

Бюджетное учреждение Омской области
«Центр социальной помощи семье и детям (с социальной гостиницей)»

**Аналитический отчет по проведенному анкетированию
по изучению мотивации родителей, имеющих алкогольную зависимость,
к изменению образа жизни**

Омск, 2025

Введение

Актуальность: в связи с увеличением в современном обществе числа родителей с алкогольной зависимостью, имеющим несовершеннолетних детей, становится актуальным вопрос, что является внутренней и внешней мотивацией родителей, имеющих алкогольную форму зависимости, к ведению здорового образа жизни и сохранения семьи в целом.

Внешняя мотивация диктуется условиями, которые окружают человека, и включает работу со специалистами, поддержку семьи и друзей, которые не потворствуют зависимости и устанавливают четкие границы, создание здоровой среды проживания, без алкоголя. Так же внешняя мотивация ориентирует на конкретный результат, например, зарплата, премия, похвала, признание и награды, одобрение других. Такой тип внешней мотивации называют положительной, т.е. направленной на достижение цели, результата. Отрицательная внешняя мотивация – это стремление избежать неудачи: наказания, штрафа, критики. Если рассматривать мотивацию алкозависимого на лечение и последующую трезвость, то для большинства алкоголиков на первоначальном этапе играет роль внешняя негативная мотивация (стремление избежать психологического, физического дискомфорта).

Должен быть плавный переход от внешней к внутренней мотивации. Внутренняя мотивация более эффективна, чем внешняя, потому как побуждение идет непосредственно от субъекта, изнутри. Сам процесс, изучаемая тема, интересны являются желанием быть в особом статусе, чувствовать и определять себя кем-то значимым (быть хорошим специалистом и быть уверенным в своих силах). Внутренняя мотивация более стойкая и действенная, потому что исходит от личности, от собственных желаний, пусть даже неосознанных, и более устойчива к метаморфозам жизни. Условия переменчивы и если мы мотивированы внешним фактором то, с изменением этих условий, мотивация может исчезнуть. Такой вид мотивации неустойчив.

Формирование устойчивой мотивации к трезвости является центральным элементом успешного решения этой проблемы. Этот процесс представляет собой активную работу над собой самого алкозависимого. Важным элементом начального этапа работы является определение респондентом личных причин для изменения поведения, осознание разрыва между текущей жизнью и желаемыми ценностями и формирование конкретных целей для создания трезвого будущего.

На пути к трезвости часто становится внутреннее сопротивление. Многие алкоголики отрицают серьезность проблемы или необходимость лечения.

Мотивация к трезвости не может строиться только на страхе перед негативными последствиями. Не менее важно осознать привлекательный образ жизни без алкоголя: улучшение здоровья, восстановление отношений, профессиональные достижения.

Ключевым аспектом формирования мотивации является развитие способности осознавать свои истинные потребности и эмоции. Многие люди употребляют алкоголь только чтобы избавиться от неприятных переживаний.

С целью выявления факторов, мотивирующих зависимых родителей к изменению образа жизни, было проведено данное исследование. Полученные результаты могут лечь в основу выработки эффективной стратегии поддержки тех, кто хочет улучшить свое здоровье и качество жизни.

Объект исследования: родители из числа семей, находящихся в социально опасном положении, в том числе по причине употребления алкоголя, и находящихся на социальном патронаже в УСОН Омской области.

Предмет исследования: мотивирующие факторы к изменению образа жизни.

Методы исследования: метод анкетного опроса.

Цель – выявление основных факторов, которые мотивирует зависимых родителей на сокращение или прекращение употребление алкоголя.

Задачи:

1. Изучить отношение респондентов к употреблению алкоголя.
2. Изучить мотивацию респондентов к изменению образа жизни.
3. Выявить готовность респондентов к изменению образа жизни.

Проблема исследования: Употребление алкоголя родителями оказывает негативное воздействие на физическое и психическое здоровье детей, их развитие, успеваемость в школе и социальную адаптацию. Также алкоголизм родителей приводит к семейным конфликтам, насилию, бедности и другим социальным проблемам. Употребление алкоголя родителями вредит их собственному здоровью, благополучию и перспективам. Кроме того, существует недостаток информации о том, какие факторы мотивируют родителей, употребляющих алкоголь, к изменению образа жизни.

Гипотеза: предполагаем, что мотивировать родителей, употребляющих алкоголь, на изменение образа жизни могут их дети, а также улучшение собственного здоровья.

Результаты анкетирования

Анкета по изучению мотивации к изменению образа жизни состояла из 11 вопросов (приложение) и имеет следующую структуру:

Вводная часть включает название анкеты, обращение к респондентам, описание цели исследования.

Содержательная часть представляет собой вопросы касательно образа жизни алкогольно-зависимых респондентов (возраст, пол, частота употребления алкоголя, мотивация к улучшению жизни без алкоголя) и основные вопросы по проблематике исследования.

Заключительная часть состоит из вопросов по формированию позитивного образа и целеполагания по изменению образа жизни.

Анкетирование проводилось специалистами учреждений социального обслуживания населения Омской области (далее – УСОН).

В анкетном опросе приняли участие 40 респондентов. Все ответы были взяты в обработку. Опрос проводился среди родителей из числа семей, находящихся в социально опасном положении, в том числе по причине употребления алкоголя, и находящихся на социальном патронаже в УСОН Омской области.

Обработкой полученных результатов занимались сотрудники отделения методической и аналитической деятельности.

Результаты анкетного опроса

1. Распределение ответов на вопрос «Укажите свой возраст»

Ответы на вопрос распределились следующим образом: от 30 до 40 лет участников опроса – 18 человек (45%), от 40 до 50 лет – 13 человек (32,5%), от 50 до 60 лет – 5 человек (12,5%), от 18 до 30 лет – 3 человека (7,5%), от 60 до 70 лет участников опроса – 1 человек (2,5%), младше 18 лет и старше 70 лет респонденты не участвовали в опросе.

Ниже представлена диаграмма по ответам респондентов на данный вопрос.



2. Распределение ответов на вопрос «Укажите Ваш пол»

На вопрос «Укажите Ваш пол» 35 респондентов женщины (87,5%) и 5 респондентов мужчины (12,5 %).

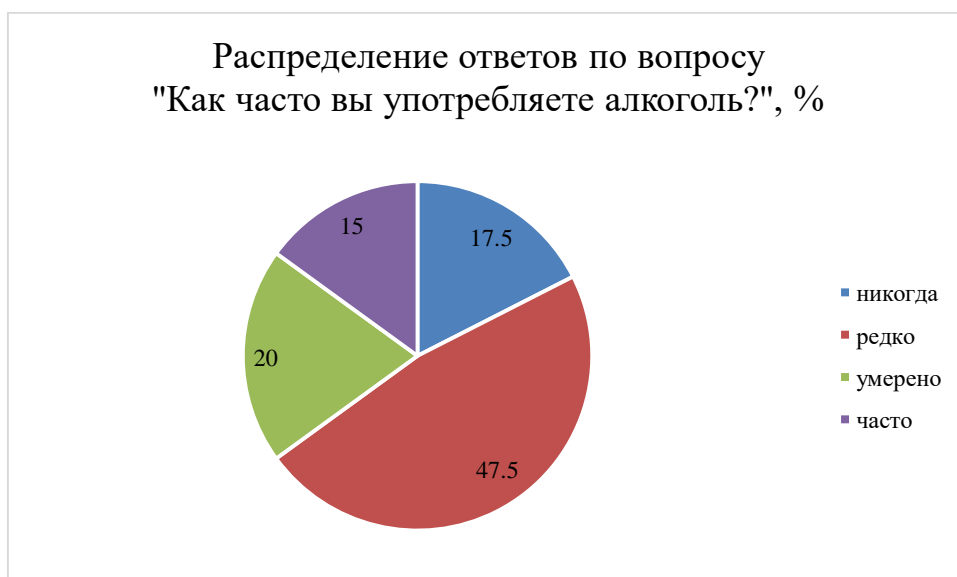
Диаграмма по данным ответам респондентов выглядит следующим образом:



3. Распределение ответов на вопрос «Как часто вы употребляете алкоголь?»

Ответ «Никогда» не употребляли алкоголь указали 7 (17,5 %) респондентов, ответ «Редко» отметили 19 (47,5%) респондентов, 8 (20%) респондентов отметили умеренное употребление алкоголя, 6 (15%) человек ответили, что часто выпивают алкоголь, ответ «ежедневно» никто не указал.

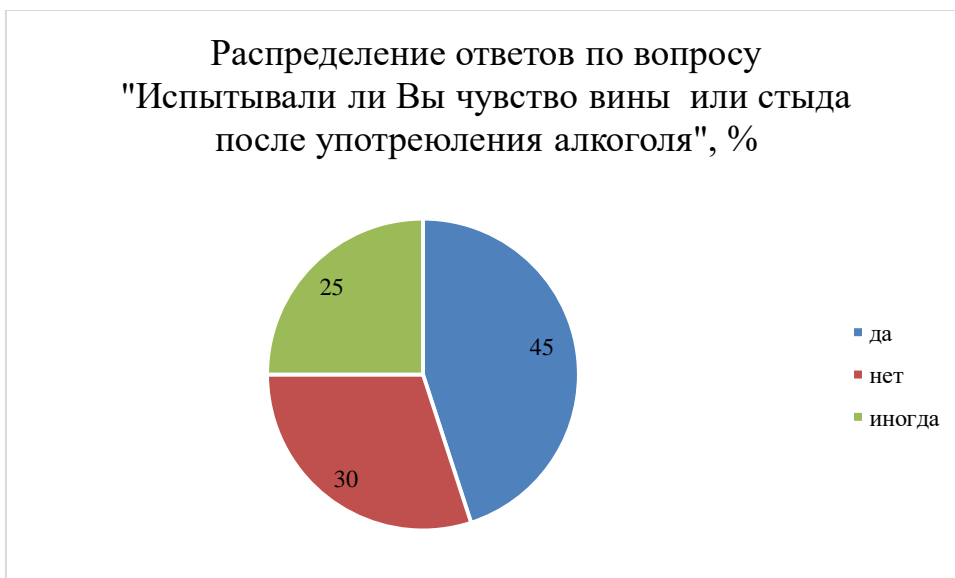
Диаграмма по данным ответам респондентов выглядит следующим образом:



4. Распределение ответов на вопрос «Испытывали ли Вы чувство стыда и вины после употребления алкоголя?»

Ответ «Да» дали 18 респондентов, что составляет 45 % от общего количества ответов, ответ «Нет» отметили 12 респондентов, что составляет 30 %, и «Иногда» ответили 10 человек, что составляет 25%.

Диаграмма по данным ответам респондентов выглядит следующим образом:



5. Распределение ответов на вопрос «Считаете ли вы, что алкоголь влияет на Вашу работу, учебу или отношения с близкими?»

Ответ «Да» дали 10 человек, что составляет 25 %; «Нет» – 24 человека, что составляет 60%, и ответ «не уверен» отметили 6 человек (15%).

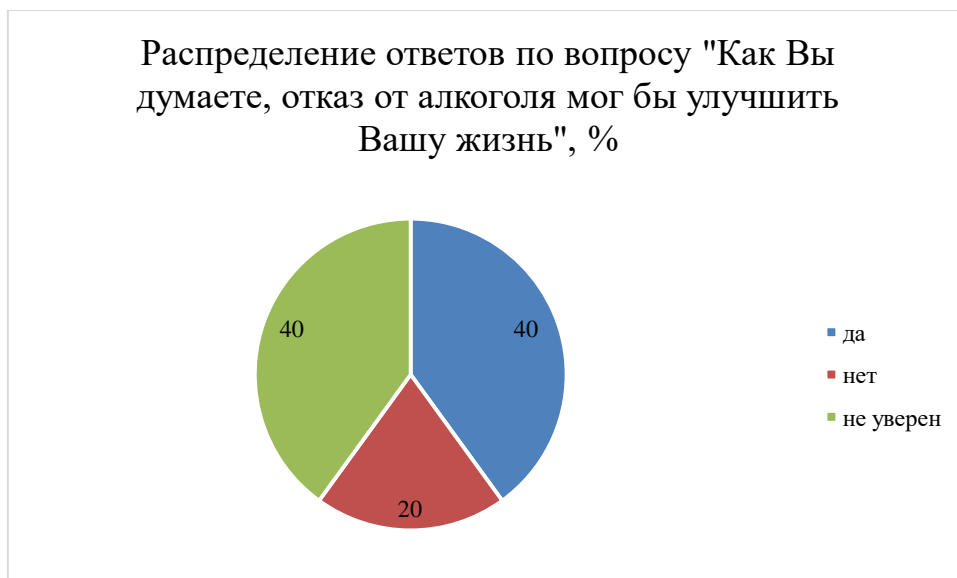
Диаграмма по данным ответам респондентов выглядит следующим образом:



6. Распределение ответов на вопрос «Как вы думаете, отказ от алкоголя мог бы улучшить Вашу жизнь?»

На данный вопрос были даны следующие ответы: «Да» ответили 16 респондентов, что составляет 40 % от общего количества ответов, «Нет» ответили 8 респондентов, что составляет 20% и, 16 ответов «Не уверен» – 40%.

Диаграмма по данным ответам респондентов выглядит следующим образом:



7. Распределение ответов на вопрос «Какие преимущества вы видите в том, чтобы сократить или прекратить употребление алкоголя»

Анализ вопроса «Какие преимущества вы видите в том, чтобы сократить или прекратить употребление алкоголя» показал, что некоторые респонденты указали несколько преимуществ в сокращении употребления алкоголя. Большинство респондентов отметили «Улучшение здоровья» – 16 человек, на втором месте «Улучшение отношений» – 11 человек, 7 человек отметили «Больше энергии», «Нет ответа» – 4 человека, не употребляют алкоголь – 2 человека, ответ «Не видят преимуществ» – 2 человека, и по одному ответу – «Стал спокойнее», «Улучшение вида», «Улучшение в семье», «Новые отношения».

8. Распределение ответов на вопрос «Что могло мотивировать вас изменить свои привычки, связанные с алкоголем?»

Респонденты дали по несколько ответов: большинство ответили – «Быть примером для детей» – 16 человек, далее, 11 человек ответили – «Стремление к лучшей жизни», «Забота о здоровье» – отметили 10 человек, 2 человека не дали ответа, и, по одному варианту ответа – «Быть счастливой», «Больница», «Меня все устраивает», «Смена жилья», «Стабильность».

9. Распределение ответов на вопрос «Представьте, что Ваша жизнь идеальна. Каким вы себя видите?»

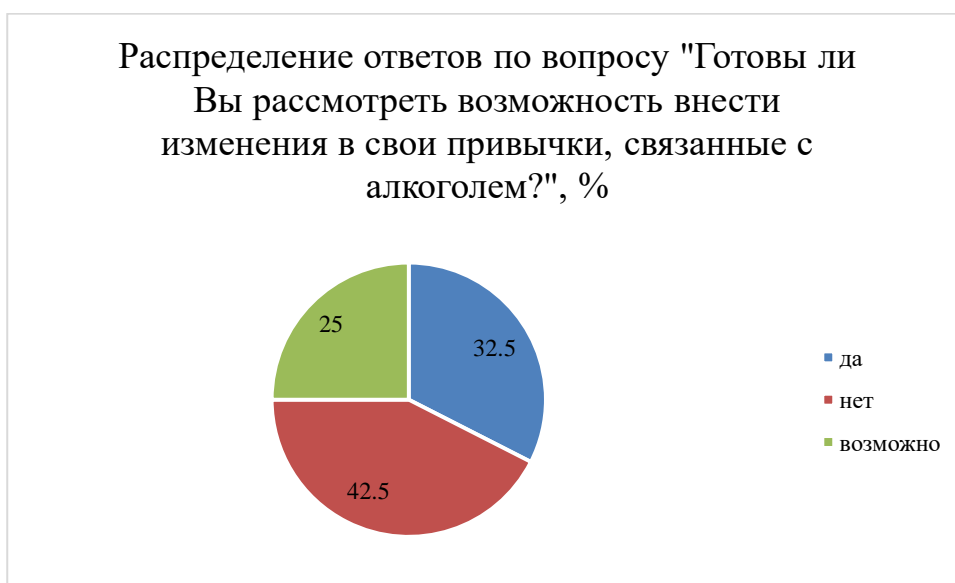
Респонденты дали следующие ответы: 9 человек – видят себя «Успешной(ным)», 11 человек не дали ответа, 5 человек – видят себя «Счастливой(ным)», 4 человека – видят себя «Здоровым», по 2 ответа – «Богатой»,

«Привлекательной», «Активным», «Вижу себя президентом», «Директором» и по 1 ответу – «Любимой», «Так не бывает», «Жизнь у меня идеальна», «В идеале не употреблять алкоголь», «Сложно сказать», «Хорошая хозяйка», «Путешествия», «Гармония в семье».

10. Распределение ответов на вопрос «Готовы ли Вы рассмотреть возможность внести изменения в свои привычки, связанные с алкоголем?»

Ответили «Да» 13 человек (32,5%); 17 респондентов (42,5%) ответили «Нет» и 10 человек (25%) дали ответ «Возможно».

Диаграмма по данным ответам респондентов выглядит следующим образом:



11. Распределение ответов на вопрос «Если да, то какие конкретные шаги Вы могли бы предпринять в ближайшее время?»

На данный вопрос респонденты ответили следующим образом: 15 человек ответили – «Пить реже», не дали ответа 14 человек, 6 человек – «Сократить количество выпитого алкоголя», «Обратиться за помощью» – 5 человек, «Я не пью, не вижу смысла» – 2 человека, «Уже предпринял» – 1 человек.

Выводы по проведенному анкетному опросу

1. В опросе приняли участие 40 респондентов. Возрастной состав участников опроса от 30 до 40 лет – 18 человек (45%) и от 40 до 50 лет – 13 человек (32,5%). В опросе не приняли участия респонденты до 20 лет и старше 70 лет. Респондентов от 50 до 60 лет – 5 человек (12,5%), от 20 до 30 лет – 3 человека (7,5%) и 1 человек (2,5%) от 60 до 70 лет.

2. Большая часть участников, прошедших анкетирование, женщины – 35 человек, что составляет 87,5% от общего количества респондентов, и, 5 мужчин (12,5%).

3. В целом, среди респондентов, принявших участие в опросе, около половины употребляют алкоголь «Редко» – 19 человек (47,5%), 8 человек (20%) выпивают алкоголь «Умеренно», ответ «Никогда» – дали 7 человек (17,5%), и 6 человек (15%) употребляют алкоголь «Часто». Итоги ответов по данному вопросу говорят о наличии вредной привычки у респондентов, но опрошенные не признают открыто ее наличие и на вопрос о частоте употребления выбирают вариант «Редко» или «Умеренно», не желая дополнительной акцентуации по этой проблеме.

4. Чувство вины или стыда после употребления алкоголя испытывали 18 человек (45%) – это составляет около половины респондентов и 10 человек ответило «Иногда» (25%), что указывает на то, что основная масса опрошенных сталкивались с этой проблемой в жизненных ситуациях; 8 человек (20%) ответило «Нет».

5. В целом респонденты считают, что употребление алкоголя не влияет на работу, учебу и отношения с близкими. Так, ответ «Нет» дали 24 человека (60%), и ответ «Не уверен» отметили 6 человек (15%), а «Да» ответили 10 человек, что составляет 25 %.

6. Хотя отказ от алкоголя может улучшить их жизнь, так считают 16 респондентов (40%), но в большинстве своем опрашиваемые ответили «Нет» – 8 человек (20%) и «Не уверен» 16 человек (40%), что может указывает на то, что опрашиваемые не готовы полностью отказаться от вредной привычки.

7. В качестве преимуществ сокращения или прекращения употребления алкоголя респонденты указали такие, как улучшение здоровья (16 человек), улучшение отношений (11 человек), больше энергии (7 человек), по одному ответу – «Стал спокойнее», «Улучшение вида», «Улучшение в семье», «Новые отношения». Ответили, что не видят преимуществ – 2 человека.

8. Мотивировать респондентов на изменение своих привычек, связанных с алкоголем, может возможность быть примером для детей (16 человек), стремление к лучшей жизни (11 человек), забота о здоровье (10 человек), стабильность (2 человека), возможность быть счастливой, больница, смена жилья (по одному ответу). Один респондент ответил, что его все устраивает.

9. Некоторые респонденты видят себя в будущем, при отказе от алкоголя, любимыми, успешными, активными, здоровыми, и даже президентами и

директорами. Однако 11 респондентов затрудняются ответить на заданный вопрос.

10. О готовности внести изменения в свои привычки утвердительно ответили 13 человек (32,5%) и «Возможно» ответили 10 человек (25%), что дает возможность сделать выводы о том, что стремление к лучшему образу жизни присуще большей части опрошиваемых, хотя нельзя говорить о полноценной готовности респондентов к изменению образа жизни на момент проведения исследования. Скорее речь идет о благовидных желаниях и присутствии понимания, что трезвый образ жизни значительно более перспективен по сравнению с тем образом жизни, которые ведут большинство из опрошенных в настоящее время.

11. В качестве конкретных шагов, которые респонденты готовы предпринять в ближайшее время, были указаны «Пить реже» (15 человек), «Сократить количество выпитого алкоголя» (6 человек), «Обратиться за помощью» (5 человек). Не дали ответа 14 человек, ответ «Я не пью, не вижу смысла» – 2 человека, «Уже предпринял» – 1 человек.

Заключение

Исходя из результатов проведенного опроса, можно сделать вывод, что для родителей, злоупотребляющих алкоголем и имеющих несовершеннолетних детей, но желающих вести здоровый образ жизни, главный вопрос, это собственная внутренняя мотивация в отказе от алкоголя.

Анализ анкет показал, что только треть опрошенных респондентов открыто признают у себя наличие пагубной привычки, и считают, что они употребляют алкоголь умеренно, не желая углубляться в эту проблему и честно отвечать на вопрос. Однако, основная часть респондентов осознают значимость проблемы и испытывали чувство стыда от употребления алкоголя, но считают, что это не оказывает влияние на работу, учебу, отношения с близкими и, что отказ от алкоголя не улучшит их жизнь. Преимуществом для них является улучшение здоровья, увеличение энергии, укрепление отношений, и при этом, они будут себя видеть любимыми, счастливыми.

В качестве мотивации зависимых родителей к изменению образа жизни респонденты указывали возможность быть примером для детей, стремление к лучшей жизни, забота о здоровье и другие.

В целом респонденты готовы внести изменения в свои привычки, связанные с употреблением алкоголя. Однако нельзя говорить о полноценной готовности респондентов к изменению образа жизни: на момент проведения исследования речь идет скорее об их благовидных желаниях и присутствии понимания, что трезвый образ жизни значительно более перспективен по сравнению с тем образом жизни, который ведут большинство опрошенных в настоящее время.

Гипотеза о вдохновении родителей на позитивные изменения, употребляющих алкоголь, подтверждается, и, мотивами к изменению образа жизни является желание быть примером для их детей, а также улучшение собственного здоровья.

Анкета по изучению мотивации к изменению образа жизни

Уважаемый участник!

Эта анкета посвящена исследованию того, что может вдохновить людей на позитивные изменения в своей жизни. Мы хотим понять, что заставляет вас задумываться о сокращении или прекращении употребления алкоголя, и какие факторы могут помочь вам достичь этой цели. Пожалуйста, отвечайте честно и откровенно. Все предоставленные вами данные будут строго конфиденциальны и использованы исключительно в исследовательских целях. Мы гарантируем анонимность и неразглашение информации. Ваши ответы помогут нам создать более эффективные стратегии поддержки для тех, кто хочет улучшить свое здоровье и качество жизни.

1. Укажите свой возраст _____
2. Укажите пол:
 - Женский
 - Мужской
3. Как часто вы употребляете алкоголь?
 - Никогда
 - Редко (раз в месяц)
 - Умеренно (несколько раз в месяц)
 - Часто (несколько раз в неделю)
 - Ежедневно
4. Бывало ли так, что вы испытывали чувство вины или стыда после употребления алкоголя?
 - Да
 - Нет
 - Иногда
5. Считаете ли вы, что алкоголь влияет на вашу работу, учебу или отношения с близкими?
 - Да
 - Нет
 - Не уверен
6. Как вы думаете, отказ от алкоголя мог бы улучшить вашу жизнь?
 - Да
 - Нет
 - Не уверен
7. Какие преимущества вы видите в том, чтобы сократить или прекратить употребление алкоголя? (например, улучшение здоровья, больше энергии, укрепление отношений)

8. Что могло бы мотивировать вас изменить свои привычки, связанные с алкоголем? (например, забота о здоровье, желание быть примером для детей, стремление к лучшей жизни) _____

9. Представьте, что ваша жизнь идеальна. Каким вы себя видите? _____

10. Готовы ли вы рассмотреть возможность внести изменения в свои привычки, связанные с алкоголем?

- Да
- Нет
- Возможно

11. Если да, то какие конкретные шаги вы могли бы предпринять в ближайшее время? (например, сократить количество выпиваемого алкоголя, пить реже, обратиться за помощью) _____