

УДК 159.9:364.272

**А. А. Аталиева**

соискатель кафедры клинической психологии  
Одесского национального университета имени И. И. Мечникова  
преподаватель Государственного учебного заведения «Одесский учебный  
центр № 14» при Одесской исправительной колонии № 14

## **БИО-ПСИХО-СОЦИО-ДУХОВНЫЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМЕ НАРКОМАНИИ И АЛКОГОЛИЗМА И ЕГО ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ПРОГРАММЫ РЕАБИЛИТАЦИИ «12 ШАГОВ»**

Статья посвящена анализу проблемы химической зависимости с позиций био-психо-социо-духовной концепции. Анализируются основные вопросы и представления об этой патологии в рамках каждого из обозначенных направлений. Излагаются возможности программы «12 шагов» как один из эффективных методов реабилитации данной патологии. Описываются методы подхода к изучению личностных особенностей аддиктов, являющихся участниками программы «12 шагов».

**Ключевые слова:** алкоголизм, наркомания, био-психо-социо-духовный подход, реабилитационная программа «12 шагов», методология оценки личности.

Человечество очень ценит свободу. Почему же при этом свободных людей так мало? Более того, с каждым днем становится все больше и больше желающих попасть в какую-нибудь зависимость. От чего же конкретно можно быть зависимым? От кофе, еды, шоколада, азартных игр, сигарет, алкоголя и наркотика, телевизора, походов по магазинам, секса, своих эмоций, чужого мнения, другого человека. Список можно продолжить. Каждый человек обычно знает или догадывается, от чего он зависим. Но самое парадоксальное заключается в том, что далеко не каждый стремится избавиться от этого, не говоря уже о том, что не желает этого признавать. Проявления психологической зависимости во многом определяют весь жизненный путь человека и могут служить невидимым двигателем поступков и выбора.

Химическая зависимость — это болезнь, возникающая у тех, кто систематически и регулярно употребляет в любой форме различные химические вещества (растительного или синтетического происхождения), вызывающие изменения в сознании. К ним относятся не только известные наркотики, такие как кокаин, героин, гашиш, но и различные клеи, растворители и, конечно же, алкоголь. В современном обществе распространенность химических аддикций имеет устойчивую тенденцию к росту, охватывая все более молодые слои населения. Это определяет актуальность исследований, направленных на понимание сущности этой патологии и разработку подходов реабилитации лиц, страдающих этой патологией влечений.

Наркомания включена в медицинские справочники и каталоги наряду с любыми другими заболеваниями, считается прогрессирующей и смер-

тельной болезнью и по степени тяжести приравнивается к онкологическим заболеваниям. Но в обыденном сознании все еще присутствует стереотип, что наркоман — это либо преступник, либо человек, не имеющий силы воли, либо просто испорченный человек.

Врач-рефлексотерапевт Ю. А. Захаров в своей книге «Наркотики: от отчаяния к надежде» утверждает, что в характере тех или иных личностей можно усмотреть черты, ставящие конкретного человека в группу риска. Откуда берутся такие черты? Ведь ясно, что никто из родителей сознательно не станет развивать их в детях. Однако **чрезмерная заботливость** матери о ребенке, особенно о единственном, предоставление ему безграничной свободы, освобождение его от всяких обязанностей и безоговорочное выполнение всех его прихотей является одним из основных источников формирования таких черт личности, которые впоследствии могут стать причиной возникновения наркотического пристрастия у подростков. К такому же результату может привести **слишком суровое отношение** к ребенку, нетерпимость, эмоциональная холодность родителей. В первом случае у ребенка не вырабатывается стремление преодолевать трудности, которые встречаются в повседневной жизни. У подростка формируется недостаточно зрелая, инертная, уступчивая психика. Сложившееся в раннем детстве представление о собственном всемогуществе, закрепляется и переносится на более поздний возраст, что в столкновении с жизненными обстоятельствами порождает постоянные фрустрации.

Подросток начинает избегать сложных ситуаций, опасаясь поражений и невыносимой правды разоблачения, понимая, что он — не такая уж исключительная личность, какой считают его родители. Поскольку в жизни невозможно постоянно уклоняться от трудностей, молодой человек старается убежать в беспроблемный, как ему кажется, а вместе с тем неизведанный мир наркотического дурмана.

Во **втором случае** ребенок жаждет любви, ласки, которых не получает от суровых, отталкивающих родителей. На определенном этапе он восстает против их требований, возлагаемых на него обязанностей, против них самих и всего мира взрослых. С одной стороны подросток ощущает дефицит материнской любви, с другой — злость. Он агрессивен по отношению к родителям из-за их эмоциональной черствости. Наркотик же, искажая действительность, создает иллюзию любви.

Особенно восприимчива к развитию пагубного пристрастия **психика подростка** примерно на 12–15 году жизни. В этом переломном возрасте, независимо от предыдущего поведения родителей, молодой человек стремится ослабить связи с ними и замыкается в себе, время от времени проявляя агрессивность, становится резким в отношении со взрослыми, противится их воле. Этому возрасту свойственна мечтательность, а также склонность к легкому восприятию крайних мнений, к незрелым эмоциональным поступкам.

Все эти проявления, естественные для психического развития подростка (согласно периодизации психического развития Эрика Эриксона, Жана Пиаже) и представляют для него серьезный фактор напряженности. Особенности психики в подростковом возрасте представляют благодатную поч-

ву для развития наркомании, если молодой человек откроет для себя, что наркотик смягчает все неприятные ощущения.

Склонность к наркотическому одурманиванию может быть также результатом различных психических травм, вызванных домашней обстановкой, неудачами в обучении или, например, физическими недостатками, порождающими комплекс неполноценности.

Многие специалисты, такие как А. Е. Айвазова — член Европейской Ассоциации транзактного анализа, преподаватель Санкт-Петербургского института практического консультирования, действительный член Российского отделения Профессиональной Психотерапевтической Лиги, автор книги «Психологические аспекты зависимости», Богдан Воронович — психиатр, сексолог, специалист в области психотерапии зависимостей, автор книги «Алкоголизм — это болезнь» считают наркоманию заболеванием, относящимся к группе так называемых аддиктивных заболеваний, имеющих био-психо-социо-духовную природу.

**Физическая зависимость (био)** — это физиологическая потребность организма в очередной дозе наркотического вещества. Так как наркотик вмешивается в процесс обмена веществ, то прекращение поступления психоактивного вещества в организм, человек переживает тяжелейшее состояние — абстиненцию (ломку). Потребность в наркотике и «ломка» в его отсутствии никак не зависят от воли человека, от черт его характера или свойств его личности, это физиологическая реакция. Организм человека, представляет собой сложную систему, работающую как единое целое. Взаимосвязь и взаимодействие всех уровней и элементов этой сложнейшей системы осуществляется с помощью нервной эндокринной систем. Именно нервная система и ее высший отдел — головной мозг — управляют всеми проявлениями человеческой личности.

Одна из хорошо изученных систем организма осуществляет функцию защиты от внешних наркотиков и алкоголя. Эту систему условно можно назвать собственной наркотической системой организма. Вырабатывая собственные наркотики — эндорфины, она предохраняет индивида от многих вредоносных факторов, в частности, стрессовых ситуаций, которые поджидают современного человека на каждого шагу, схожи с основным наркотическим веществом — морфином. Они, проявляют мощный обезболивающий эффект, во время травм или болезней собственные наркотики защищают организм и, особенно, нервную систему от чрезмерной боли, которая может принести вред. Если эндорфины вырабатываются в достаточном количестве, у человека поддерживается хорошее настроение, высокая работоспособность, полноценный сон. Такой человек не нуждается в искусственных стимуляторах и наркотиках. «Система удовлетворения» — составная часть собственной наркотической системы.

Определенный уровень эндорфинов необходим для нормальной работы нервной системы, а значит и для нормального эмоционального самочувствия человека. При их нехватке настроение и активность человека снижены, человек чувствует себя некомфортно, беспокойно. Дефицит эндорфинов может возникать в силу разных причин. Так, синтез эндорфинов

может нарушаться при различных заболеваниях. У человека с химической зависимостью уровень эндорфинов, согласно современным научным данным, от рождения низкий. Зачастую такой человек впервые ощущает себя в «норме», лишь попробовав алкоголь или наркотик, потому что любое из наркотических веществ прямо или косвенно нормализует уровень эндорфинов. Если духовный или душевный строй такого человека принимает этот способ нормализации жизни, то очень скоро формируется патология: наркомания или алкоголизм.

Для людей с химической зависимостью свойственны и другие особенности обмена веществ: печень по-другому перерабатывает вещества — расщепление и вывод их из организма несколько иной.

Так как при употреблении психоактивных веществ (ПАВ) происходит резкий выброс эндорфинов (эйфория), мозг начинает приспособливаться к этому за счет усиленного синтеза рецепторов эндорфинов. Более того, со временем, все органы привыкают функционировать только при наличии психоактивного вещества.

Так как мозг получает огромное количество морфинов извне (героин) или привыкает к постоянной сильнейшей стимуляции (винт, кокаин, алкоголь), то со временем биологические системы прекращают выработку собственных эндорфинов. Как только вещество прекращает поступать, в организме происходит сбой многих регуляторных систем. Органы не могут нормально функционировать на физиологическом уровне, «опустевшие» рецепторы требуют новой дозы. Так как своих эндорфинов не вырабатывается, то человек попадает в тяжелейшее состояние, основными симптомами которого являются боль, депрессия, потеря сил, ощущение пустоты, бессмысленности существования и так далее.

Если полностью прекратить прием химических веществ, то через какое-то время выработка собственных эндорфинов наладится, однако это требует значительных душевных усилий, терпения и помощи со стороны.

**Психологический аспект (психо).** Современная медицина научилась снимать абстиненцию. Беда, однако, в том, что нередко и самими наркоманами, и их родственниками, а иногда — даже и «специалистами» такое временное облегчение принимается за лечение. За это лечение платят деньги, на него возлагают огромные надежды — но, увы, все это оказывается тщетным. Благополучно пережив «ломку», наркоман очень скоро снова возвращается к прежнему. Как правило, это происходит потому, что кроме физической, у него сформировалась и психическая зависимость от наркотиков, то есть, уже психологическая, душевная потребность в возвращении к состоянию наркотического опьянения. И это тоже проявление болезни. Но это проявление — совсем не то же самое, что дурная привычка. И это очень важно иметь в виду. В отличие от дурной привычки психическую зависимость наркомании невозможно преодолеть волевым усилием (так же, как и проявление физической зависимости). Зависимость отличается от привычки тем, что зависимый человек уже не может без наркотика испытывать положительные эмоции, не может справляться с болезненными ситуациями, да и просто общаться «на трезвую голову».

И если в начале своего наркотического опыта человек жил, чтобы употребить, то очень скоро он начинает употреблять, чтобы жить. Психическую зависимость преодолеть гораздо труднее, чем справиться с физической ломкой. Как и любая болезнь, наркомания имеет свои предпосылки и проявления.

Некоторые психологические предпосылки к заболеванию наркоманией:

- низкая или, наоборот, завышенная самооценка;
- сложности в общении;
- психологические комплексы;
- неумение справляться со своими чувствами;
- высокий уровень внутреннего напряжения, длительный стресс;
- склонность к рискованным ситуациям;
- тоннельное видение — все мысли прямо или косвенно сконцентрированы на употреблении;
- «скачущее» эмоциональное состояние — от бесчувствия к крайне интенсивным чувствам;
- душевные страдания при отсутствии наркотика;
- ложь — даже там, где проще сказать правду...

Даже после снятия ломки проблемы и нарушения на уровне психики остаются, и игнорирование этой сферы неизменно приводит к рецидиву.

**Социальные аспекты химической зависимости (социо).** Человек — существо социальное. Все мы неотрывно связаны с социумом. И на социальном уровне есть предпосылки и проявления наркомании. Некоторые из них:

- употребление химических веществ (алкоголь) — традиционно и легально во многих культурах;
- употребление — социальная норма;
- неполная семья, нездоровая атмосфера в семье (даже в полной);
- зависимость в семье;
- мода;
- реклама — не только прямая реклама алкогольных напитков, но и косвенная, например реклама обезболивающих — таблетка от боли;
- отсутствие четких жизненных ориентиров, разорванные связи между поколениями;
- рядом нет позитивного взрослого — примера здоровой модели поведения.

**Духовные аспекты.** Человек — духовное существо и имеет определенные духовные потребности. Зависимый человек не чувствует жизни в настоящем, ощущает бессмысленность жизни. Не имеет своего места в мире, постоянно переживает потерянность. Им овладевает духовная пустота, скука. Духовные последствия наркомании — саморазрушение, мысли или попытки суицида, потеря интереса к жизни, потеря нравственных ценностей, преступления, деградация личности, самоуничижение.

Все это также необходимо восстанавливать. А это очень долгий и трудный процесс, пройти который, имея выраженную психопатологию, но не имея помощи — практически невозможно.

Современной науке хорошо известно, что наркомания — заболевание хроническое, прогрессирующее и — неизлечимое. Хроническое — так как всегда остается возможность рецидива, более того это — наиболее рецидивирующее заболевание. Прогрессирующая — разрушения будут только возрастать. Кроме того, начиная употребление вновь, невозможно вернуться в первую стадию контролируемого потребления.

Итак, зависимость от химических веществ — огромная проблема, захватывающая все стороны жизни человека, проявляющаяся в четырех главных аспектах его жизни: биологическом, психологическом, социальном и духовном. Она захватывает человека целиком, подчиняя его ужасному стремлению к самоуничтожению. Но эту болезнь можно остановить — и тогда выздоровление оказывается возможным. В настоящее время существует множество методов лечения наркомании и алкоголизма. Весьма популярны такие методы как «кодирование», «вшивание». Стереотип, сложившийся насчет лечения алкоголизма без ведома больного, выглядит зачастую, как волшебное, мифологизированное «прочистить и закодировать». Таким образом, личность человека, который страдает этой болезнью, как бы заранее исключается из процесса лечения.

Учитывая опыт наркологии и современные подходы к этой болезни, зависимость целесообразно рассматривать не только как болезнь «тела», несомненно, имеющую в основе своей нарушение работы всех функциональных систем организма, но и как «болезнь души», это болезнь «замороженных» чувств, вылечить которую можно, только учитывая особенности личности человека, сознательно обратившегося за помощью, и при его активном участии.

В настоящее время в Украине широкое распространение приобрела программа «12 шагов», реализуемая в Одессе на базе благотворительной организации «Реабилитационный Центр “Ступени”». Идеология программы основывается на том, что выздоровление — это прежде всего работа, и результат достигается только тогда, когда человек может честно ответить себе на следующие вопросы: «Где я нахожусь в настоящий период своей жизни?» «Какой цели в жизни я хочу достичь?» «Что я должен сделать, чтобы достичь желаемых целей?» Получить ответы на эти вопросы помогает работа по программе «12 шагов», принципиальной особенностью которой является то, что она реализуется сообществом анонимных алкоголиков и наркоманов при участии профессионалов — психиатров, психотерапевтов, психологов, социальных работников и т. д.

История Центра в Одессе началась 22 года назад, когда его первый руководитель — врач-психиатр, канд. мед. наук Сергей Дворяк — в 1989 г. принял участие в Летней школе алкогольных исследований Университета Ратгерс, Нью-Джерси, США, где познакомился с терапевтической программой «12 шагов», с американскими реабилитационными центрами для больных химической зависимостью и решил создать подобный центр в Украине. «Ступени» сохраняют тесные профессиональные отношения с реабилитационными центрами разных стран. В настоящее время руководит центром канд. психол. наук, психолог и психоаналитик А. Ю. Ахмеров.

Миссия организации — развитие и распространение эффективных, научно-обоснованных нерепрессивных подходов и технологий в сфере профилактики, лечения, реабилитации, поддержки и снижения вреда от химической зависимости (зависимость от алкоголя и наркотиков) и связанных с ней проблем общественного здоровья (ВИЧ/СПИД, ЗППП и др.).

Реабилитационный Центр «Ступени» включает в себя: амбулаторную программу, стационарную программу и программу дневного стационара; на постоянной основе оказывается психологическая помощь семьям больных химической зависимостью, проводится семейная терапия и семейное просвещение, т. к. наркотики приносят ощутимый вред не только тем, кто их употребляет, но и близким; ведется подготовка и обучение профессиональных консультантов из числа бывших пациентов; разрабатываются методические материалы по реабилитации химической зависимости; ведется социально-общественная и научная работа.

Самым хорошим результатом психотерапии является тот факт, что пациент, прошедший курс в психотерапевтическом центре, уверен, что он сам смог решить свою проблему, а специалисты «лишь немного» ему помогли. Признание своего бессилия перед этой проблемой — первый шаг к выздоровлению, тогда выздоровление становится большим личным достижением.

В центре ведутся следующие типы психотерапевтических занятий: индивидуальное, групповое, семейное консультирование, арт-терапия, психотерапия; участие в группах самопомощи типа АА и/или НА, а также образовательная программа. В РЦ «Ступени» мною проводится программа арт-терапии. Арт-терапия — естественный и бережный метод исцеления и развития души через художественное творчество, активно развивающийся как комплекс психотерапевтических методик. Таких, как музыкотерапия, танце-двигательная терапия, драматерапия, сказкотерапия, игротерапия, куклотерапия и др. Это работа с памятью, тревогами, направленная на формирование самооценки, профилактику срыва и многое другое. Теоретические и практические основы работы изложены в следующих источниках: «Новейшая арт-терапия» В. Богданович, «Арт-терапия наркомагии» А. С. Копытин, О. В. Богачев, «Психотерапия зависимостей. Метод сказкотерапии» Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, в других источниках.

В настоящее время накапливается материал исследования, посвященного взаимодействию личностных особенностей и стрессовой травматизации в формировании химической зависимости. При этом применяются следующие тесты:

1. Методика «Дом — Дерево — Человек» Дж. Бука, широко известная проективная методика исследования личности. По мнению Дж. Бука, каждый рисунок — это своеобразный автопортрет, детали которого имеют личностное значение. По рисунку можно судить об аффективной сфере личности, ее потребностях, уровне развития и т. д. Нами используются рекомендации по структурированной оценке теста.

2. Тест «События жизни» разработан в Шведском национальном центре исследования психологического здоровья и предназначен для изучения

частоты и субъективной силы воздействия различных стрессовых событий. Поскольку оценка неприятности событий носит индивидуальный характер, методика позволяет выявить и изучить индивидуальные различия в восприятии событий, идентифицировать области потенциального дискомфорта и стресса.

3. NEO-PI-R. Личностный опросник NEO-PI-R разработан американскими психологами Р. Costa и R. McCrae. Авторами русскоязычной версии являются В. Е. Орёл, [А. А. Рукавишников], И. Г. Сенин (Ярославский госуниверситет, Россия) и Т. А. Мартин (Саскаханна университет, США). Опросник позволяет достаточно широко продиагностировать личность взрослого человека и представляет собой хороший инструмент для измерения личностных характеристик психически здорового человека, измеряет пять основных показателей личности — нейротизм, экстраверсию, открытость опыту, дружелюбие и чувство долга.

В работе планируется сравнительный анализ основной (из числа пациентов центра «Ступени») и контрольной групп социально адаптированных, психологически здоровых лиц, не имеющих алкогольной проблемы и контактирующих с наркотическими веществами. Знание психологических особенностей этих групп помогут в работе с зависимыми людьми, позволит предложить рекомендации по оптимизации психологического консультирования этого контингента. Мы планируем провести корреляцию между личностными показателями, уровнем накопленного жизненного стресса и формализованными показателями проективного теста, что на наш взгляд позволит увязать проявления подсознательного с психометрическими и психосоциальными факторами.

Медицина пока не владеет эффективными способами устранения или коррекции биологических факторов, вызывающих зависимость. А это значит, что на сегодняшний день эти заболевания неизлечимы, так как вылечить зависимость — означает сделать человека способным употреблять ПАВ, не попадая от них в зависимость, т. е. вернуть способность к контролируемому потреблению. Поскольку это невозможно, чтобы оставаться трезвым нужно просто соблюдать рекомендации программы «12 шагов», ключевым из которых является химическая интактность, т. е. отказ от приема психоактивных веществ. Перестают употреблять все, но только некоторым это удается при жизни.

### Список литературы

1. Айвазова А. Е. Психологические аспекты зависимости / А. Е. Айвазова. — СПб. : Издательство «Речь», 2003.
2. Захаров Ю. А. Наркотики: от отчаяния к надежде / Ю. А. Захаров. — Москва : Школьная пресса, 1999. — 192 с.
3. Немов Р. С. Психология / Р. С. Немов : В 3 книгах. — Кн. 1: Общие основы психологии. — 4-е изд. — М., 2003. — 688 с.
4. Проценко Е. Н. Наркотики и наркомания. Надежда в беде / Е. Н. Проценко. — Москва : изд-во Триада, 2007.
5. Айзенбах-Штангль И. Движение Анонимные Алкоголики. Политика в отношении алкоголя и наркотиков: материалы ВОЗ и ООН, 2006.



6. Пакин Ю. В. Диагностика и лечение наркомании: основы в популярном изложении / Ю. В. Пакин. — Киев, 2002.
7. Анонимные алкоголики. Нью-Йорк : Alcoholics anonymous world services, inc. 1989, — С. 22–181.
8. Барцалкина В. В. Программа духовного развития «12 шагов» в практике лечения алкоголизма / В. В. Барцалкина // Мир психологии и психология в мире. — 1994. — № 7. — С. 14–17.
9. Барцалкина В. В. Ад благих намерений // Путь к себе. — 1993. — № 8/9. — С. 16–21.
10. <http://www.narcohelp.com>.

### **А. О. Аталієва**

здобувач кафедри клінічної психології  
Одеського національного університету імені І. І. Мечникова  
викладач Державного навчального закладу  
«Одеський навчальний центр № 14»  
при Одеській виправній колонії № 14

### **БІО-ПСИХО-СОЦІО-ДУХОВНИЙ ПІДХІД ДО ПРОБЛЕМИ НАРКОМАНІЇ І АЛКОГОЛІЗМУ ТА ЙОГО ЗНАЧЕННЯ ДЛЯ ПРОГРАМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ «12 КРОКІВ»**

#### **Резюме**

Стаття присвячена аналізу проблеми хімічної залежності з позиції біо-психо-соціо-духовного спрямування. Аналізуються основні питання і уявлення про цю патологію в рамках кожного з позначених напрямів. Викладаються можливості програми «12 кроків» як один з ефективних методів реабілітації даної патології. Описуються методи підходу до вивчення особистісних особливостей аддиктів, які є учасниками програми «12 кроків».

**Ключові слова:** алкоголізм, наркоманія, біо-психо-соціо-духовний підхід, реабілітаційна програма «12 кроків», методологія оцінки особистості.

### **A. Atalieva**

Competitor of the Department of Clinical Psychology II Mechnikov Odessa  
National University

### **BIO-PSYCHO-SOCIO-SPIRITUAL APPROACH TO ALCOHOLISM AND DRUG ADDICTION AND IT SIMPLICATIONS FOR REHABILITATION PROGRAM «12 STEPS»**

#### **Summary**

This article analyzes the problem of chemical dependency from the point of view of the bio-psycho-socio-spiritual direction. Key issues and concepts of this disease in each of the designated areas are analyzed. Main features of the program «12 steps» as one of the most effective methods of rehabilitation of this pathology are described. The methodological background of the study of personality characteristics of addicts who are participants in the program «12 steps» are presented.

**Key words:** alcoholism, drug addiction, a bio-psycho-socio-spiritual approach to rehabilitation program «12 steps», a methodology to assess personality.