

Anna Pohorecka, Irena Jelonkiewicz
Zakład Psychologii Klinicznej Instytutu Psychiatrii i Neurologii
w Warszawie

PICIE ALKOHOLU A POCZUCIE KOHERENCJI I STYLE RADZENIA SOBIE ZE STRESEM U MŁODZIEŻY KOŃCZĄCEJ SZKOŁĘ ŚREDNIĄ¹⁾

I Wprowadzenie

W realizowanym programie badawczym nt. picia alkoholu przez młodzież rozpoczynającą aktywność zawodową po ukończeniu szkoły średniej, podjęliśmy między innymi problem związku między piciem alkoholu a czynnikami warunkującymi radzenie sobie w sytuacji trudnej, jaką jest podejmowanie nowych rodzajów aktywności po opuszczeniu szkoły. Z poczynionych w poprzednim etapie pracy założeń wynikało, że do czynników tych można zaliczyć takie własności intrapsychiczne osób badanych jak: style radzenia sobie ze stresem oraz poziom poczucia koherencji (SOC).

Celem pierwszego etapu badań było: po pierwsze, wstępne scharakteryzowanie grupy badanej (uczniów ostatnich klas średnich szkół zawodowych) pod względem rozmiarów i natężenia picia przez nią alkoholu, i - po drugie - określenie związków między zmiennymi opisującymi picie alkoholu a wielkością poczucia koherencji oraz - stylami radzenia sobie ze stresem (coping).

Picie alkoholu przez dorastających rozpatrywane jest zazwyczaj jako jedno z zachowań w tzw. syndromie zachowań problemowych [4, 11] i traktowane jako normatywne w tym okresie życia. Poza rozmiarami zjawiska i jego natężeniem analizuje się często funkcje, jakie pełni picie alkoholu u dorastających: m.in. osiągnięcie niezależności od rodziców i akceptacji wśród rówieśników, a także - „powielanie wzorów istniejących w najbliższym otoczeniu i wzorców zachowań wobec stresu, niepowodzeń lub sukcesów” [4].

1) Raport z II etapu realizacji programu pt: „Picie alkoholu a poczucie koherencji i style radzenia sobie w sytuacji trudnej u młodych ludzi rozpoczynających aktywność zawodową” finansowanego z funduszy przyznanych przez Pełnomocnika Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej d/s Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, a także częściowo przez IPiN.

Autorzy zajmujący się badaniem i analizą związków między radzeniem sobie ze stresem, a używaniem substancji chemicznych wyrażają pogląd, że szczególnie w okresie dorastania - picie alkoholu jest w istocie jednym ze sposobów radzenia sobie (coping). Przy tym zwraca się uwagę na to, że koncepcja redukcji napięcia przy pomocy środków chemicznych - jest uproszczona i ograniczona [8].

Lazarus [7] wyróżniał radzenie sobie zorientowane na konfrontację z problemem i radzenie sobie nakierowane na emocje wywołane sytuacją trudną. Moos [8] podawał klasyfikację, która łączy wymiar ukierunkowania strategii radzenia sobie (na problem lub emocje) z metodami radzenia sobie (poznawczymi i behawioralnymi). Labouvie [6] uważa, że w okresie adolescencji poznawcze podejście do rozwiązywania problemów bywa ograniczone na rzecz tego drugiego skoncentrowanego na emocjach. Poza tym jednostka może uważać, że radzenie sobie skoncentrowane na rozładowaniu emocji poprzedza rozwiązanie problemu, a używanie alkoholu to jeden z szybszych i bardziej efektywnych sposobów redukcji negatywnych emocjonalnych przeżyć („Najpierw muszę coś wypić, potem będę mógł pomyśleć o problemie”).

Picie o niewielkiej i umiarkowanej intensywności zazwyczaj ma miejsce w pożądanych okolicznościach, którym towarzyszą pozytywne emocje (spotkania z przyjaciółmi, uroczystości) [6]. Skojarzenie picia z tego rodzaju sytuacjami może wytworzyć przekonania, że a) picie alkoholu zwiększa atrakcyjność sytuacji społecznych i b) jest niezbędne do tego, by jakakolwiek sytuacja stała się przyjemna i pożądana. Jeśli utrwali się przekonanie, że picie samo w sobie dostarcza przyjemności nawet w obojętnym i nieprzyjemnym kontekście - osobnik będzie miał tendencję do włączenia picia do własnej hierarchii aktywnych działań typu coping.

Nawiązując do poznawczej koncepcji stresu i radzenia sobie [7,5] Labouvie wyróżnia reaktywne i aktywne radzenie sobie ze stresem. Reaktywne radzenie sobie obejmuje reakcje jednostki na napotykaną przez nią wymagania, trudności, problemy. Najczęściej są to nieoczekiwane wydarzenia, które wywołują negatywne emocje. To drugie - jest aktywnym poszukiwaniem pożądanych zdarzeń. Może być bezpośrednio skoncentrowane na emocjach (wzbudzanie emocji pozytywnych), lub na sytuacji, by pośrednio (przez jej rozwiązanie) poprawić sobie nastrój. Picie alkoholu może mieć wg. autora dwojaką funkcję w radzeniu sobie ze stresem: antycypacja uwolnienia się od negatywnych emocji i poszukiwanie emocji pozytywnych.

Labouvie sądzi, że używanie substancji chemicznych jako formy aktywnego radzenia sobie jest bardziej zgodne z normą kulturową niż spożywanie alkoholu będące wyrazem reaktywnego radzenia sobie. Innymi słowy - picie alkoholu, którego celem jest dostarczenie dodatkowej stymulacji, przyjemności, poczucia kontroli, jest bardziej zgodne z nakazami kulturowymi dla adolescenta niż picie w celu odreagowania, zapomnienia, redukcji nieprzyjemnego stanu emocjonalnego.

W okresie dojrzewania następuje wzrost samoświadomości jednostki, skupienie się na problemach samokontroli i samoregulacji. Alkohol może wówczas stać się środkiem eksploracji doświadczeń emocjonalnych i samoregulacji. Atrakcyjność picia zwiększona jest jeszcze poprzez oczekiwanie pewnego i natychmiastowego efektu (poprawa nastroju) oraz przez fakt, jak już wspomniano, że ten sposób radzenia sobie nie wymaga wysiłku poznawczego.

Zmiany zachodzące lub antycypowane w okresie adolescencji nie zawsze przynoszą korzyści, osiągnięcia, zadowolenie. Towarzyszą im również niepewność, niepokój, brak poczucia bezpieczeństwa. Tym większe znaczenie może odgrywać spożywanie alkoholu, którego celem jest uzyskanie samoregulacji emocjonalnej.

Bandura [9] uważał, że spożywanie alkoholu pełni funkcję negatywnie wzmacniającą. Gdy picie jest skojarzone z odczuwaną redukcją napięcia stresowego, bardziej prawdopodobne staje się powtórne sięgnięcie po alkohol. Warto tu zaznaczyć, że oczekiwania osób dorastających związane z pozytywnym wynikiem oddziaływania alkoholu często wyprzedzają ich własne doświadczenia z alkoholem. Wiele osób uważa, że alkohol obniża odczuwany stres, nawet jeżeli nie zawsze tak się dzieje.

Można przypuszczać, że osoby preferujące picie jako sposób radzenia sobie ze stresem będą rzadziej korzystać ze strategii ukierunkowanych bezpośrednio na rozwiązywanie problemu, czy też zmierzanie się z sytuacją.

Właściwości osoby biorącej udział w transakcji stresowej opisywane są m.in. poprzez: a) style radzenia sobie oraz b) zasoby. Zasoby - to uogólnione przekonania, właściwości, postawy, zdolności jednostki, które traktuje się jako pomocne w uporaniu się ze stresem. Do zasobów może być zaliczone poczucie koherencji (SOC) Antonovsky'ego [1,10].

Jest ono definiowane jako orientacja życiowa, postrzegania świata jako: zrozumiałego, sterowalnego i sensownego. Te trzy cechy stanowią 3 podstawowe komponenty poczucia koherencji, odpowiadają im także trzy skale w Kwestionariuszu Orientacji Życiowej.

Osoba o wysokim poczuciu koherencji: 1) ma zdolność do trafnej oceny rzeczywistości i rozwój wypadków zwykle nie jest dla niej zaskoczeniem; 2) nie poddaje się losowi; w trudnej sytuacji radzi sobie sama, lub - wie, do kogo zwrócić się o pomoc. Wie, że cokolwiek się zdarzy, będzie w stanie sobie poradzić; 3) ma zawsze w życiu coś, na czym jej zależy, co ją żywo obchodzi i w co, jej zdaniem, warto się angażować, warto inwestować wysiłek. Zadania stawiane jej przez życie traktuje jako wyzwanie, a nie narzucone z zewnątrz obciążenie.

Antonovsky'ego interesowało powiązanie SOC jako globalnej orientacji życiowej z korzystnym radzeniem sobie ze stresorami. Osoby z wysokim lub niskim poczuciem koherencji będą różnie zachowywać się w kolejnych etapach transakcji stresowej. Autor ten zwraca uwagę, że SOC nie jest szczególnym stylem radzenia sobie. Osoby z wysokim poczuciem koherencji będą wybierać taką strategię radzenia sobie, którą uznają za właściwszą w danej sytuacji.

Konstrukt Antonovsky'ego jest bliski znaczeniowo opisywanemu przez Bandurę [2] poczuciu własnej skuteczności.

Bandura uważał, że używanie alkoholu jest zależne od poczucia własnej skuteczności (self-efficacy). Jeśli ktoś ma przekonanie, że wykonywane zachowanie będzie prowadzić do zamierzonego rezultatu i można korzystnie wybrać takie zachowanie, to prawdopodobnie uniknie konieczności sięgania po alkohol.

Osoby, które uznają daną sytuację stresową za nie poddającą się kontroli osobistej (nie mają wpływu na jej przebieg), mogą uruchamiać strategie ucieczkowo-unikowe. Jedną z nich staje się spożywanie alkoholu.

Uważa się, że istnieje związek między obrazem świata, jaki posiada dana osoba, a rodzajem przejawianych emocji i postaw. Świat wypełniony trudnościami, zagrożeniami i pełen niejasności, zagadek, niespodziewanych zdarzeń, który coraz to zaskakuje i wikła w kolejne trudne sytuacje może być źródłem wielu negatywnych emocji (lęku, poczucia krzywdy, zagrożenia). Możliwa jest konfrontacja, próba zmierzenia się z trudnościami lub ucieczka, unik czy wycofanie. Ten pierwszy sposób dostarcza satysfakcji, zwiększa kompetencje osobiste, zaufanie do własnych możliwości. Drugi - pozwala omijać trudności, nie naraża na kontakt z rzeczywistością, która jest źródłem cierpienia i dyskomfortu psychicznego. Możliwość ograniczenia kontaktu z rzeczywistością m.in. zapewnia używanie substancji chemicznych (np. alkoholu).

Stres rozumiany jako relacja między jednostką, a sytuacją wynika z braku równowagi między wymaganiami stawianymi przez daną sytuację a możliwościami jednostki. Radzenie sobie jest próbą przywrócenia równowagi.

Zgodnie z teorią Antonovsky'ego - im wyższe jest SOC, tym większe prawdopodobieństwo podejmowania przez jednostkę zachowań sprzyjających zdrowiu, prowadzenia zdrowego trybu życia, większe prawdopodobieństwo czynnika wiary w chorobie (co przyspiesza zdrowienie).

Gdy możliwości jednostki są niewystarczające (np. niskie poczucie koherencji, małe poczucie własnej skuteczności, brak kontroli nad sytuacją itp.), pojawia się pokusa przywrócenia takiej równowagi przy pomocy alkoholu. Użycie alkoholu daje iluzję mocy i panowania nad sytuacją lub też zmienia spostrzeganie wymagań na mniej istotne, nie obciążające.

Można zatem na podstawie dotychczasowych rozważań wysunąć przypuszczenie, że osoby o wysokim poczuciu koherencji będą rzadziej (i w mniejszych ilościach) piły alkohol, niż osoby o niskim SOC.

II Metoda i procedura badań

Badaniami objęto 1006 uczniów ostatnich klas średnich szkół zawodowych w czterech miastach małych i średniej wielkości w różnych rejonach Polski, oraz w Warszawie. W grupie badanej było 462 mężczyzn i 544 kobiety.

Zbadano 175 osób w Kołobrzegu, 299 - w Warszawie, 164 - w Ełku, 237 - w Oświęcimiu, 131 - w Kraśniku.

Badania prowadzone były grupowo (w klasach szkolnych). Osoby badane wypełniały kwestionariusze: NAP (używanie substancji chemicznych), Kwestionariusz Orientacji Życiowej (SOC) oraz Kwestionariusz CISS (style radzenia sobie ze stresem), wchodzące w skład zestawu narzędzi „Sens Życia a Zdrowie”, opisanych w raporcie z poprzedniego etapu pracy. Te z osób badanych, które zgodziły się na udział w drugim, indywidualnym badaniu (za rok) podawały swoje dane personalne i adres.

III Wyniki

1. Charakterystyka badanej grupy pod względem mierzonych zmiennych.

a) Rozmiar i natężenie picia alkoholu.

Rozkłady liczebności odpowiedzi na poszczególne pytania kwestionariusza dotyczące częstości i natężenia picia, oraz jego skutków i towarzystwa w jakim piły osoby badane - podano w tabelach od 1 do 5.

W całej grupie badanej tylko 10% osób nie miało kontaktu z alkoholem w ciągu półrocza poprzedzającego badanie. Z badań nad pićem alkoholu przez młodzież szkolną w wieku 15-18 lat [4,11] wynika, że tylko 3% nie piło alkoholu w ostatnim półroczu przed badaniem. Nasze wyniki mogą świadczyć o tym, że po okresie inicjacji alkoholowej i prób używania alkoholu w okresie dorastania - w wieku ok. 19 lat pewna grupa młodzieży rezygnuje z picia.

Stosunkowo największą liczebność miała grupa osób, które piły kilkakrotnie w ciągu pół roku (ok. 63%). Częsty i regularny kontakt z alkoholem (picie raz w tygodniu lub częściej) deklarowało nieco ponad 13% osób, przy czym chłopców pijących często było ok. 26%, podczas gdy dziewcząt dziesięciokrotnie mniej - około 2,5%. (Tabela 1)

Niemal połowa grupy badanej deklaruje, że wypija jednorazowo tylko 1 porcję alkoholu. Co piąty badany pije na raz 5 porcji i więcej (w grupie chłopców - ok. 31%, pięciokrotnie częściej, niż w grupie dziewcząt). (Tabela 3)

Najczęściej alkohol pili badani w towarzystwie rówieśników (ok. 80%), ale prawidłowość ta dotyczy bardziej chłopców. Dziewczęta natomiast częściej niż chłopcy piją w towarzystwie starszych znajomych i rodziny. (Tabela 4)

Aż 22% badanych przeżyło co najmniej raz utratę świadomości po alkoholu, przy czym w grupie chłopców co trzeci ma za sobą takie doświadczenie, wśród dziewcząt - trzykrotnie mniej. (Tabela 5)

Jak należało się spodziewać - w zakresie wszystkich zmiennych opisujących picie alkoholu znaleziono istotne statystyczne różnice związane z płcią badanych.

Chłopcy w większym stopniu niż dziewczęta deklarują częstsze używanie alkoholu ($\chi^2=153,95$; $(df=4)$ $p<0.001$).

Jednorazowo chłopcy wypijają więcej alkoholu niż dziewczęta i różnica ta jest istotna statystycznie ($\chi^2=147,78$; $(df=2)$ $p<0,001$).

Płeć różnicuje rodzaj spożywanego alkoholu - i tak chłopcy wypijają więcej piwa i wódki niż dziewczęta, za to mniej wina i innych napojów alkoholowych ($\chi^2=172,65$; $(df=3)$ $p < 0,001$).

Dziewczęta i chłopcy różnią się między sobą towarzystwem obecnym przy picu alkoholu ($\chi^2=77,13$; $(df=3)$ $p < 0,001$).

Dziewczęta deklarują częściej niż chłopcy, że nigdy nie straciły świadomości po spożyciu alkoholu. Chłopcom utrata świadomości raz lub kilka razy zdarzyła się częściej niż dziewczętom. ($\chi^2=80,90$; ($df=3$) $p < 0,001$).

Analizowano także różnice między grupami osób badanych ze względu na miejsce zamieszkania. Nie znaleziono różnic w zakresie częstości picia. Można natomiast stwierdzić, że w różnych środowiskach zarysowują się nieco odmienne wzorce picia, jeśli chodzi o rodzaj spożywanego alkoholu i towarzystwo obecne przy picciu.

U chłopców miejsce zamieszkania różnicuje tylko towarzystwo, z którym pije się alkohol ($\chi^2= 24,47$; ($df=12$) $p < 0,018$). Jest to jedyna statystycznie istotna zależność. Za to u dziewcząt istotne są różnice między miejscem zamieszkania a rodzajem spożywanego alkoholu ($\chi^2= 32,28$; ($df=12$) $p < 0,001$), ilością wypijanego alkoholu ($\chi^2=19,12$; ($df=8$) $p < 0,014$) i częstością zamrożeń alkoholowych ($\chi^2=17,68$; ($df=8$) $p < 0,024$).

b) Poczucie koherencji.

Stwierdzono istotne statystyczne różnice wartości wskaźników poczucia koherencji w grupach dziewcząt i chłopców. Chłopców charakteryzuje wyższe poczucie koherencji (globalnie), wyższe są także ich wskaźniki w 2 podskalach SOC (tabela 6).

Analizowano różnice w poczuciu koherencji między grupami młodzieży z różnych miast. Jediną istotną statystycznie różnicę znaleziono w grupie chłopców w zakresie sensowności angażowania się ($F=2,66$, $p < 0,032$).

Chłopcy z Oświęcimia i Warszawy (mając wyższe wyniki w tej podskali) istotnie różnią się od chłopców z Elku i Kraśnika. Wynik taki może świadczyć o związku tego wymiaru poczucia koherencji u mężczyzn z czynnikami makro-społecznymi.

c) Style radzenia sobie ze stresem.

Zarówno w grupie badanych dziewcząt jak i wśród chłopców stosunkowo najczęściej występującym stylem radzenia sobie była koncentracja na zadaniu. Nie znaleziono pod tym względem różnic związanych z płcią - wartości średnie w obu grupach są zbliżone (55,86 dla dziewcząt i 56,40 dla chłopców). Natomiast style radzenia sobie ze stresem uznawane są za mniej efektywne, tj. koncentracja na emocjach i unikanie występują znacząco częściej wśród dziewcząt niż w grupie chłopców. Oznacza to, że dziewczęta z badanej próby w sytuacjach trudnych mają (częściej niż chłopcy) tendencję do koncentrowania się na własnych emocjach negatywnych i do unikania rozwiązania problemu poprzez odwracanie od niego uwagi,

brać poszukiwanie kontaktów społecznych. (Omawiane wyżej wyniki zamieszczono w tabeli 7.)

2. Związki między piciem alkoholu a poczuciem koherencji i stylami radzenia sobie ze stresem.

W tabelach 8-12 zamieszczono wyniki jednoczynnikowej analizy wariancji dla związków między zmiennymi picia alkoholu a wskaźnikami poczucia koherencji i stylów radzenia sobie ze stresem.

a) Poczucie koherencji a picie alkoholu.

W całej grupie badanej silniejsze poczucie koherencji związane jest z mniejszą częstością picia alkoholu na poziomie tendencji $p < 0,08$ (tabela 8). Ilość wypijanego na raz alkoholu jest mniejsza u osób z wyższym SOC ($p < 0,015$) (tabela 9). Nieco inaczej rozkładają się zależności między komponentami SOC, a zmiennymi alkoholowymi w grupie dziewcząt, niż w grupie chłopców.

Dla chłopców wskaźniki wszystkich trzech podskal i ogólne SOC są bardzo silnie w istotny sposób związane ze wskaźnikami picia alkoholu (tj. częstością picia i ilością alkoholu). Dla dziewcząt związek wskaźnika ogólnego SOC ze wskaźnikami picia jest nieistotny (zarysowuje się tylko tendencja w przewidywanym kierunku), dotyczy to także skal zrozumiałości i sterowalności. Tylko wskaźnik sensowności jest w istotny sposób związany z miarami picia: dziewczęta piją tym więcej, im mniej widzą sensu w angażowaniu się w otaczającą rzeczywistość; im mniej mają celów i spraw, które je obchodzą. Zrozumiałość otaczającego świata i poczucie, że mogą wpływać na to, co się z nimi dzieje - nie mają związku z piciem przez nie alkoholu.

W świetle tych wyników można zaryzykować przypuszczenie, że 19-letnie dziewczęta, w odróżnieniu od chłopców, piją z nudów, z powodu braku motywacji i zaangażowania emocjonalnego w otaczającą rzeczywistość, natomiast u chłopców picie jest bardziej związane z globalną orientacją życiową, ze wszystkimi składnikami poczucia koherencji.

W obu grupach - i dziewcząt, i chłopców znaleziono istotne zależności między poczuciem koherencji, a częstością występowania utraty świadomości po alkoholu. Zatem w całej grupie badanej osoby z wysokim SOC rzadziej upijają się do „nieprzytomności”, rzadziej niż osoby z niższym SOC tracą kontrolę nad piciem (tabela 10).

Wybór towarzystwa, w jakim najczęściej młodzież pije alkohol nie jest w badanej grupie związany ze wskaźnikami SOC. Zapewne decydującą rolę grają tu wzorce środowiskowe, a nie orientacja życiowa jednostki.

b) Style radzenia sobie ze stresem a picie alkoholu.

Wyniki jednoczynnikowej analizy wariancji dla związków między stylami radzenia sobie a zmiennymi picia alkoholu wskazują na to, że omawiane zależności układają się w przewidywanym kierunku (patrz wprowadzenie). Im częstsze jest posługiwanie się koncentracją na emocjach i unikaniem jako sposobami radzenia sobie ze stresem, tym większe rozmiary i natężenie picia (tabele 11 i 12).

Koncentrowanie się na zadaniu jest związane z rzadszym kontaktem z alkoholem, lecz tylko w grupie dziewcząt. Zależność ta ma charakter krzywoliniowy. Dziewczęta, które ostatnio nie piły, oraz te, które piły często, mają tendencję do koncentrowania się na zadaniu w większym stopniu niż te, które piją w sposób umiarkowany. W grupie chłopców związek między tymi zmiennymi jest nieistotny (podobnie jak w całej grupie). Najbardziej jednak różne wskaźniki picia alkoholu związane są ze stosowaniem unikania jako stylu radzenia sobie ze stresem.

Przy tym wyraźnie bardziej istotny jest tu udział podskali „odwracanie uwagi”, niż „poszukiwanie kontaktów społecznych”.

Zatem odwracanie uwagi od sytuacji problemowej (zajmowanie się zastępczo innymi sprawami) będzie związane z:

- tendencją do częstego sięgania po alkohol (u dziewcząt i chłopców),
- z ilością wypijanego alkoholu (u dziewcząt im więcej stylu unikania, tym więcej spożywa się alkoholu; chłopcy natomiast w analogicznej sytuacji piją w sposób umiarkowany),
- z rodzajem najczęściej pitego alkoholu (chłopcy, im bardziej stosują styl unikania, tym częściej sięgają po słabszy alkohol; dziewczęta zaś w takiej sytuacji mają tendencję do sięgania i po słabszy i po mocniejszy alkohol),
- z towarzyszeniem, w jakim osoby badane piły alkohol (dziewczęta stosując styl unikania piją częściej ze starszymi znajomymi lub kolegami niż z rodziną; chłopcy piją w takiej sytuacji ze starszymi znajomymi częściej niż z rodziną).

Spośród innych istotnych zależności warto tu przytoczyć związek między koncentrowaniem się na emocjach, a rodzajem napoju alkoholowego: im bardziej osoby badane nastawione są na radzenie sobie z własnymi emocjami, tym częściej piją mocniejsze alkohole ($F=13,49$, $p < 0,000$). W grupie dziewcząt większej koncentracji na emocjach towarzyszy wypijanie umiarkowanej ilości alkoholu (zależność krzywoliniowa) ($F=5,49$, $p < 0,004$).

Warto zwrócić uwagę, że wszystkie z opisanych wyżej zależności między stylami radzenia sobie a piciem są bardziej istotne w grupie dziewcząt, niż w grupie chłopców.

IV Podsumowanie

W badaniach grupy 1006 uczniów ostatnich klas średnich szkół zawodowych z pięciu różnych środowisk miejskich w kraju znaleziono istotne związki między poczuciem koherencji i stylem radzenia sobie ze stresem a piciem alkoholu.

Silniejsze poczucie koherencji związane jest z mniejszą częstością picia alkoholu (tendencja) i z piciem mniejszych jego ilości (zależność istotna statystycznie). Stwierdzono w tym zakresie różnice związane z płcią: u młodych mężczyzn występują silne związki między piciem alkoholu, a wszystkimi skalami SOC, u kobiet tylko poziom sensowności ma związek z piciem. Odwracanie uwagi jest spośród wszystkich stylów radzenia sobie najsilniej związane ze zmiennymi opisującymi picie alkoholu.

W badanej grupie tym mocniejszy pije się alkohol, im większa jest koncentracja na własnych emocjach w sytuacji trudnej.

Streszczone powyżej wyniki świadczą o tym, że poczucie koherencji należy do tych czynników, które wyznaczają zachowania związane z piciem alkoholu u młodych mężczyzn.

U młodych kobiet picie alkoholu nie jest związane z orientacją życiową, natomiast wyraźniejsze u kobiet niż u mężczyzn są związki między stylem radzenia sobie, a natężeniem picia alkoholu.

W następnym etapie badań planowane jest sprawdzenie jaki jest związek mierzonych tu zmiennych z zachowaniami osób badanych w realnej trudnej sytuacji życiowej - podejmowaniem dojrzałych ról społecznych po ukończeniu szkoły.

Tabela 1
Częstość picia alkoholu

	Czy w ciągu ostatnich 6 miesięcy piłeś alkohol?									
	Ani razu		Kilka razy		2-3 razy w miesiącu		Raz na tydzień		Kilka razy w tygodniu	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Cała grupa	101	10,0	641	62,7	140	13,9	104	10,3	30	3,0
Dziewczęta	65	11,9	411	75,6	55	10,1	10	1,8	3	0,6
Chłopcy	36	7,8	220	47,6	85	18,4	94	20,3	27	5,8

Tabela 2
Rodzaj wypijanego alkoholu

	W jakiej najczęściej postaci piłeś alkohol?							
	Piwo		Wino		Wódka		Inne	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Cała grupa	375	44,4	270	32,0	169	20,0	30	3,0
Dziewczęta	142	29,6	235	49,1	77	16,1	25	5,2
Chłopcy	233	63,8	35	9,6	92	25,2	5	1,4

Tabela 3
Ilość wypijanego alkoholu

	Ile przeważnie alkoholu wypiles za każdym razem?					
	1 porcja		2-4 porcje		5 i więcej porcji	
	N	%	N	%	N	%
Cała grupa	439	47,4	323	34,9	164	20,0
Dziewczęta	318	64,0	147	29,6	32	6,4
Chłopcy	121	28,2	176	41,0	132	30,8

Tabela 4
Towarzystwo obecne przy picu alkoholu

	W czym towarzystwie najczęściej piłeś alkohol?							
	Koledzy		Starsi znajomi		Rodzina		Sam	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Cała grupa	710	78,9	74	8,2	106	11,8	10	1,1
Dziewczęta	330	68,3	63	13,0	86	17,8	4	0,8
Chłopcy	380	91,1	11	2,6	20	4,8	6	1,4

Tabela 5
Częstość zamroczenia alkoholowego

	Ile razy "urwał ci się film" po alkoholu?							
	Nigdy		Raz lub dwa razy		Kilka razy		Raz w tygodniu	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Cała grupa	727	78,3	160	17,2	40	4,3	2	0,2
Dziewczęta	444	89,0	51	10,2	3	0,6	1	0,2
Chłopcy	283	65,8	109	25,3	37	8,6	1	0,2

Tabela 6
Poczucie koherencji - różnice związane z płcią
/istotność różnic między średnimi w grupach dziewcząt i chłopców/

Skala	Średnie M	t	p
SOC og.	Dz. 128,13 Ch. 133,66	4,10	0,000
Zrozumiałość	Dz. 42,26 Ch. 45,16	5,24	0,000
Sterowalność	Dz. 46,62 Ch. 49,01	4,48	0,000
Sensowność	Dz. 39,37 Ch. 39,47	0,21	n.i.

Tabela 7
Style radzenia sobie ze stresem - istotność różnic między średnimi
w grupach dziewcząt i chłopców

Skala	Średnie	t	p
Koncentracja na zadaniu	Dz. 55,86 Ch. 56,40	1,08	n.i.
Koncentracja na emocjach	Dz. 48,78 Ch. 42,36	11,19	0,000
Unikanie	Dz. 47,20 Ch. 44,60	4,61	0,000

Tabela 8
Poczucie koherencji a częstość picia alkoholu
/wyniki jednoczynnikowej analizy wariancji/

	SOC /wynik ogólny/	Zrozumiałość	Sterowalność	Sensowność
Cała grupa	F = 2,07 p < 0,08	n.i.	n.i.	F = 4,70 p < 0,0009
Dziewczeta	n.i.	n.i.	n.i.	F = 3,05 p < 0,017
Chłopcy	F = 6,41 p < 0,0001	F = 5,20 p < 0,0004	F = 3,21 p < 0,013	F = 5,24 p < 0,0004

Tabela 9
Poczucie koherencji a ilość wypijanego alkoholu
/wyniki jednoczynnikowej analizy wariancji/

	SOC /wynik ogólny/	Zrozumiałość	Sterowalność	Sensowność
Cała grupa	F = 4,24 p < 0,015	n.i.	n.i.	F = 9,86 p < 0,0001
Dziewczęta	n.i.	n.i.	n.i.	F = 3,81 p < 0,023
Chłopcy	F = 9,32 p < 0,0001	F = 6,60 p < 0,002	F = 4,97 p < 0,007	F = 8,04 p < 0,0004

Tabela 10
Poczucie koherencji a częstość występowania utraty
świadomości po alkoholu

	SOC /wynik ogólny/
Cała grupa	F = 5,56 p < 0,0009
Dziewczęta	F = 2,81 p < 0,039
Chłopcy	F = 7,58 p < 0,0001

Tabela 11
Style radzenia sobie ze stresem a częstość picia alkoholu

	Koncentracja na zadaniu	Koncentracja na emocjach	Unikanie
Cała grupa	n.i.	F = 4,19 p < 0,02	F = 2,80 p < 0,025
Dziewczęta	F = 2,98 p < 0,019	n.i.	F = 3,36 p < 0,010
Chłopcy	n.i.	n.i.	F = 2,35 p < 0,054

Tabela 12
Unikanie jako styl radzenia sobie ze stresem a zmienne związane
z piciem alkoholu /wyniki analizy wariancji/

	Ilość wypijanego alkoholu	Rodzaj alkoholu	Towarzystwo	Utrata świadomości
Cala grupa	F = 6,46 p < 0,002	F = 3,63 p < 0,027	F = 3,28 p < 0,021	n.i.
Dziewczęta	F = 5,16 p < 0,006	F = 8,25 p < 0,0000	F = 3,90 p < 0,009	F = 3,60 p < 0,014
Chłopcy	F = 5,51 p < 0,004	F = 2,93 p < 0,034	F = 2,67 p < 0,047	n.i.

Anna Pohorecka, Irena Jelonkiewicz

Drinking, Sense of Coherence (SOC) and the Stress Coping Styles Among High School Graduates

Summary

Significant interdependencies between sense of coherence, stress handling and drinking were established in the study covering graduates of high vocational schools, coming from five urban neighbourhoods.

The stronger sense of coherence is related to less frequent drinking (statistical tendency) and drinking of smaller quantities of alcohol (statistically significant dependence). Differences regarding gender were also established: in the case of young males strong relations between drinking and all SOC scales are present, while among females only the meaning sense level is related to drinking. The distracting of attention is most significantly related to the variables referring to drinking, among all stress coping styles. The study revealed, that the stronger concentration on one's own emotion, the stronger beverages are drunk.

The above summarised results of the study certify that the sense of coherence belongs to factors which determine drinking behaviour of young males.

In case of females, drinking is not related to the life orientation. The relation between the stress coping style and intensity of drinking is of more distinct character.

It is intended to test the relation between the aforementioned variables and behaviour of individuals placed in difficult life situations - entering adult social roles after graduating school during the subsequent stage of the study.

Key words: Alcohol drinking, youth, sense of coherence, stress coping styles.

Piśmiennictwo

1. Antonovsky A. (1987).: Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well. San Fr., London, Jossey-Bass Publ.
2. Bandura A. (1977).: Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 2, 33-50.
3. Endler N. S., Parker D.A. (1990).: Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.
4. Frączek A., Stępień E. (1992).: Zmienne socjodemograficzne i sytuacja rodzinna a picie alkoholu przez dorastających (badania w próbach normatywnych). Raport z badania realizowanego w ramach zlecenia (IPiN 55, ALC6).
5. Folkman S., Schaefer C., Lazarus R.S. (1979).: Cognitive processes as mediators of stress and coping. In: V. Hamilton, D.M. Warburton (Eds.), *Human Stress and Cognition* London, Woley.
6. Labouvie E.W. (1986).: The coping function of adolescent alcohol and drug use. In: *Development as Action in Context*. Ed. by R.K. Silbereisen et. all Heidelberg.
7. Lazarus R.S. (1986).: Paradygmat stresu i radzenia sobie. *Nowiny Psychologiczne*, 3-4/1986.
8. Marlatt G.A. (1985).: Coping and substance abuse: implications for research, prevention and treatment. In: *Coping and Substance Abuse*, Ed. Moss et. all.
9. Monti P.M., Abrams D.B., Kadden R.M., Cooney N. (1994).: Psychologiczna terapia uzależnienia od alkoholu, *Nowiny Psychologiczne*, 3, 105-124.
10. Mroziak B. (1994).: Antonovsky'ego koncepcja salutogenezy i poczucia koherencji, *Nowiny Psychologiczne*, 1/1994.
11. Stępień E., Frączek A. (1992).: Palenie i picie a inne zachowania związane ze zdrowiem i antynormatywne wśród dorastających, *Nowiny Psychologiczne*, 1/1992.