

УДК 159.9.072.42

ЗНАЧЕНИЕ КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЙ В ФОРМИРОВАНИИ ТРЕЗВЕННИЧЕСКОЙ УСТАНОВКИ

А. И. Авин

*Белорусский государственный университет пр-т Независимости 4,
220004, Минск, Республика Беларусь, avin-a@mail.ru*

Формирование и укрепление мотивации к отказу от психоактивных веществ (ПАВ) является важнейшей задачей наркологии. Однако в профессиональном сообществе нет единой точки зрения даже на саму возможность формирования у страдающего от химической зависимости стойкой трезвеннической установки. В статье возможность формирования мотивации к отказу от ПАВ рассматривается в связи с кризисными ситуациями. Успех мотивирующего воздействия зависит от готовности и правильных действий родственников с учетом особенностей личности, страдающей от химической зависимости.

Ключевые слова: химическая зависимость; кризисные ситуации; трезвенническая установка.

THE IMPORTANCE OF CRISIS SITUATION IN THE FORMATION OF AN ABSTAINING ATTITUDE

A. I. Avin

*Belarusian State University, 4, Nezavisimosti Av., 220004, Minsk, Republic of Belarus,
avin-a@mail.ru.*

Forming and strengthening motivation to quit psychoactive substances is the most important task of narcology. However, in the professional community there is no single point of view even on the very possibility of forming a persistent abstaining attitude in a person suffering from chemical dependence. In the article, the possibility of developing motivation to quit substances is considered in connection with crisis situations. The success of the motivating influence depends on the willingness and correct actions of relatives, taking into account the characteristics of the individual suffering from chemical dependence.

Key words: chemical dependence; crisis situations; abstaining attitude.

Формирование и укрепление мотивации к отказу от психоактивных веществ (ПАВ) является важнейшей задачей наркологии. Однако в профессиональном сообществе нет единой точки зрения даже на саму возможность формирования у страдающего от химической зависимости стойкой трезвеннической установки. Скептики нередко признают таких больных некурабельными (неизлечимыми) и допускают возможным

лишь патерналистский подход, культивируют принудительные методы медицинского и административного воздействия [1]. Но отрицать саму возможность формирования мотивации – это признать свое бессилие. К тому же нельзя не заметить тот факт, что по разным данным от 10 до 40% страдающих алкоголизмом сами без всякой профессиональной помощи становятся трезвенниками [2]. Полному отказу (спонтанной ремиссии на языке наркологов) от употребления ПАВ способствуют два обстоятельства: наличие кризисной ситуации и личности, способной ее адекватно переработать и сделать из произошедшего конструктивные выводы.

Кризисная ситуация (кризис) трактуется как состояние, порождаемое вставшей перед человеком проблемой, от которой он не может уйти и которую не может разрешить в быстрое время и привычным способом [3, с.4]. Различают два типа кризисных ситуаций. В одних случаях кризис может быть серьезным потрясением, сохраняющим определенный шанс выхода на прежний уровень жизни. В других кризис перечеркивает имеющиеся жизненные замыслы, оставляя в виде единственного выхода из положения изменение самой личности и смысла ее жизни. Именно последний вариант обычно приводит к временному частичному прозрению наркологического больного, готовности его измениться, самостоятельно или в рамках мероприятий медико-психологической реабилитации. Метафорически такую ситуацию можно представить как утопающего, который долго барахтается, но захлебнувшись камнем идет на дно, затем достигнув его и судорожно оттолкнувшись он на мгновение вновь показывается над водой; и тут еще есть шанс вытащить его на сушу.

Кризисные ситуации для наркологического больного – это серьезные проблемы со здоровьем, утрата близкого человека или реальная угроза распада семьи (если он таковой дорожит), потеря любимой работы.

Возникает вопрос: какие личностные ресурсы в кризисной ситуации помогают больному, а какие мешают в достижении тех изменений, которые позволят ему стать трезвенником? В каком направлении необходимо прилагать усилия психотерапевта и социального работника, чтобы добиться успеха?

Вслед за А.А.Осиповой [3, с.14] можно утверждать, что формирование тех или иных ситуационных реакций в ответ на кризис зависит, во-первых, от степени интеллектуального контроля и связанных с ним коммуникативных навыков личности, а во-вторых, от активности или пассивности человека. Энергичность и направленность ответа у зависимых от ПАВ связаны в первую очередь с такими важнейшими параметрами личности, как эгоцентризм и инфантилизм [4, с.168]. Таким образом,

можно утверждать, что три важнейших фактора определяют силу и качество ответа в условиях кризиса: интеллектуальный контроль, эгоцентризм и инфантильность.

Рассматривая типологию лиц, зависимых от ПАВ, целесообразно ориентироваться на пять основных типов личности [5, с.464] и присущих им особенностей активности и интеллектуального контроля.

Первый тип – синтонная личность, для которой характерна развитая эмоциональность и сниженный эмоциональный контроль. Это характер с циклоидными перепадами настроения и широким спектром зрелых психологических защит, с которыми нужно работать в первую очередь. Акцент в мотивирующей психотерапии следует делать на негаснущие теплые чувства человека по отношению к родным и близким. В рамках когнитивной, раскрывающей терапии показывают, какое горе зависимость приносит семье. Пойти навстречу близким может явиться решающим мотивом трезвенничества.

Второй тип – простодушная личность. Здесь речь идет об органической характерологической акцентуации, вызванной, скорее всего, незначительным токсическим повреждением мозга в утробе матери или в первые месяцы жизни, например, при грудном кормлении пьющей и курящей матерью. Интеллект чаще всего на уровне пограничной или низкой нормы. Человек неспособен получать удовольствие от духовных занятий, хотя ему обычно присуща практическая смекалка. Важно занять такого человека на досуге делами, будить спящие интересы, подталкивать к общению с живой природой (охота, рыбалка и т.п.), к которой он интуитивно тянется.

Третий тип – астеник. Человек с чувством неполноценности, ранимым самолюбием. Акцент в психотерапии делается на человеческое сочувствие и помощь в утверждении в жизни. Необходимо научить, как справиться с тревожностью, жить интереснее и как переносить огорчения без ПАВ.

Четвертый тип – эпилептоидный. Личность несет в себе авторитарные и возбудимые черты. Эгоцентризм, энергичность и конфликтность не позволяют больному принять чужую логику. Сформировать мотивацию к отказу от ПАВ очень сложно; такие больные как правило являются кандидатами на принудительное лечение. Результат может быть лучше, если помочь пациенту направить свою авторитарность в нужное русло, стать ярким поборником трезвенничества.

Пятый тип - ювенильный, где зависимость развивается на почве инфантильного склада личности. Такой человек подвержен чужому влиянию, легкомысленно относится к советам и рекомендациям. Однако прислушивается к мнению авторитетных старших. Наличие таких людей в

окружении может помочь подтолкнуть инфантильную личность к изменениям.

Родственники должны быть всегда готовы к решительным действиям в кризисной ситуации. Необходимо заранее собрать информацию о возможных вариантах лечения, чтобы при случае оперативно записаться на прием к психологу или врачу.

В начальной стадии кризиса важно полностью прекратить привычные акции спасения, заставить самого зависимого расхлебывать создавшиеся проблемы. В итоге у него скорее может появиться мотивация к трезвости.

Необходимо подобрать подходящее время для решающей беседы, когда виновник кризиса трезв и испытывает раскаяние по поводу содеянного. Необходимо действовать жестко и последовательно, не с целью наказания, а для защиты себя и семьи от разрушительных последствий зависимости. Заявить о санкциях, но только тех, которые реально можно осуществить.

Эффективность мотивирующей беседы в ситуации кризиса зависит от поддержки родственников и друзей. Противостоять зависимому должна группа людей. Особенно важно, если в составе этой группы находится человек, который сам пережил сходные проблемы и находится на пути выздоровления.

Для обеспечения готовности рационально действовать в кризисных ситуациях проводят лекции, индивидуальные и групповые занятия, группы взаимопомощи для родственников зависимых людей.

Библиографические ссылки

1. *Менделевич В. Д.* Современная российская наркология: парадоксальность принципов и непротиворечность процедур // *Наркология*, 2005. №1. С. 56 - 64.

2. *Скворцов Н. Л.* Понятие ПАВ. Алкоголизм: курс лекций [Электронный ресурс] // Портал Кафедры психиатрии и наркологии Санкт-Петербургского государственного медицинского университета. URL: <https://www.s-psy.ru/obucenie/kurs-psihiatrii/5-kurs-lecebnyj-fakultet/elektronnyj-ucebnyk-po-psihiatrii/ponatie-pav-alkogolizm-n-l-skvorcov> (дата обращения: 08.11.2023).

3. *Осипова А. А.* Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. Ростов н/Д: Феникс, 2005.

4. *Менделевич В. Д.* Руководство по аддиктологии. М. : Изд-во Речь, 2007.

5. *Бурно М. Е.* Клиническая психотерапия. Изд. 2-е, доп. и перераб. М. : Академический Проект. 2006.