

# **Аддиктивное поведение.**



**Тропина Наталья Владимировна**  
заведующая диспансерным наркологическим отделением  
для детей и подростков  
КОГБУЗ «Кировский областной наркологический диспансер»,

# Поведенческая норма.

Наиболее правильной моделью нормативного поведения – было бы отсутствие зависимости, что означает что человек полностью мог бы контролировать собственные поступки, был бы ответственен свободен от вредных привычек.

**Норма (по Н.Н.Платонову)** – это явление группового сознания в виде разделяемых группой представлений и наиболее частых суждений членов группы о требованиях к поведению с учетом их социальных ролей, создающих оптимальные условия бытия, с которыми эти нормы взаимодействуют; отражая их, формулируют его (норма определяется группой).

**Выделяют следующие поведенческие нормы, которые говорят о человеке как о гармоничном или уклоняющемся:**

- правовые нормы (поступки вне закона)
- нравственные нормы (поступает не по-людски)
- эстетические нормы
- психологическая норма

**Девиантное поведение** – поведение, направленное на отклонение от хотя бы одной из общественных норм.

**Девиантное поведение** - система поступков или отдельные поступки, противоречащих принятым в обществе нормам и проявляющихся в виде несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушении процесса самоактуализации или виде уклонения от нравственного и эстетического контроля за собственным поведением.

**Девиант** – излишне любознателен, нестабилен, склонен к риску, существование в неопределенности (приобщение к ПАВ идет именно по этому механизму).

### **Сходные черты креативных и девиантных людей:**

- самостоятельность суждений
- способность находить привлекательность в трудностях
- эстетическая ориентация
- способность рисковать

# Типы девиантного поведения.

**Делинквентное поведение** — это отклоняющееся поведение в крайних своих проявлениях представляющие уголовно наказуемое деяние.

**Аддиктивное поведение** — это один из типов девиантного (отклоняющего) поведения сформированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксацией внимания на определенных видах деятельности с целью развития и поддержания эмоций.

**Патохарактерологическое поведение** - это поведение, обусловленное патологическими изменениями характера, сформировавшимися в процессе воспитания (расстройства личности-психопатии, явные или выраженные акцентуации характера).

**Психопатологическое поведение** – это поведение основывается на симптомах и синдромах, являющихся проявлениями тех или иных психических расстройств или заболеваний.

**Поведение основанное на гиперспособностях** – это поведение основано на выходе способностей человека за рамки обычного (талант в одной сфере, ведет к дефекту в другой).

**АДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ** (от англ. *addiction*— пагубная привычка, порочная склонность) — одна из форм отклоняющегося, девиантного, поведения с формированием стремления к уходу от реальности.

Такой уход происходит (осуществляется) путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых психоактивных веществ. Приобретение и употребление этих веществ приводит к постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности.

Существуют разные виды аддиктивного поведения, как фармакологического, так и нефармакологического характера.

## **Виды зависимости:**

### **Химическая**

- Алкоголизм
- Наркомания
- Токсикомания
- Табакокурение

### **Нехимическая**

- Игровая зависимость
- Пищевая зависимость (булимия, анорексия)
- Трудоголизм
- Зависимость от отношений

**Но все эти виды объединяют общие аддиктивные механизмы.**

Основоположник теории стресса Г.Селье, говоря об адаптации, пишет:

**«Приспособляемость – это, вероятно, главная отличительная черта жизни».**

**«Есть два способа выживания:  
борьба и адаптация».**

Аддиктивная личность в своих попытках ищет свой универсальный и слишком односторонний способ выживания – уход от проблем.



**Общечеловеческий опыт,  
социальные нормы,  
ценности,  
знания и способы  
деятельности  
усваиваются,  
и личность формируется  
в общении с другими  
людьми.**



# **Влияние социума на формирование аддиктивных механизмов.**

**Семья.**

**Образование.**

**Средства массовой информации.**

**Религия**

**Общество.**



**Естественные адаптационные возможности аддикта нарушены на психофизиологическом уровне.**

Основным признаком этих нарушений является ощущение психологического дискомфорта. Такие люди обладают низкой переносимостью **фрустрацией**.

В качестве способа восстановления психологического комфорта они выбирают **аддикцию**, стремясь к искусственному изменению психического состояния, получению субъективно приятных эмоций. Таким образом, создается иллюзия решения проблемы.

**«Создается субъективное впечатление, что, таким образом, обращаясь к фиксации на каких-то предметах или действиях, можно не думать о своих проблемах, забыть о тревогах, уйти от трудных ситуаций, используя разные варианты аддиктивной реализации».**

## **Деструктивная сущность аддиктивного поведения.**

Разрушительный характер аддикции проявляется в том, что в этом процессе устанавливаются **эмоциональные отношения**, связи не с другими людьми, а с **неодушевленными предметами** или явлениями.

**Межличностные отношения** слишком непредсказуемы для аддикта, они требуют больших усилий, немалых эмоциональных затрат, напряжения мыслительной деятельности и отдачи. Эмоциональные отношения с людьми теряют свою значимость, становятся поверхностными. Способ аддиктивной реализации из средства постепенно превращаются в цель.

Взаимодействие же с **неодушевленными веществами, предметами и видами деятельности** всегда предсказуемо, эффект достижения комфорта почти всегда гарантирован. Неодушевленными предметами легко манипулировать, поэтому растет уверенность в способности контролировать ситуацию. Страшно то, что манипулятивный стиль переносится в сферу межличностных контактов.

Таким образом, во взаимодействии аддиктивной личности с миром происходит специфическая переориентация: **“одушевляются” предметные отношения с аддиктивными агентами и “опредмечиваются” межличностные отношения.**

**Человек оказывается в ловушке постоянного ухода от реальной действительности.**

**Аддикт** отгораживает себя от этих процессов, перестает обогащать свой жизненный опыт, нарушая тем самым важнейшие функции общения. Возникают взаимные трудности в процессе совместной деятельности **аддикта с другими людьми**. Потребность в самопознании, самоутверждении и подтверждении лица с аддиктивными особенностями реализуют прежде всего в своем **контакте с аддиктивными агентами**, но не в общении.

Об аддиктах нельзя сказать, что они «**желая утвердиться в своем существовании и в своей ценности**», ищут “**точку опоры в других людях**”.

**Поиск точки опоры не выходит за границы аддиктивной реализации**. Наряду с дисфункциональными процессами в общении, нарушаются, искажаются и теряют ценность такие значимые механизмы межличностной перцепции [то есть взаимодействия одной личности с другими – *С.Б.*] как **идентификация, эмпатия, рефлексия**.

Следовательно, утрачивается способность **ставить себя на место партнера, сопереживать, представлять, каким воспринимают тебя окружающие**.

Формы аддикции могут сменять одна другую, что делает иллюзию решения проблем еще устойчивее и сильнее. Это опасно не только для самого аддикта, но и для тех, кто его окружает.

Аддиктивная реализация заменяет дружбу, любовь, другие виды активности. Она поглощает время, силы, энергию и эмоции до такой степени, что **аддикт** оказывается **неспособным**:

- поддерживать равновесие в жизни,
- включаться в другие формы активности,
- получать удовольствие от общения с людьми,
- увлекаться,
- релаксировать,
- развивать другие стороны личности,
- проявлять симпатии, сочувствие,
- эмоциональную поддержку даже наиболее близким людям



Аддикт ограничивает в себе основные потенциалы, характеризующие личность: **коммуникативный, познавательный, морально-нравственный, творческий и эстетический.**

Таким образом, стремление уйти от проблем и иллюзия комфорта обрекают аддикта на личностный застой, несостоятельность или полный крах.

Окружающие его люди начинают испытывать все возрастающее недовольство по поводу такого поведения, учащаются и усиливаются **конфликты.** Пытаясь избежать затруднительных конфликтных ситуаций, аддикт напротив все **больше расширяет зону конфликта** и увеличивает долю нерешенных проблем, в значительной мере осложняя жизнь себе и близким.

# Этапы формирования аддикции.

**Первый этап:** «Начало формирования аддиктивного процесса происходит всегда на **эмоциональном уровне**».

«Исходная точка – переживание интенсивного острого изменения психического состояния в виде повышенного настроения, чувства радости, экстаза, необычного подъема, ощущение драматизма, риска в связи с определенными действиями (прием вещества, изменяющего психическое состояние, переживание в связи с ситуацией риска в азартной игре, чувство необычного волнения при знакомстве с какой либо коллекцией и др.) и фиксация в сознании этой связи».

Группой риска становятся люди с низкими адаптивными возможностями, неустойчивые перед разного рода стрессорами (низкая фрустрация), проявляющие постоянное недовольство собой, жизнью и окружением, в котором в трудную минуту не находится поддержка.



**Второй этап:** аддиктивного поведения “характеризуется формированием определенной последовательности прибегания к средствам аддикции. Устанавливается определенная частота реализации аддиктивного поведения.

Прослеживается корреляция ритма аддикции с жизненными затруднениями, и чем ниже порог переносимости фрустраций, тем быстрее ритм. С учащением случаев прибегания к аддиктивной реализации межличностные отношения постепенно отступают на второй план. Провоцировать аддикцию начинают любые события, вызывающие душевное беспокойство, тревогу, чувство психологического дискомфорта.

На третьем этапе аддиктивный ритм становится «стереотипным, привычным типом реагирования, методом выбора при встрече с требованиями реальной жизни», «интегральной частью личности».



Это делает аддиктов «невосприимчивыми к попыткам их критики, разубеждению на уровне здравого смысла. Формально-логические умозаключения аддикта подчинены эмоциональному состоянию и являются по сути дела оформлением в логической форме «мышления по желанию», направленного в данном случае на вытеснение из сознания реальной ситуации, на блокирование возможности критического отношения к себе.

**Четвертый этап** – полная доминация аддиктивного поведения. Происходит полное погружение в аддиктивный процесс, окончательное отчуждение и изоляция от общества. Аддикт ничего не оставляет от своего внутреннего мира. «Остается только внешняя оболочка. Сами аддиктивные реализации не приносят прежнего удовлетворения, контакты с людьми крайне затруднены уже не только на глубинно-психологическом, но и на социальном уровне. Теряется даже способность к манипуляции другими людьми. На этой стадии доверие к аддиктам уже потеряно, их начинают воспринимать как «конченных», ни на что хорошее не способных людей».

**Пятый этап** носит уже характер катастрофы. Аддиктивное поведение разрушает и **психику, и биологические процессы**. Очень тяжелые последствия развиваются у лиц с наркотической зависимостью: интоксикация поражает органы и системы в целом, вызывает истощение всех жизненно важных ресурсов. «Нефармакологические аддикции также нарушают физическое состояние в связи с постоянным стрессом», что влечет за собой заболевания сердечно-сосудистой и нервной систем (психосоматические расстройства).

Поскольку аддиктивная реализация уже не приносит прежнего удовлетворения и не происходит желаемого изменения настроения, состояние аддикта в целом отличается апатией и подавленностью. Прежнее доаддиктивное «Я» разрушено, возврат к нему невозможен, с такими людьми почти не удастся наладить эмоциональный контакт.

## *Характерные черты аддиктивной личности.*

Поведение аддиктов в межличностных отношениях характеризует ряд основных общих особенностей:

**1. Сниженная переносимость трудностей** обуславливается наличием гедонистической установки (стремлением к немедленному получению удовольствия, удовлетворению своих желаний).

Если желания аддиктов не удовлетворяются, они реагируют либо вспышками негативных эмоций, либо уходом от появившихся проблем. Аддикту не подходит формула Г.Селье: **«Стресс – это аромат и вкус жизни»**. Для него это угроза и повод к бегству.

Это сочетается с повышенной обидчивостью, подозрительностью, что влечет за собой частые конфликты.

**2. Скрытый комплекс неполноценности** находит свое отражение «в частых сменах настроения, неуверенности, избегании ситуаций, в которых их способности могут быть объективно проверенными».

### **3. Стремление говорить неправду.**

Аддикты часто не сдерживают своих обещаний, отличаются необязательностью, несоблюдением договоров. Никто, даже и наркоманы, не стремится говорить неправду. Лживость наркоманов имеет первой причиной страх перед последствиями правдивого признания, второй – непроизвольное следование привычному "лживому" стереотипу поведения. Необязательность наркоманов – другая, отдельная от лживости характеристика аддиктивной личности, **связанная именно с неспособностью и нежеланием переносить какие бы то ни было трудности, то есть гедонистической установкой.**

**4. Поверхностный характер социальности и ее ограниченность во времени сочетаются с обостренным стремлением произвести на окружающих положительное впечатление.**

Алкогольные аддикты, например, производят иногда впечатление своим **специфическим юмором** на алкогольную тематику, рассказами о своих похождениях, приукрашивая свои рассказы деталями, не имеющими никакого отношения к действительности. Особенно хорошо это проявляется при групповом принятии алкоголя. В то же время общение на «длинную» дистанцию с ними затруднено, неинтересно.

Аддикты – скучные, однообразные люди в повседневной жизни. Отношения с ними поверхностны, к глубоким положительным эмоциональным отношениям они не способны и избегают ситуаций, связанных с ними.

**5. Стремление обвинять невиновных,**  
(даже если известно, что человек на самом деле не виноват).

**6. Уход от ответственности в принятии решений и взваливание ее на других, поиск оправдательных аргументов в нужный момент.**

**7. Стереотипность, повторяемость поведения.** Сложивший стереотип поведения легко предсказуем, но его трудно изменить.



**8. Зависимость** проявляется в виде подчинения влиянию других людей с аддиктивной направленностью. Иногда наблюдается пассивность, отсутствие самостоятельности, стремление к получению поддержки.

**9. Тревожность** у аддиктов тесно связана с комплексом неполноценности, зависимостью. Особенность состоит в том, что в кризисных ситуациях тревожность может отступать на второй план, в то время как в обычной жизни она может возникать без видимых причин или при событиях, не являющихся действительным поводом для переживаний.



# И ТАК РУШИМ СТЕРЕОТИПЫ

## КТО КЛИЕНТ?

- **ребенок** имеющий нарушения поведения (девиант) – не только аддикт
- **окружение** которого аддикты или потенциальные аддикты (семья)

# Что делать?

```
graph TD; A[Что делать?] --> B[Можно]; A --> C[Нельзя]; B --> B1[Проявлять эмпатию и поддерживать]; B --> B2[Отражать в диалоге его эмоциональное состояние]; B --> B3[Развивать внутренние сомнения и противоречия]; C --> C1[Угрожать]; C --> C2[Вешать ярлыки]; C --> C3[Морализировать, «читать нотации»];
```

**Можно**

Проявлять эмпатию и  
поддерживать

Отражать в диалоге его  
эмоциональное  
состояние

Развивать внутренние  
сомнения и  
противоречия

**Нельзя**

Угрожать

Вешать ярлыки

Морализировать,  
«читать нотации»

«**Семья** – ячейка (малая социальная группа) общества, важнейшая форма организации личного быта, основанная на супружеском союзе и родственных связях между людьми, живущими вместе и ведущими общее хозяйство».

Соловьев Н.Я., 1977



**(8332)70-80-68**

**Podrostok\_SOS@mail.ru**



**Спасибо за  
внимание!**