

Тема 6. «Личностные особенности, способствующие развитию зависимого поведения»

План:

- личностные особенности, характер средовых воздействий, генетическая предрасположенность;
- психологический портрет будущего зависимого человека (А.Ю. Акопов);
- психологические особенности аддиктивной личности;
- концепция зависимой личности В.Д. Менделевича ;
- проявление волевых качеств аддиктивной личностью;
- межличностные отношения аддикта.

На формирование аддиктивного поведения оказывают влияние личностные особенности и характер средовых воздействий, а также генетическая предрасположенность. В этой связи интересным являются результаты экспериментов Д.Гудвина , которые анализируют Ц.П. Короленко и В.Ю.Завьялов (Ц.П. Короленко, В.Ю. Завьялов, 1987). Были выявлены следующие результаты (на примере алкоголизма):

- 1) Дети алкоголиков обладают повышенной готовностью к алкоголизму (более предрасположены), независимо от того, воспитывают ли их родители-алкоголики или здоровые усыновители;
- 2) Дети алкоголиков восприимчивы только к алкоголизму, никаких других психических заболеваний у них не наблюдается.

Таким образом, в определённых случаях генетическая предрасположенность может стать основой формирования зависимого поведения, но в этом пункте мы более подробно остановимся на психологических особенностях личности, которые способствуют развитию этого вида отклоняющегося поведения.

А.Ю. Акопов в книге «Свобода от зависимости» перечисляет общие психологические особенности аддиктивной личности, которые в совокупности образуют психологический портрет будущего зависимого человека. К ним относятся, по мнению А.Ю. Акопова, сильная потребность в удовольствиях, наслаждениях. Эта изначальная потребность в удовольствии, наслаждении, в широко понимаемом выигрыше, всегда положительном ответе среды, окружающего мира, других людей на их действия рождает непрерывные желания, и - прежде всего - желание потреблять, брать, получать. Ради получения новых удовольствий во всё больших дозах эти люди удовольствия готовы пойти и фактически идут на всё, спокойно переступая через самое дорогое для себя (А.Ю. Акопов, 2008).

У этих людей есть выраженная психологическая потребность - готовность (установка, ожидание) к аддикции и непрерывному формированию новых зависимостей. Эти люди как будто не воспринимают себя изначально в своём природном виде, состоянии цельными и самодостаточными личностями. Отдаваясь кому-либо или чему-либо, отождествляя и присваивая себе предмет-суррогат, они дополняют себя этим внешним объектом, тем самым как бы достраивая свой субъективный внутренний психологический образ, внутреннюю модель самого себя и завершая этим присоединением свою внутреннюю гармоничную целостность.

Готовность к аддикции и формированию зависимости, отмечает А.Ю. Акопов (А.Ю. Акопов, 2008), выступает как противоположность психологической невосприимчивости, толерантности. Поэтому в зависимости есть ещё такой аспект, оттенок: большая уступчивость, податливость, восприимчивость, готовность отдаться любому (человеку, занятию, веществу).

Таким образом, готовность к аддикции и формированию зависимости означает резкое снижение порога психологической приемлемости и повышение уровня психологической неустойчивости.

Следует отметить, что лица с низкой переносимостью психологически дискомфортных состояний, образующихся в повседневной жизни, более подвержены риску появлений аддиктивной фиксации. Вероятность увеличения риска существует и при встрече с трудными, психотравмирующими ситуациями, как утрата прежних идеалов, разочарование в жизни, распад семьи, потеря работы, социальная изоляция, утрата близких или друзей, резкая смена привычных жизненных стереотипов (Ц.П. Короленко, 1991).

Из-за непреходящего и выраженного стремления к немедленному получению разнообразных удовольствий любой ценой у потенциально зависимых людей-аддиктов наблюдается постоянное субъективно пристрастное отношение к будущему, ещё только возможному объекту зависимости (его, любимого, ещё нет, а она уже готова его любить) (А.Ю. Акопов, 2008).

У потенциально зависимых индивидов, ярко выражен механизм прилипания, фиксации в мозгу и в психике любых впечатлений, чувств, переживаний, новой информации. Японские психиатры называли таких людей статотимиками. Это люди, которые долго переживают, вновь и вновь прокручивая слова других, свои обиды и т.д., которые медленно переключаются на что-то новое, другое. К статотимикам можно отнести и зануд, и педантов, и эпилептоидов, и длительно рефлексирующих, сензитивных людей. Для них характерны навязчивые и депрессивные состояния. Но при некоторой схожести этих процессов и у статотимиков, и у аддиктов причины, их вызывающие, у них различны: у аддиктов это непрерывное желание получать удовольствие, а у статотимиков - желание всё тщательно продумать, взвесить, прочувствовать, разобраться, чтобы вновь пережить яркое событие в своей жизни.

У статотимика проявляется стремление удержать прошлое, а у аддикта - бешенная погоня за удовольствиями в настоящем, что лишает аддикта будущего (А.Ю. Акопов, 2008).

Для формирования зависимости необходимо внутреннее представление объекта будущей аддикции в организме, психике, личности, некое психофизиологическое сродство с этим внешним объектом (например, наличие определённых психологических черт характера, желаний, предпочтений и так далее). Попасть в зависимость можно только от того, что тебе близко, что уже есть изначально в тебе. Поэтому, в сущности, любая зависимость - это ограничение степеней своей свободы, это несвобода от самого себя (А.Ю. Акопов, 2008). Но точнее (как мы считаем) от своего эмоционального состояния в результате овладения объектом зависимости.

Среди психологических особенностей аддиктивной личности А.Ю. Акопов различает следующие: морально-нравственная незрелость, выраженный инфантилизм, крайний эгоизм и индивидуализм, не прилагают к получению удовольствия никаких усилий, аффективное мышление (Э.Блейлер, 2001), снижение чувства меры, самодовольство, завышенная самооценка, гипертрофирование значения своего личного опыта, снижение критичности к себе, склонность к самообманам, иллюзорному восприятию себя, безответственность перед собой и близкими, ненадёжность (отсюда неустойчивость взаимоотношений с другими людьми), крайняя изворотливость, граничащая со лживостью и безответственным фантазированием, ослабление обратной связи результатов своей деятельности и дальнейшего поведения, то есть рефлексии.

Все эти психологические качества взаимно усиливают друг друга, формируя аддиктивный стиль мышления и поведения и являясь благодатной почвой для готовности к реализации аддикции и формированию аддикции (А.Ю. Акопов, 2008).

Интересной представляется концепция зависимой личности В.Д. Менделевича, в рамках которой раскрывается внутреннее происхождение зависимого поведения, то есть автор описывает те качества личности, которые влияют на развитие и формирование зависимости. При этом стержнем зависимой личности, по мнению В.Д. Менделевича, является инфантильность (инфантилизм) (В.Д. Менделевич, 2007).

Традиционно считается, что зависимое поведение может носить исключительно аддиктивный характер.) Однако, формирование зависимого поведения может происходить по пяти механизмам: делинквентному, аддиктивному, патохарактерологическому, психопатологическому и на базе гиперспособностей. В основе большинства из них лежит психический инфантилизм, который лишь проявляется в разном виде: в виде протеста и эпатажа (при делинквентном типе), в виде «поиска успокоения и удовлетворения» вне реального мира (при аддиктивном типе), в виде неконтролируемости и незрелости реакций (при патохарактерологическом и психопатологическом типах) или в виде вытеснения (на базе гиперспособностей) (В.Д.Менделевич, 2007). Автором также рассматриваются основополагающие признаки инфантилизма и сущностные характеристики зависимой личности, имеющие большое значение для понимания особенностей аддиктивной личности (В.Д. Менделевич, 2007).

Зависимой личности также свойственна внушаемость.

В.Д. Менделевич описывает внушаемость как лёгкое усвоение человеком внешних по отношению к нему побуждений, стремлений, желаний, установок, оценок, форм и стилей поведения, повышенная восприимчивость к психическому воздействию со стороны другого лица без критического осмысления реальности и стремления противостоять этому воздействию. Личность, склонная к формированию зависимого поведения, оказывается некритичной, часто легковерной, податливой групповому воздействию, авторитарному управлению (В.Д. Менделевич, 2007).

Зависимая личность отличается неспособностью адекватно планировать и прогнозировать своё будущее. Ей свойственно подчиняться спонтанно образовавшимся условиям, при этом, не учитывая вероятностный прогноз. Ещё одна характеристика - ригидность- негибкость, тугоподвижность всей психической деятельности, отсутствие способности при объективной необходимости изменить мнение, отношение, установку, мотивы и т.п (В.Д. Менделевич, 2007).

В структуру зависимой личности входят характеристики наивности, простодушия, непосредственности. Этим людям присуще любопытство и поисковая активность - потребность в поиске. Для человека с зависимым поведением типичен максимализм, который понимается как крайность в каких-либо требованиях, взглядах, эмоциях. Такие люди стремятся к особенно ярким впечатлениям, они эгоцентричны, нетерпеливы, склонны к риску и опасаются быть покинутыми (В.Д. Менделевич, 2007).

Полной противоположностью аддиктивной личности является индивид, который в своей жизни ориентируется на интересы семьи, родственников, близких людей и хорошо приспособлен к жизни в обществе.

Именно он формирует устои и традиции, становящиеся общественно поощряемыми нормами. Этот человек постоянен, радуется тому, что у него есть, старается исключить риск до минимума. Аддиктивная личность чаще всего не удовлетворена обыденной жизнью с её нормами, размеренностью и прогнозируемостью. Предсказуемость собственной жизни является фактором, который вызывает агрессивные реакции у аддикта. Трудные жизненные ситуации с невозможностью их предугадать, опасностью и яркими эмоциональными вспышками оказываются для них источником уверенности в себе, самоуважения и ощущения доминирования над окружающими.

Аддиктивная личность характеризуется постоянной «жаждой острых ощущений» (В.А. Петровский, 1992), которая проявляется в стремлении к опасности (В.Д. Менделевич, 2007). Кроме того, что объективно и субъективно аддикты не переносят трудности повседневной жизни, слышат постоянные упрёки в неприспособленности, отсутствием жизнерадостности от родных и друзей. В связи с этим внутри них зарождается «комплекс неполноценности» (В.Д. Менделевич, 2007). Аддиктивные

личности сильно переживают от того, что не похожи на других. Но «комплекс неполноценности» является защитным механизмом и выражается в гиперкомпенсаторной реакции. Дело в том, что у аддикта под влиянием окружающих людей формируется заниженная самооценка, а «комплекс неполноценности» позволяет им ощутить сразу завышенную, без проигрывания адекватной самооценки, поддерживая тем самым необходимый уровень самоуважения в неблагоприятных микросоциальных условиях - условиях конфронтации личности с семьёй и коллективом (В.Д. Менделевич, 2007).

В результате оказания давления со стороны социума, аддиктивные личности вынуждены приспособляться к нормам общества. Они начинают формально исполнять те социальные роли, которые им навязываются. Внешняя социабельность, лёгкость поддержания контактов тесно соприкасается с манипулятивным поведением и характеризуется поверхностью эмоциональных связей. Такой человек боится стойких и длительных близких отношений, так как достаточно быстро человек перестаёт интересоваться аддиктом. Стремление обманывать окружающих, обвинять их в собственных ошибках вытекают из структуры аддиктивной личности, которая тем самым пытается скрыть «комплекс неполноценности», который объясняется неумением жить в соответствии с устоями общепринятыми нормами (В.Д. Менделевич, 2007).

Интересным представляется проявление волевых качеств аддиктивной личностью. В связи с этим можно сформулировать предположение, что личность, у которой в последствии формируется зависимое поведение, имеет низкую степень выраженности волевых качеств, так как интуитивное понимание воли в широком смысле следующее: волевой личностью называется человек, который успешно реализует свои высокие социальнозначимые мотивы. Волевая личность характеризуется силой ведущих мотивов и «мотивационной конгруэнтностью» - согласованностью желания, решения и исполнения; при этом борьба мотивов и усилия воли перестают быть актуальными (Ю.Б. Гиппенрейтер, 2005).

С.Л. Рубинштейн считает, что воля у человека, в первую очередь, опирается в своём функционировании на цели и задачи. Воля будет намного сильнее, насыщеннее желание, если цели будут важными для индивида. Цель важна в тех случаях, когда она включает в себя доминирующие потребности человека и общественные потребности. У конкретного индивида общественные интересы могут выходить за рамки его личных потребностей и тогда возникает тенденция долженствования, схожая по силе проявления с тенденцией влечений, но существенно от неё отличающейся причиной и содержанием. Воля подразумевает под собой сочетание именно этих двух элементов. Когда человек принимает что-либо как обязательное, то он уже частью себя хочет этого, несмотря на то, если он желает ещё что-нибудь. Что-либо должное (обязательное) является общезначимым моральным компонентом личностной воли, то есть воли для того индивида, у которого личностно и общественно значимое есть одно и неделимо (С.Л. Рубинштейн, 2004).

Отправной пункт становления воли заключён во влечениях. Воля заметна, когда человек может быть способным каким-либо образом отнестись к своим влечениям. Для этого индивид должен быть выше их и, отсоединяясь от которых, в состоянии совершить выбор между своими влечениями. Тогда поведение индивида обуславливается им самим, а не влечениями как врождёнными силами. Поэтому возникновение воли неразрывно связано развитием индивида как самоактуализирующегося субъекта, который самостоятельно определяет своё поведение и несёт ответственность (С.Л. Рубинштейн, 2004). Однако, Н.В. Дмитриева и О.В. Дубровина описывает аддиктивные эквиваленты таким волевым качествам, как настойчивость, инициативность, решительность и самообладание.

Аддиктивные эквиваленты характеризуются ими следующим образом (Н.В. Дмитриева, О.В. Дубровина, 2010). Аддиктивная инициативность - активная переработка поступающей информации о месте приобретения наркотиков, определение первоочередных проблем и постановка значимых целей, а также путей их достижения. Состояние инициативности представляет собой повышенную возбудимость к процессу поиска цели. При наличии цели на первый план выходит решительность, как возможность её достижения.

Аддиктивная решительность определяется как психическое состояние собранности для быстрого и полного удовлетворения потребности, которому сопутствует интеллектуальная работа психики и эмоциональное возбуждение. Этому состоянию характерно импульсивное принятие решения, что Н.В. Дмитриева и О.В. Дубровина связывают со стремлением поскорее избавиться от напряжённого состояния борьбы мотивов.

Аддиктивная целеустремлённость выражается посредством сосредоточенности сознания на основных, наиболее значимых целях.

Аддиктивная уверенность - это состояние определяет эффективность деятельности и заключается в оценке условий, воздействующих на результат деятельности, то есть сочетается с чётким осознанием взаимосвязи исходных данных с итоговой целью, осознанием её достижимости, реальности.

Аддиктивная настойчивость подразумевает постоянное преодоление препятствий при аддиктивных реализациях, управление действиями и вектором достижения запланированного результата.

Н.В. Дмитриева и О.В. Дубровина отмечают, что в связи с ростом аддиктивной потребности и активизацией аддиктивной воли, вариативность типов активности индивида начинает уменьшаться. Интересы, стимулы, потребности личности перестают привлекать внимание и быть эмоционально насыщенными. Так безразличным оказываются прочтение книг, походы в театр, кино, препровождение времени в кругу семьи, общение с прежними друзьями, работа. Это приводит к редукции социально позитивных видов - деятельности (Н.В.Дмитриева, О.В. Дубровина, 2010). Таким образом, по мнению Н.В. Дмитриевой и О.В. Дубровиной выдвигаемая рядом авторов концепция волевого дефекта аддиктивной личности оказалась несостоятельной (Н.В. Дмитриева, О.В.Дубровина, 2010).

В связи с этим проявляется замещение составляющих друг другом внутри волевого ресурса: при снижении мотивации выполнения малоинтересной деятельности аддиктивная личность демонстрирует активность, энергичность, предприимчивость и настойчивость в поиске психоактивных веществ; субъективный контроль характеризуется низкой интернальностью (Д.В. Четвериков, 2002). По мнению И.Н. Пятницкой, выделяются следующие характеристики зависимой личности:

1)равнодушие к социальным проблемам, отсутствие устойчивых и сформированных индивидуальных интересов, какой-либо увлечённости;

2)обособление от взрослых, агрессивность к обществу, солидарность с возрастной группой, поиск чувственных впечатлений, сексуального опыта, даже познавательные интеллектуальные побуждения (И.Н. Пятницкая, 2002).

Б.В. Зейгарник отмечала, что в процессе развития зависимости формируются патологически изменённые потребности, нарушается иерархия мотивов. Потребности зависимого человека становятся неуправляемыми и приобретают строение влечений. Так как интересы, переживания и стремления человека строятся в зависимости от его побуждений, то изменения в содержании потребностей означают собой и изменения строения личности человека. Одним из наиболее ярких проявлений нарушения личности является нарушение подконтрольности, критичности поведения (Б.В. Зейгарник, 1986).

Отношение аддикта к себе страдает механистичностью, крайне упрощено, часто подчинено какой-то схеме. Аддикты в разговоре о своём здоровье сопоставляют себя с машинами, к болезням относятся как к механическим неполадкам, которые нужно устранить. Отсюда их приверженность к «простым» методам лечения, лёгкая соглашаемость на хирургические вмешательства. Образ жизни аддиктивной личности может рассматриваться как нечто противоположное здоровому образу жизни, при этом происходит полное игнорирование санитарно-гигиенических норм, заботы о своём здоровье и здоровье своих близких людей. Ц.П. Короленко и Т.А. Донских описывают следующую особенность, свойственную аддиктам, которая связана с понятиями постоянства и предсказуемости (Ц.П.Короленко, Т.А. Донских, 1990).

Межличностные отношения отличаются динамикой, в процессе общения с людьми осуществляется обмен мнениями, взаимное обогащение, усвоение опыта. Аддиктивные отношения с предметами лишены этих динамических особенностей, происходит фиксация на основных чертах заранее прогнозируемой эмоции, которая достигается уже привычным способом.

Таким образом, отношения аддиктивного типа являются более стабильными и предсказуемыми, чем естественные отношения с людьми. Однако это постоянство блокирует развитие гармоничной личности. Для лучшего понимания особенностей аддиктивных реализаций следует также иметь в виду, что при этом аддикты испытывают интенсивные эмоциональные состояния, однако эти состояния кратковременны, искусственны, не интегрированы с развитием личности. Во время развития таких состояний возникает субъективное чувство «истинности» эмоций, понимания «сущности жизни» и др (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, 1990).

Аддиктивное поведение нередко возникает и у лиц, добившихся успеха, в особенности, если они добивались его «любой ценой» (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, 1990). В психиатрической литературе описано состояние, получившее название «депрессия успеха». В мягкой форме оно известно на опыте многим людям. Так, например, после сдачи трудных экзаменов, окончания школы, института, завершения какой-нибудь серьёзной работы нередко возникает ощущение лёгкой грусти и психологического вакуума. Состояние это носит обычно кратковременный характер и быстро проходит, так как появляются новые цели и снова становится интересно жить, поскольку возникают новые положительные мотивации. В то же время, если человек добился поставленной цели, пренебрегая на пути к ней всем или очень многим, «взбирался на вершину», растеряв по пути свои человеческие качества, способность к духовному развитию, к сочувствию, любви, эмоциональному общению, ощущению радости самой жизни, депрессия успеха становится тяжёлой и долгой.

Взаимоотношения с людьми оказываются формальными, «друзья» занимаются деланием карьеры, и контакт с ними ограничен рамками деловых взаимоотношений. Семья есть, конечно, жена, дети, но каждый из них живёт своей жизнью, общие интересы сугубо материальные. На фоне этих социальных условий человек выходит из депрессии с помощью алкоголя, что провоцирует формирование алкогольной зависимости (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, 1990).

Таким образом, зависимость с психологической точки зрения является внутренним состоянием, при котором свободная линия поведения становится невозможной. Эта несвобода изменяет самооценку зависимого человека, искажает восприятие окружающего мира, влияет на отношения с людьми. Развитие зависимого поведения не происходит в одночасье. Влечение к объекту зависимости, который сначала приносит большой силы удовольствие, возбуждение, успокоение или необычные переживания, со временем преобразуется в патологическую. Это процесс, скорость которого и смена фаз зависит от индивидуальных особенностей.

Наряду с зависимостью, то есть отсутствием самостоятельности и неспособности нести ответственность за свои поступки и свою жизнь, основное в аддиктивном поведении личности есть непреодолимое желание уйти, избежать реальную действительность, боязнь повседневности, склонность к переживанию сильных эмоциональных впечатлений, порой серьёзно рискуя. Такие люди сверх восприимчивы к мнению окружающих и достаточно внушаемы, чтобы подчинить себя другому. Они не умеют прогнозировать своё будущее и адаптироваться в обществе, что вызывает трудности в поддержании длительных отношений.

Их отличает инфантилизм, эгоизм, отсутствие социальных интересов и сужение мировоззрения до способов удовлетворения единственной потребности, а волевые качества направлены на удержание главного мотива - получение или овладение объектом зависимости.