

# Теоретические аспекты аддиктологии





В последние годы в отечественной литературе все чаще используется английский термин аддиктивное поведение (addictive behavior), которым называют злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние, включая алкоголь и курение табака, до того, как от них сформировалась зависимость (miller, 1984; Landry, 1987).

Ц.П. Короленко (1991) дает более широкую трактовку определения аддиктивного поведения: это «одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций».

# Группы зависимостей

- 1) химические зависимости - зависимости от психоактивных веществ (ПАВ)
- 2) нехимические зависимости (гемблинг, работоголизм и др.)
- 3) промежуточные формы зависимости - аддикции к еде

(Ц.П.Короленко, Дмитриева, 2000)

**R.Brown (1993) сформулировал шесть компонентов, универсальных для всех вариантов аддикции**

- **salience (особенность, «сверхценность»),**
- **euphoria (эйфория),**
- **tolerance (рост толерантности),**
- **withdrawal symptoms (симптомы отмены),**
- **conflict (конфликт с окружающими и самим собой),**
- **relapse (рецидив).**

Для аддиктивного поведения характерен уход от реальности в виде своеобразного «бегства», сосредоточенности на узконаправленной сфере деятельности при игнорировании остальных.

# Четыре вида «бегства» от реальности

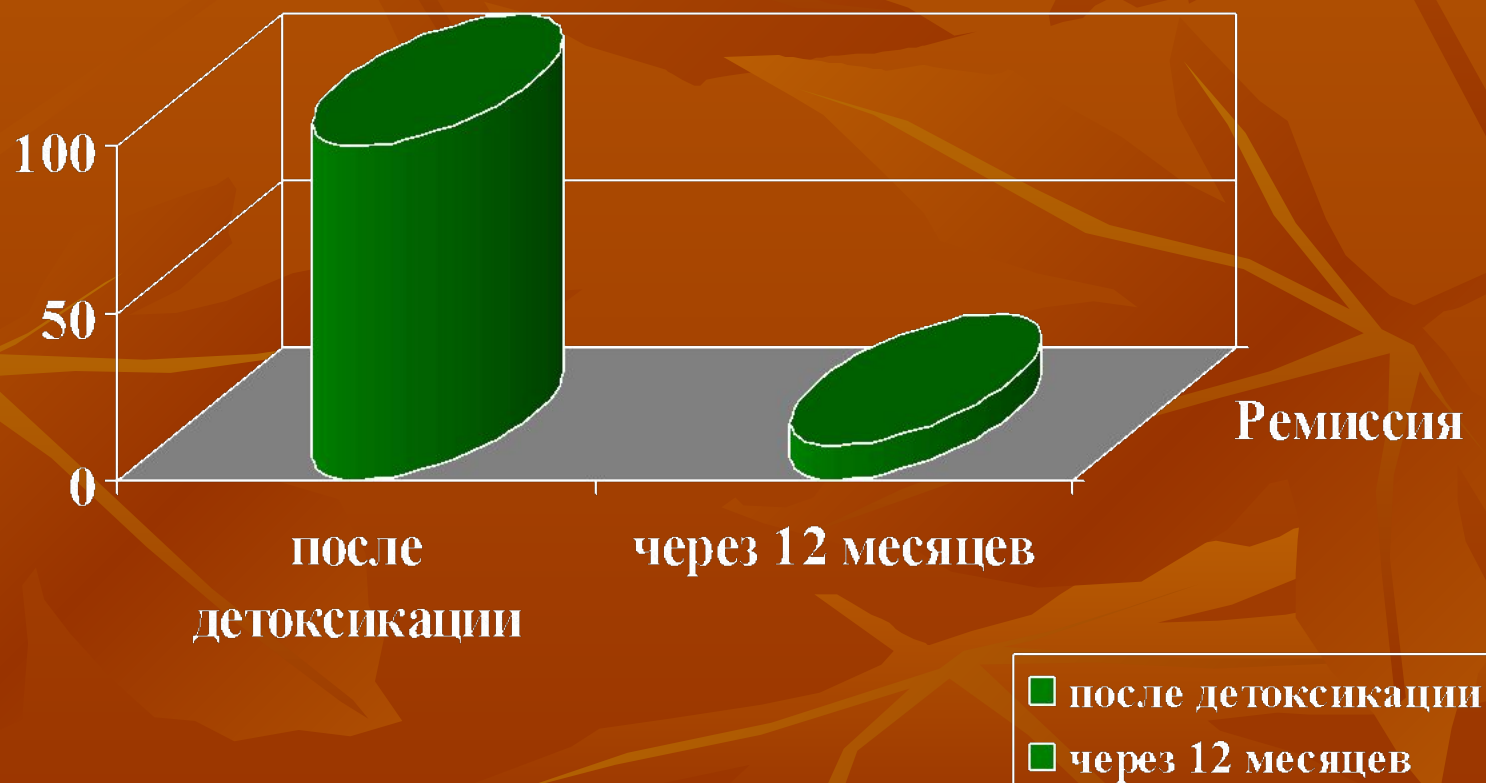
- «Бегство в тело»
- «Бегство в работу»
- «Бегство в контакты или одиночество»
- «Бегство в фантазии»

N. Peseschkian

- Классическая наркология главным образом занимается химическими формами зависимости – алкоголизмом, наркоманиями и токсикоманиями.
- При этом, несмотря на огромные усилия, глобального прогресса в лечении химической зависимости нет.



# Годичная ремиссия при опийной наркомании



Одной из причин такого положения является недооценка значения нехимических форм аддикции как в повседневной жизни человека, так и в профилактике, терапии и реабилитации злоупотребляющих ПАВ.

Успех в лечении и реабилитации химической зависимости достигается в тех случаях, когда больному удается реально «переключиться» на какую-то деятельность, которая захватывает его целиком, принося при этом положительный эмоциональный эффект.

Это может быть религия (чаще нетрадиционная), спорт, любовь, секс, работа, дающая реальное материальное и духовное удовлетворение, компьютер в разных вариантах и т.д.

- Это деятельность, которая обладает всеми признаками нехимической зависимости, и которая в той или иной степени социально приемлема.
- Альтернативой этому у аддикта может быть лишь переход в другую форму химической зависимости: героиновый наркоман становится алкоголиком, а алкоголик — зависимым от снотворно-седативных средств или конопли и т.д.

**Почему так происходит?**



# Описанные нехимические зависимости

- Азартные игры (гэмблинг)
- Аддикции отношений - сексуальная, любовная
- Аддикция избегания, работоголизм
- Аддикция к трате денег
- Ургентная аддикция (Ц.П.Короленко, Дмитриева, 2000)
- Многообразные компьютерные зависимости или интернет-зависимости (А.В.Гоголева, 2002; В.Д. Менделевич, 2003)
- аддикция упражнений (спортивная) (Murphy, 1994; Griffiths, 1997).
- Фанатизм во всех его проявлениях (религиозный, политический, спортивный, национальный)

- Нехимические зависимости покрывают весь спектр поведенческих актов человека, все стороны его жизни: секс, любовь, работа, деньги, спорт и т.д.
- Получается, что любой человеческий поведенческий акт таит в себе угрозу возникновения зависимости к нему.
- Все многообразие нашей жизни – это богатство потенциальных аддикций.

Спектр зависимостей распространяется от адекватных привязанностей, увлечений, способствующих творческому и душевному самосовершенствованию как признаков нормы до расстройств зависимого поведения, приводящих к психосоциальной дезадаптации



В рамках зависимого поведения мы сталкиваемся с закономерностями, которые существуют в сфере общей психопатологии: каждому психопатологическому феномену как отражению нормы (в контексте зависимостей феноменом выступает действие или поведение) противостоит психопатологический симптом (в данном случае – патологический поведенческий паттерн)

Истоки патологии следует  
искать в нормальных  
физиологических процессах

принципы общей патологии, высказанные еще  
И.В.Давыдовским (1969).

# «Примерный» с социальной точки зрения человек

Успешно сочетает в себе варианты социально приемлемых форм зависимостей – превалировать должна работогольная зависимость, для счастья необходимо некоторое количество любовной и сексуальной, для нравственности – религиозной, хобби могут выражаться в аддикции отношений, в компьютерной зависимости и иногда чуть-чуть в гемблинге и т.д. Допускаются даже элементы химической зависимости – традиционное для нашей страны употребление алкоголя.

В норме мы имеем дело со своеобразной полиаддиктивностью человека, когда в нем мирно сосуществуют несколько потенциальных аддикций, одна из которых, как правило, превалирует.

# Приемлемые аддикции


- социально активного человека - это обычно работоголизм.
- У домохозяйки это может быть, к примеру, аддикция отношений,
- У профессионального спортсмена – спортивная аддикция

Аддикция, которая занимает основное положение в жизни человека, но не подавляет, не вытесняет другие можно назвать *преобладающей*.

*Преобладающая аддикция* – та, которая определяет жизненный путь на данном этапе развития. Преобладающая аддикция, в отличие от *аддикции доминирующей*, - временна, поддается внешнему воздействию и может сосуществовать с другими.

Когда одна из аддикций начинает доминировать и вытесняет другие. Причем это может быть как преобладающая аддикция, так и любая другая. Тогда мы говорим о возникновении *доминирующей (сверхценной) аддикции*





Человек становится  
аддиктом

- *Доминирующая аддикция* полностью заполняет сознание, вытесняет другие аддикции и мало поддается внешнему воздействию.
- Причины, по которым происходит становление доминирующей аддикции, на протяжении более чем сотни лет изучаются различными категориями исследователей

- Клинический опыт показывает, что одна аддикция может достаточно легко переходить в другую.
- Это происходит как среди химических аддикций (например, наркомания переходит в алкоголизм) так и среди нехимических (например, спортивный аддикт становится проблемным гемблером).
- Кроме того, химическая зависимость может переходить в нехимическую и наоборот.

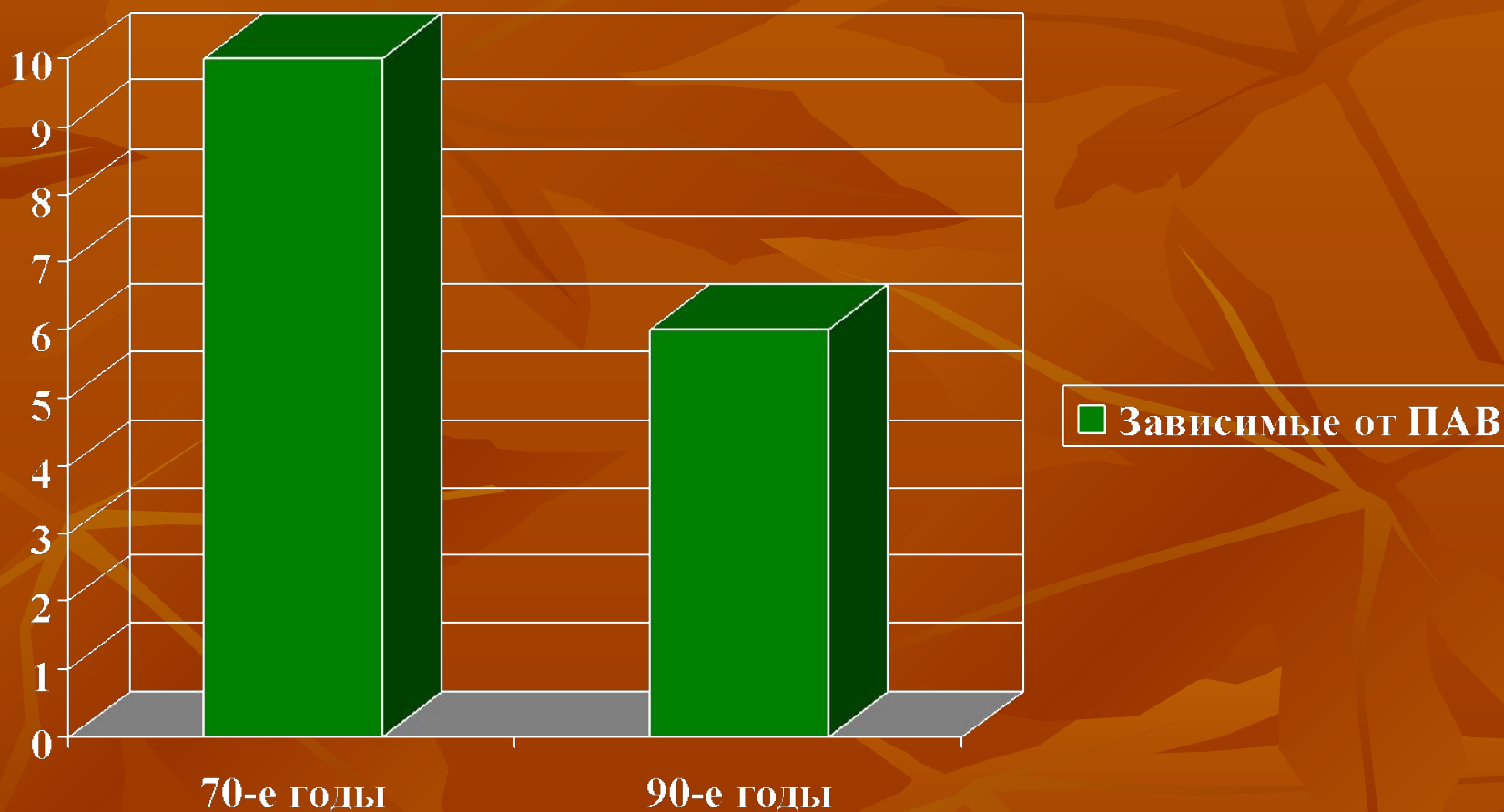
По существу, лечение социально неприемлемой аддикции (наркомании, алкоголизма) сводится к переводу зависимого в социально приемлемую форму аддикции.

Такое состояние наркологи называют устойчивой ремиссией.

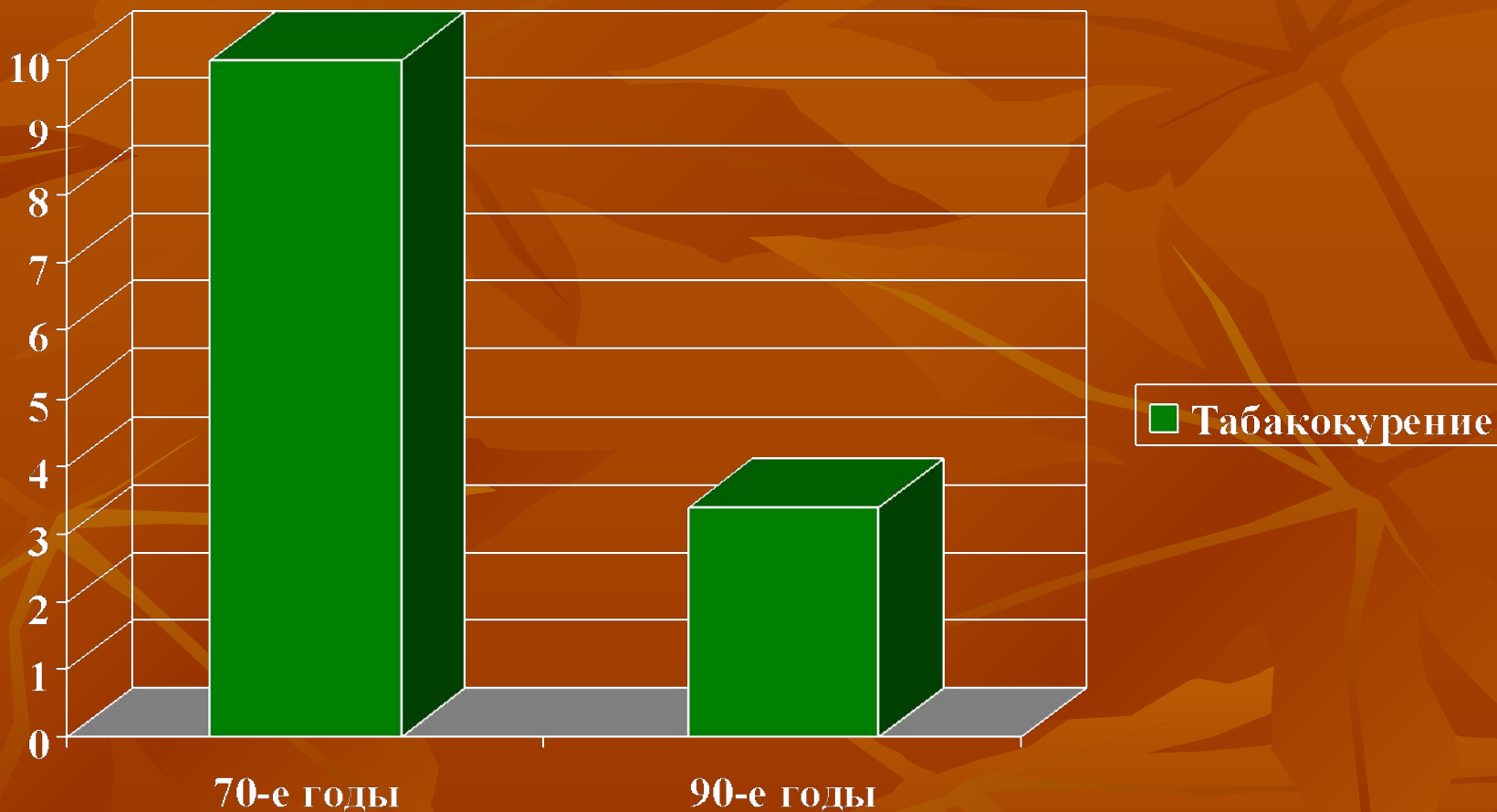
Понимание полиаддиктивной природы человека, а также этапов формирования расстройств зависимого поведения позволяет по-новому взглянуть как на проблему профилактики химической зависимости, так и более широко – на проблему профилактики в аддиктологии.

Отсутствие эффективной терапии химической зависимости привело к тому, что на Западе в конце 70-х годов XX столетия стали активно заниматься профилактикой злоупотребления ПАВ, особенно в подростковой среде.

# Употребление ПАВ в США



# Табакокурение в США





# Профилактические программы

В России современные профилактические программы стали внедряться лишь в конце 90-х годов. Сейчас общепризнанным стал факт неэффективности т.н. негативной профилактики химической зависимости, которая была единственной и считалась действенной у нас в стране на протяжении десятилетий. Ее место заняла позитивная (продуктивная) профилактика, которая по идее должна предоставить потенциальному потребителю ПАВ здоровую альтернативу аддиктивному поведению.

Позитивная профилактика по своей сути решает сложную и прекрасную задачу – построение счастливой жизни без ПАВ. Способы предлагаются самые разные – от развития критического мышления, чувства юмора, обучения разнообразным жизненным навыкам до занятий экстремальными видами спорта и религиозного воспитания. Все это нашло отражение в большом количестве как общероссийских, так и местных программ по профилактике аддиктивного поведения.

Идея продуктивной профилактики сводится к воспитанию гармоничной разносторонней личности, или личности полиаддиктивной с какой-то социально приемлемой преобладающей аддикцией. Это, кстати, в полной мере относится и к профилактике нехимических аддикций. Итак, спасение человека от аддикции – это его полиаддиктивность



Спасибо за внимание