

## Streszczenie

Głównym celem projektu doktorskiego była identyfikacja oraz opisanie czynników podmiotowych poczucia zdrowienia u mężczyzn uzależnionych od alkoholu utrzymujących abstynencję. W pracy postanowiono zweryfikować jak cechy osobowości, prężność, przyjęta perspektywa czasowa oraz przebaczenie oddziałują na proces zdrowienia osób zmagających się z uzależnieniem.

W badaniach wzięło udział 240 mężczyzn będących na różnych etapach procesu zdrowienia. Badani zostali poproszeni o wypełnienie następujących kwestionariusz: Skalę Etapów Zdrowienia (*STORI*), Kwestionariusz IPIP-BFM-20, Skalę Pomiaru Prężności (*SPP-25*), Kwestionariusz Postrzegania Czasu Zimbardo (*ZTPI*), Skalę Przebaczenia Heartland (*HFS*) oraz Ankietę socjodemograficzną. Następnie wykonano szereg analiz statystycznych: statystyki opisowe, analizę różnic (analizę Kruskala Wallisa) oraz analizę regresji liniowe metodą hierarchiczną i krokową.

Na podstawie analiz możemy stwierdzić, że mężczyźni uzależnieni od alkoholu utrzymujący abstynencję na poszczególnych etapach poczucia zdrowienia różnią się pod względem konkretnych cech osobowości, takich jak: ekstrawersja, ugodowość oraz stabilność emocjonalna. Kolejne różnice wykazano w zmiennej prężność w czynnikach: kompetencje osobiste do radzenia sobie w trudnych sytuacjach i tolerancja negatywnych emocji oraz optymistyczne nastawienie do życia u zdolność mobilizowania się w trudnych sytuacjach. Następne różnice międzygrupowe wykazano w przebaczeniu innym. Perspektywa czasowa nie została zmienną różnicującą poszczególne etapy procesu zdrowienia.

Analizy regresji pokazały, że etap przygotowania jest wspierany przez takie czynniki jak: otwartość na nowe doświadczenia i poczucie humoru, przyjęcie perspektywy terażniejszej hedonistycznej oraz świadomość uzależnienia. Etap odbudowa jest wzmacniany przez stabilność emocjonalną oraz świadomość uzależnienia. Znow etap rozwoju przez kompetencje osobiste do radzenia sobie i tolerancja negatywnych emocji, optymistyczne nastawienie do życia i mobilizowanie się w trudnych sytuacjach oraz przebaczenie innym.

**Słowa kluczowe:** zdrowienie, uzależnienie, alkohol, abstynencja