависимые от алкоголя люди при построении долгосрочных и глобальных жизненных целей испытывают состояние подавленности и беспокойства. Невозможность точного моделирования образа будущего, неопределенность и неуверенность, возникающая при построении целей и планов, может обуславливать различные трудности, связанные с осознанием и пониманием своих собственных эмоций, планирования своих действий и, как следствие, приводить к импульсивному поведению.

Регрессионная модель для фактора F<sub>3</sub> («Деструктивная когнитивная регуляция») объясняет 19 % дисперсии и включает две значимые переменные: «Тревога», «Гедонистическое настоящее». Возможно, что эмоциональное состояние тревоги с отсутствием фокусировки на определенном временном модусе на фоне стремления к получению удовольствий и наслаждений может препятствовать использованию эффективных стратегий регуляции эмоций, что, тем самым, дезорганизует поведение.

Достаточно информативная регрессионная модель для фактора «Отстраненность»

<sup>2</sup> В данном случае – доля дисперсии зависимой переменной, объясняемая рассматриваемой регрессионной моделью зависимости, т. е. объясняющими переменными.

( $F_4$ , с 41 % объясненной дисперсии) включает параметры временной перспективы «Позитивное прошлое», «Фаталистическое настоящее», а также показатель «Аутоагрессия» (с отрицательным знаком). Вероятно, что позитивное восприятие своего прошлого и принятие настоящего как неизменного, независимого от самого субъекта, а также отсутствие склонности к самоуничтожению, определяют использование стратегий когнитивной регуляции, направленных на снижение значимости отрицательных эмоций в личном опыте и на извлечение исключительного положительного смысла и значения событий.

Для фактора  $F_5$  («Амбивалентная регуляция»), объясняющего только 24 % дисперсии переменных, значимыми оказались параметры «контроль агрессии» и выраженность влечения к алкоголю. Очевидно, что высокий уровень сдерживания гнева, агрессии и выраженное влечение к приему алкоголя порождают конфликт между противоречивыми тенденциями, а именно: способностью к сдерживанию агрессии, с одной стороны, и отрицательными эмоциями, вызванными тягой к употреблению алкоголя, с другой.

### Обсуждение результатов

Полученные результаты согласуются с другими данными, например, с результатами исследования М. Verking с соавт. (2011), свидетельствующими о наличии связи между выраженностью влечения к алкоголю и потреблением алкоголя, с одной стороны, и навыками эмоциональной регуляции, с другой. При этом дефицит навыков эмоциональной регуляции связан с актуализацией влечения к алкоголю, а недостаточность навыков регуляции эмоций определяет высокий уровень рецидивов заболевания в течение 3 месяцев после прохождения лечения (Verking et al., 2011).

Выявленная пятифакторная структура эмоциональной регуляции в группе пациентов с алкогольной зависимостью показывает, что нарушения осознанной регуляции эмоциональных состояний в основном обусловлены узостью репертуара эффективных способов и приемов управления эмоциями, зачастую отрицательных ( $F_1$ ), с пониженной рефлексией ( $F_2$ ), наличием деструктивных стратегий когнитивной регуляции ( $F_3$ ), а также одновременным сосуществованием двух противоположных стратегий «принятие» и «самообвинение» ( $F_5$ ). При столкновении с проблемными обстоятельствами и ситуациями, требующими

сдерживания и управления собственными эмоциями, определение исключительно положительного смысла в них с одновременным отрицанием негативных аспектов является способом эмоционального отстранения, абстрагирования от ситуации ( $F_4$ ).

Описанная по результатам исследования факторная структура регуляторной деятельности у лиц с зависимостью от алкоголя имеет свою специфику, рассматриваемую в зависимости от аффективного состояния и временного модуса. Основным источником нарушений осознанной регуляции эмоций является состояние тревоги, в частности, это касается ограничений в процессах познания и размышлений, касающихся собственных эмоциональных состояний и переживаний ( $F_2$ ), и трудностей в когнитивном управлении, координации собственных эмоций и поведения ( $F_3$ ). Напротив, высокий уровень контроля агрессии как способности управления и торможения собственных аффектов при переживании алкогольного аддиктивного влечения отражается на принятии собственного состояния, эмоциогенных ситуаций и интернальной атрибуции ( $F_5$ ).

Определенные модусы временной перспективы также значимо вносят вклад в эмоциональную регуляцию. Установлено, что при отсутствии ориентации на будущее, при котором поведение не детерминируется планами и целями, закономерно порождаются трудности, связанные с опережающим отражением осознания и выражения собственных эмоций. Следовательно, регуляция эмоций осуществляется на ситуативно-реактивном уровне, в зависимости от контекста ситуации ( $F_2$ ). Позитивное восприятие аспектов прошлого (в виде его положительного событийного наполнения) отражается на склонности к абстрагированию от болезненных переживаний текущих событий, требующих управления собственными эмоциональными состояниями ( $F_4$ ).

### Заключение

В связи с относительно низкой эффективностью современных методов лечения алкоголизма, нарушения саморегуляции поведения больных алкоголизмом представляются одной из оптимальных мишеней в психологической помощи и психотерапии при такой форме зависимости, ориентированной на достижение высокого уровня осознанности, поиск внутренних ресурсов в целях успешной координации и управления поведением.

### Литература

1. Андрющенко, А.В. Сравнительная оценка шкал CES-D, BDI и HADS(d) в диагностике депрессий в общемедицинской практике / А.В. Андрющенко, М.Ю. Дробизhev, А.В. Добровольский // Журнал неврологии и психиатрии имени С.С. Корсакова. – 2003. – Т. 103, № 5. – С. 8–11.
2. Иванников, В.А. Психологические механизмы волевой регуляции / В.А. Иванников. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2006.
3. Игнатъев, П.Д. Саморегуляция: обзор современных представлений / П.Д. Игнатъев, А.В. Трусова // Петербургский психологический журнал. – 2016. – № 15.
4. Илюк, Р.Д. Особенности агрессии и гнева при зависимостях от различных психоактивных веществ. Пособие для врачей / Р.Д. Илюк, Д.И. Громько, И.В. Берно-Беллекур и др. – СПб., 2012. – 53 с.
5. Климанова, С.Г. Особенности субъективного восприятия психологического времени пациентов, проходящих лечение от алкогольной и наркотической зависимостей / С.Г. Климанова, А.В. Трусова, А.А. Березина и др. // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2016. – Т. 9, № 4. – С. 50–63.
6. Крупицкий, Е.М. Связь патологического влечения к алкоголю у больных алкоголизмом в ремиссии с рецидивом заболевания / Е.М. Крупицкий, А.А. Руденко, М.В. Цой и др. // Журнал неврологии и психиатрии. – 2007. – Т. 107, № S1. – С. 32–36.
7. Писарева, О.Л. Когнитивная регуляция эмоций / О.Л. Писарева, А. Гриценко // Философия и социальные науки: Научный журнал. – 2011. – № 2. – С. 64–69.
8. Руководство по реабилитации больных с зависимостью от психоактивных веществ / под ред. Ю.В. Валентика, Н.С. Сироты. – М.: Литера-2000, 2002. – 256 с.
9. Сергиенко, Е.А. Контроль поведения: индивидуальные ресурсы субъектной регуляции [Электронный ресурс] / Е.А. Сергиенко // Психологические исследования: электрон. науч. журн. – 2009. – № 5(7).
10. Сырцова, А. Адаптация опросника по временной перспективе Ф. Зимбардо на русскоязычной выборке / А. Сырцова, Е.Т. Соколова, О.В. Митина // Психологический журнал. – 2008. – № 3. – С. 101–109.
11. Трусова, А.В. Временная перспектива в структуре мотивации сохранения здоровья / А.В. Трусова, С.Г. Климанова, А.С. Киселев // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. – 2013. – № 4. – С. 61–67.
12. Трусова А.В., Климанова С.Г. Когнитивный контроль при алкогольной зависимости: обзор современных исследований / А.В. Трусова, С.Г. Климанова // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. – 2015. – № 3(9) [Электронный ресурс].
13. Adams, J. Time perspective, personality and smoking, body mass, and physical activity: An empirical study / J. Adams, D. Nettle // British journal of health psychology. – 2009. – Vol. 14, № 1. – P. 83–105.
14. Armeli, S. A daily process approach to individual differences in stress-related alcohol use / S. Armeli, M. Todd, C. Mohr // J. Pers. – 2005. – Vol. 73, № 6. – P. 1657–1686.
15. Berking, M. Deficits in emotion-regulation skills predict alcohol use during and after cognitive-behavioral therapy for alcohol dependence / M. Berking, M. Margraf, D. Ebert et al. // Journal of Consulting and Clinical Psychology. – 2011. – Vol. 79(3). – P. 307–318.
16. Dawson, D.A. The association between stress and drinking: modifying effects of gender and vulnerability / D.A. Dawson, B.F. Grant, W.J. Ruan // Alcohol Alcohol. – 2005. – Vol. 40, № 5. – P. 453–460.
17. Fieulaine, N. About the fuels of self-regulation: Time perspective and desire for control in adolescents substance use / N. Fieulaine, F. Martinez // The psychology of self-regulation. – 2011. – P. 102–121.
18. Garnefski, N. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems / N. Garnefski, V. Kraaij, P. Spinhoven // Personality and Individual Differences. – 2001. – № 30. – P. 1311–1327.
19. Gratz, K.L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale / K.L. Gratz, L. Roemer // Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment. – 2004. – № 26(1). – P. 41–54.
20. Gross, J.J. Emotional suppression: physiology, self-report and expressive behavior / J.J. Gross, R.W. Levenson // Journal of Personality and Social Psychology. – 1993. – № 64(6). – P. 970–986.
21. Gross, J.J. Emotion Regulation: Conceptual foundations / J.J. Gross, R.A. Thomson // In: J.J. Gross (Ed.), Handbook of Emotion Regulation. New York: Guilford Press, 2007. – P. 3–24.
22. Henson, J.M. Associations among health behaviours and time perspective in young adults / J.M. Henson, M.P. Carey, K.P. Carey, S.A. Maisto // Journal of behavioral medicine. – 2006. – № 2. – P. 127–137.
23. Keough, K.A. Who's smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use / K.A. Keough, P.G. Zimbardo, J.N. Boyd // Basic and applied social psychology. – 1999. – Т. 21. – № 2. – P. 149–164.
24. Ortucó, V.E.C. Links between Time Perspective and alcohol consumption. 2010 / V.E.C. Ortucó, V. Gamboa, C. Gomes. – [http://www.academia.edu/2535063/Links\\_between\\_Time\\_Perspective\\_and\\_alcohol\\_consumption](http://www.academia.edu/2535063/Links_between_Time_Perspective_and_alcohol_consumption) (дата обращения: 18.05.2018).
25. Wills, T.A. Time perspective and early-onset substance use: A model based on stress-coping theory / T.A. Wills, J.M. Sandy, A.M. Yaeger // Psychology of addictive behaviors. – 2001. – Т. 15, № 2. – P. 118.

**Игнатъев Павел Дмитриевич**, аспирант, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (Санкт-Петербург), [ig\\_pvl@mail.ru](mailto:ig_pvl@mail.ru)

**Трусова Анна Владимировна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры медицинской психологии и психофизиологии, Санкт-Петербургский государственный университет; научный сотрудник отделения лечения больных алкоголизмом, Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии им. В.М. Бехтерева (Санкт-Петербург), [anna.v.trusova@gmail.com](mailto:anna.v.trusova@gmail.com)

**Климанова Светлана Георгиевна**, клинический психолог, научный сотрудник отделения лечения больных алкоголизмом, Национальный медицинский исследовательский центр психиатрии и неврологии им. В.М. Бехтерева; аспирант, факультет психологии, Санкт-Петербургский государственный университет (Санкт-Петербург), [svetlanagk@mail.ru](mailto:svetlanagk@mail.ru)

Поступила в редакцию 9 апреля 2018 г.

DOI: 10.14529/psy180208

## SELF-REGULATION AND TIME PERSPECTIVE OF PERSONALITY: ASSOCIATION IN THE CONTEXT OF ALCOHOL DEPENDENCE

**P.D. Ignatiev**<sup>1</sup>, [ig\\_pvl@mail.ru](mailto:ig_pvl@mail.ru)

**A.V. Trusova**<sup>1,2</sup>, [anna.v.trusova@gmail.com](mailto:anna.v.trusova@gmail.com)

**S.G. Klimanova**<sup>1,2</sup>, [svetlanagk@mail.ru](mailto:svetlanagk@mail.ru)

<sup>1</sup> St. Petersburg State University, St. Petersburg, Russian Federation

<sup>2</sup> V.M. Bekhterev National Research Medical Center for Psychiatry and Neurology,  
St. Petersburg, Russian Federation

The article shows results of the study of the features of emotional regulation in connection with the time perspective of the personality of patients with alcohol dependence. According to the results of complex clinical psychological and experimental psychological research using 6 psychodiagnostic methods: Hospital Anxiety and Depression scale (HADS), State Trait Anger Expression Inventory of C.D. Spielberger (STAXI), Cognitive Emotional Regulation Questionnaire of N. Garnefski & V. Kraaij (CERQ), Difficulties in emotion regulation scale of K.L. Gratz & L. Roemer (DERS), Penn Alcohol Craving Scale of B.A. Flannery, J.R. Volpicelli, H.M. Pettinati (PACS) and Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI). It was found that there are connections between self-regulation and various time parameters. The results describe the five-factor structure of regulatory activity in alcoholism represented by the factors «Deficiency of regulatory experience», «Low reflection level», «Destructive cognitive regulation», «Disengagement» and «Ambivalent regulation». The study shows the influence of the system of relation to time and affective states on factor solutions.

*Keywords: self-regulation, emotional regulation, difficult of emotional regulation, emotions, time perspective, alcohol addiction.*

### References

1. Andryushchenko A.V., Drobizhev M.Yu., Dobrovol'skiy A.V. [Comparative Evaluation of the CES-D, BDI and HADS (d) Scales in the Diagnosis of Depression in General Medical Practice]. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii imeni S.S. Korsakova* [S.S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry], 2003, vol. 103, no. 5, pp. 8–11. (in Russ.)
2. Ivannikov V.A. *Psikhologicheskiye mekhanizmy volevoy regulyatsii* [Psychological Mechanisms of Volitional Regulation]. 3rd ed. St. Petersburg, Piter Publ., 2006.
3. Ignat'yev P.D., Trusova A.V. [Self-regulation: a Review of Contemporary Ideas]. *Peterburgskiy psikhologicheskiy zhurnal*, 2016, no. 15, pp. 55–69. (in Russ.)
4. Ilyuk R.D., Gromyko D.I., Berno-Bellekur I.V., Krupitskiy E.M., Kiselev A.S. *Osobennosti agressii i gneva pri zavisimostyakh ot razlichnykh psikhoaktivnykh veshchestv* [Features of Aggression and Anger with Dependencies on Various Psychoactive Substances]. St. Petersburg, 2012. 53 p.
5. Klimanova S.G., Trusova A.V., Berezina A.A., Mustafina K.A., Shamaeva A.N., Gvozdetskiy A.N. Characteristics of Subjective Perception of Psychological Time in Individuals with Alcohol and Other Substance Use Dependence. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Psychology*. 2016, vol. 9, no. 4, pp. 50–63. (in Russ.). DOI: 10.14529/psy160405



6. Krupitskiy E.M., Rudenko A.A., Tsoy M.V., Neznanova O.N., Burakov A.M., Slavina T.YU., Grinenko A.YA., Zvartau E.E., Flanneri B., Krebaum S. [Relationship of Pathological Attraction to Alcohol in Patients with Alcoholism in Remission with Relapse of the Disease]. *Zhurnal nevrologii i psikiatrii* [Journal of Neurology and Psychiatry]. 2007, iss. 1 "Alkogolizm", no. 1, pp. 32–36. (in Russ.)
7. Pisareva O.L., Gritsenko A. *Kognitivnaya regulyatsiya emotsiy* [Cognitive Regulation of Emotions]. *Filosofiya i sotsial'nyye nauki: Nauchnyy zhurnal* [Philosophy and Social Sciences: Scientific Journal]. 2011, no. 2, pp. 64–69. (in Russ.)
8. Valentik Yu.V., Sirota N.S. (Eds.) *Rukovodstvo po reabilitatsii bol'nykh s zavisimost'yu ot psikoaktivnykh veshchestv* [A Guide for the Rehabilitation of Patients with Psychoactive Substance Dependence]. Moscow, Litera Publ., 2000, 2002. 256 p.
9. Sergiyenko E.A. [Behavioral Control: Individual Resources of Subject Regulation]. *Psikhologicheskiye issledovaniya: elektron. nauch. zhurn.* [Psychological Research: Electron. Sci. Journal], 2009, no. 5(7). (in Russ.)
10. Syrsova A., Sokolova E.T., Mitina O.V. [Adaptation of the Questionnaire on the Time Perspective of F. Zimbardo on the Russian-language Sample]. *Psikhologicheskiy zhurnal* [Psychological Journal], 2008, no. 3, pp. 101–109. (in Russ.)
11. Trusova A.V., Klimanova S.G., Kiselev A.S. [Temporary Perspective in the Structure of the Motivation for Maintaining Health]. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Seriya 12: Psikhologiya. Sotsiologiya. Pedagogika* [Bulletin of St. Petersburg University. Series 12: Psychology. Sociology. Pedagogy], 2013, no. 4, pp. 61–67. (in Russ.)
12. Trusova A.V., Klimanova S.G. *Kognitivnyy kontrol' pri alkogol'noy zavisimosti: obzor sovremennykh issledovaniy* [Cognitive Control in Alcohol Dependence: a Review of Modern Research]. *Klinicheskaya i meditsinskaya psikhologiya: issledovaniya, obucheniye, praktika: elektron. nauch. zhurn.* [Clinical and Medical Psychology: Research, Training, Practice: electron. sci. journal], 2015, no. 3 (9).
13. Adams J., Nettle D. Time perspective, personality and smoking, body mass, and physical activity: An empirical study. *British journal of health psychology*, 2009, vol. 14, no. 1, pp. 83–105.
14. Armeli S., Todd M., Mohr C. A daily process approach to individual differences in stress-related alcohol use. *J. Pers.*, 2005, vol. 73, no. 6, pp. 1657–1686.
15. Berking M., Margraf M., Ebert D., Wupperman P., Hofmann S., Junghanns K. Deficits in emotion-regulation skills predict alcohol use during and after cognitive-behavioral therapy for alcohol dependence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2011, vol. 79(3), pp. 307–318.
16. Dawson D.A., Grant B.F., Ruan W.J. The association between stress and drinking: modifying effects of gender and vulnerability. *Alcohol Alcohol*, 2005, vol. 40, no. 5, pp. 453–460.
17. Fieulaine N., Martinez F. About the fuels of self-regulation: Time perspective and desire for control in adolescents substance use. *The psychology of self-regulation*, 2011, pp. 102–121.
18. Garnefski N., Kraaij V., Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 2001, no. 30, pp. 1311–1327.
19. Gratz K.L., Roemer L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 2004, no. 26(1), pp. 41–54.
20. Gross J.J., Levenson R.W. Emotional suppression: physiology, self-report and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993, no. 64(6), pp. 970–986.
21. Gross J.J., Thomson R.A. Emotion Regulation: Conceptual foundations. In: J.J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation*. New York, Guilford Press, 2007, pp. 3–24.
22. Henson J.M., Carey M.P., Carey K.P., Maisto S.A. Associations among health behaviours and time perspective in young adults. *Journal of behavioral medicine*, 2006, no. 2, pp. 127 – 137.
23. Keough K.A., Zimbardo P.G., Boyd J.N. Who's smoking, drinking, and using drugs? Time perspective as a predictor of substance use. *Basic and applied social psychology*, 1999, vol. 21, no. 2, pp. 149–164.
24. Ortucio V.E.C., Gamboa V., Gomes C. Links between Time Perspective and alcohol consumption. 2010. Available at: [http://www.academia.edu/2535063/Links\\_between\\_Time\\_Perspective\\_and\\_alcohol\\_consumption](http://www.academia.edu/2535063/Links_between_Time_Perspective_and_alcohol_consumption) (accessed: 18.05.2018).
25. Wills T.A., Sandy J.M., Yaeger A.M. Time perspective and early-onset substance use: A model based on stress-coping theory. *Psychology of addictive behaviors*, 2001, vol. 15, no. 2, pp. 118.

Received 9 April 2018

---

### ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Игнатъев, П.Д. Саморегуляция и временная перспектива личности: взаимосвязь в контексте феномена зависимости от алкоголя / П.Д. Игнатъев, А.В. Трусова, С.Г. Климанова // Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология». – 2018. – Т. 11, № 2. – С. 74–82. DOI: 10.14529/psy180208

### FOR CITATION

Ignatiev P.D., Trusova A.V., Klimanova S.G. Self-Regulation and Time Perspective of Personality: Association in the Context of Alcohol Dependence. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Psychology*. 2018, vol. 11, no. 2, pp. 74–82. (in Russ.). DOI: 10.14529/psy180208