

## КОРРЕКЦИЯ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ЛИЦ, ЗАВИСИМЫХ ОТ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

Н. С. Радченко, Е. М. Жогаль

*Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка  
Институт психологии, ул. Ф. Скорины, 13, 220076, г. Минск, Nadiafil015@gmail.com*

Статья посвящена проблеме изучения аддиктивного поведения лиц, зависимых от психоактивных веществ (ПАВ) и изменениям в ценностно-смысловой сфере. Представлены теоретические основания, результаты эмпирического исследования ценностно-смысловой сферы людей, зависимых от психоактивных веществ, и программа мероприятий для коррекции ценностно-смысловой сферы лиц, зависимых от ПАВ.

**Ключевые слова:** аддикция; ценностно-смысловая сфера; зависимость; люди, зависимые от ПАВ, коррекция ценностно-смысловой сферы.

## CORRECTION OF THE VALUE-MEANING SPHERE OF PERSONS DEPENDENT ON PSYCHOACTIVE SUBSTANCES

N. S. Radchenko, E. M. Zhohal

*Maxim Tank Belarusian State Pedagogical University Institute of Psychology,  
F. Skorinast., 13, 220076, Minsk, Nadiafil015@gmail.com*

The article deals with the problem of studying the addictive behaviour of persons dependent on psychoactive substances and changes in the value-meaning sphere. Theoretical foundations, the results of empirical research of the value-meaning sphere of people dependent on psychoactive substances, and a program of measures for correcting the value-meaning sphere of persons dependent on surfactants are presented.

**Keywords:** additive; value and meaning sphere; dependence; people dependent on psychoactive substances, value-meaning sphere correction

Аддиктивное поведение – форма деструктивного поведения, которая находит выражение в стремлении уйти от реальности путем изменения своего психического состояния при помощи приема химических веществ или чрезмерной фиксации внимания на определенных предметах или видах деятельности, и сопровождается развитием интенсивных эмоций. Аддиктивная личность в своих попытках ищет свой универсальный, но односторонний способ выживания – уход от проблем. Природные адаптационные возможности аддикта нарушены на психофизиологическом уровне. Первым проявлением этих нарушений является ощущение

психологического дискомфорта. Таким образом, создается иллюзия решения проблемы. Подобный способ борьбы с реальностью закрепляется в поведении человека и становится устойчивой стратегией взаимодействия с действительностью. [1].

Различные формы аддиктивного поведения имеют схожесть в психологических механизмах формирования. В этой связи выделяют общие признаки аддиктивного поведения: 1) зависимое поведение личности проявляется в ее стремлении изменить психофизическое состояние; 2) аддиктивное поведение является непрерывным процессом формирования и развития аддикции (зависимости); 3) цикличность зависимого поведения.

В фазу одного цикла входит: 1) наличие внутренней готовности к аддиктивному поведению; 2) усиление желания и напряжения; 3) ожидания и активный поиск объекта аддикции; 4) получение объекта и достижения специфических переживаний; 5) расслабление; 6) фаза ремиссии (относительного покоя).

Затем цикл повторяется с индивидуальной выраженностью и частотой.

Известно более 50 видов аддикций, которые можно разделить на две принципиально разные группы:

1. химическая зависимость, при которой человек испытывает тягу к определённому веществу (к наркотикам, алкоголю или медикаментам);

2. нехимическая зависимость, при которой человек ощущает сильное желание повторять определенные действия или находиться в определенных отношениях (игромания, адренолиномания, любовная зависимость, пищевая зависимость, поведенческие расстройства, религиозный фанатизм, трудоголизм,).

Уход от реальности всегда сопровождается сильными эмоциональными переживаниями. Химические вещества помогают зависимым достичь желаемого внутреннего комфорта путем замещения «подлинного» контакта, который требует от личности определенных усилий, на «ложный». Личность, которая наполнена внутренними конфликтами, способна находить пассивные способы их решения, компенсируя внутреннюю опустошенность искусственными средствами.

Б. С. Братусь, исследуя влечение к алкоголю, создал концепцию иллюзорно-компенсаторной деятельности при алкоголизме. По его убеждению, здоровый человек удовлетворяет свои потребности в процессе деятельности. Зависимый достигает желаемого состояния в процессе иллюзорно-компенсаторной деятельности, ведь в состоянии опьянения он ощущает эмоциональный подъем, состояние, которое не может достичь

другими средствами. Состояние алкогольного опьянения даёт иллюзию удовлетворения потребностей, но одновременно человек теряет возможность строить свою жизнь конструктивно [2].

Б. С. Братусь, Д. А. Леонтьев и др. утверждают, что аддиктивное поведение возникает в случае деформаций мотивационной и ценностно-смысловой сфер и может определять смысл жизни личности в целом [2].

На фоне употребления наркотиков, люди начинают ценить состояние наркотического опьянения и стремиться к его достижению. Это ведет к изменению их поведения, направленного на удовлетворение этой потребности. Вместе с этим происходит сокращение значимых ценностей и увеличение количества ценностей, которые они считают недоступными или трудно достижимыми в реальной жизни. Можно предположить, что эти две тенденции связаны между собой. Использование наркотиков изначально служит цели снятия фрустрации от неудовлетворенных потребностей. В состоянии наркотического опьянения человек ощущает себя способным на все. Поэтому, чем больше значимых ценностей становятся недоступными, тем больше влияния наркотик оказывает на человека.

При этом на стадии зависимости состояние наркотического опьянения становится не просто ведущей ценностью в иерархии, оно начинает определять смысловую нагруженность других ценностных образований. В семантическом пространстве наркозависимых ценности здоровья, счастья, благополучия, успеха оказываются неразрывно связанными с состоянием наркотического опьянения. Это объясняется тем, что в состоянии наркотического опьянения одновременно оказываются представлены и реализуемы ведущие ценности личности, что снимает остроту конфликта ценностей и дает ощущение избыточных возможностей. В периоды трезвости при этом конфликт ценностей обостряется и переживается крайне тяжело. Состояние наркотического опьянения оказывается не только значимым, но и легко достижимым, что определяет его ведущее место в иерархии ценностей. При этом система ценностей личности становится менее дифференцированной, более однородной, примитивной.

Таким образом, аддиктивное поведение влечет изменение ценностей и приоритетов человека и утрату контроля над своими действиями. Химические вещества и изменение сознания становятся главными ценностями и источниками смысла в жизни зависимого человека, а другие ценности либо теряют свою значимость, либо переосмысливаются таким образом, чтобы быть совместимыми с зависимым образом жизни. Состояние наркотического опьянения выполняет важную функцию разрешения конфликтов и противоречий в мотивационной сфере личности.

Полученный теоретический материал был применен в ходе эмпирического исследования и разработки психокоррекционной программы. Исследование ценностно-смысловой сферы осуществлено на выборке: мужчины и женщины, зависимые от ПАВ (40 человек, в возрасте 20-45 лет).

Для исследования ценностно-смысловой сферы лиц, зависимых от ПАВ, была проведена диагностика с помощью методик: «Тест смысло-жизненных ориентаций» (СЖО) Д. А. Леонтьева, «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах» (Е. Б. Фанталовой).

С целью изучения смысло-жизненных ориентаций применялась методика «Тест смысло-жизненных ориентаций» (СЖО) Д. А. Леонтьева. Получены следующие результаты:

По шкале *«Цели в жизни»* низкий уровень установлен у 82,5% (N = 33) испытуемых. Баллы по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни человека целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Низкие баллы по этой шкале будут присущи человеку, живущему сегодняшним или вчерашним днем. Люди, страдающие от зависимости от ПАВ, могут испытывать низкий уровень целеполагания, так как их поведение может быть направлено на удовлетворение их потребностей в наркотиках или алкоголе, а не на достижение более долгосрочных целей. Средний уровень по данной шкале характерен для 17,5% (N = 7) испытуемых. Полученные данные свидетельствуют о том, что у лиц, зависимых от ПАВ, могут иметь место некоторые цели, которые они хотят достигнуть в жизни, но их зависимость может препятствовать им в достижении этих целей. Они могут испытывать конфликт между желанием изменить свою жизнь и необходимостью удовлетворить свои потребности в наркотиках или алкоголе. Высокий уровень цели в жизни не был выявлен ни у одного испытуемого, показатель составил 0% (N=0).

*«Процесс в жизни»* на низком уровне выявлен у 97,5% (N = 39) испытуемых, средний уровень характерен для 2,5% (N=1). Содержание этой шкалы совпадает с известной теорией о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить. Этот показатель говорит о том, воспринимает ли испытуемый сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Низкие баллы по этой шкале – признак неудовлетворенности своей жизнью в настоящем; при этом, однако, ей могут придавать полноценный смысл воспоминания о прошлом или нацеленность в будущее. Люди, страдающие от зависимости, могут терять интерес к жизни и терять смысл своих действий, так как их поведение может быть направлено на удовлетворение их потреб-

ностей в наркотиках или алкоголе. Кроме того, зависимость может вызывать психические и физические проблемы, которые могут существенно повлиять на процесс жизни. Например, зависимость может приводить к депрессии, тревожности, сонливости и проблемам со здоровьем, что может отрицательно сказываться на уровне энергии и мотивации. Высокие баллы по этой шкале не были выявлены и составили 0%, (N=0).

«*Результат жизни*» на низком уровне установлен у 67,5% (N = 27) респондентов. Баллы по этой шкале отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Низкие баллы указывают на неудовлетворенность прожитой частью жизни. Зависимость от ПАВ может существенно повлиять на результат жизни зависимых людей, приводя к негативным последствиям в различных сферах жизни. Например, зависимость может приводить к социальной изоляции, проблемам в личных отношениях, финансовым трудностям, проблемам с работой и учебой, проблемам со здоровьем и душевным здоровьем. Средний уровень выявлен у 27,5% (N = 11) зависимых от ПАВ. Уровень результативности жизни у зависимых от ПАВ может быть средним в некоторых случаях, особенно если они имеют доступ к лечению и поддержке. Также выявлен высокий уровень по 5% (N = 2). Высокие баллы по этой шкале и низкие по остальным будут характеризовать человека, который доживает свою жизнь, у которого все в прошлом, но прошлое способно придать смысл остатку жизни.

По шкале «*Локус контроль-Я*» низкий уровень характерен для 85% (N = 34) испытуемых. Низкие баллы по данной шкале отражают неверие в свои силы контролировать события собственной жизни. Уровень локуса контроля Я у лиц, зависимых от ПАВ, может быть низким, так как зависимость от ПАВ свидетельствует о том, что они не могут контролировать свое поведение и принимать решения, которые были бы наилучшими для их благополучия в долгосрочной перспективе. Средний уровень выявлен у 10% (N = 4) испытуемых. Уровень локуса контроля Я у лиц, зависимых от ПАВ, может быть средним, так как это может зависеть от индивидуальных особенностей и ситуаций. Некоторые зависимые могут осознавать, что их поведение является проблемой и пытаться контролировать его, но в то же время им может быть трудно сохранять этот контроль в долгосрочной перспективе. Также выявлен высокий уровень локуса контроля Я у 5% (N = 2) испытуемых. У лиц, зависимых от ПАВ, может быть высокий уровень локуса контроля Я в отношении других аспектов их жизни, таких как работа, учеба, личные отношения и т.д. Это может быть связано с их личностными характеристиками, жизненным опытом или другими факторами. На низком уровне «*локус контроля жизнь*» выявлен у 75% (N = 30) испытуемых. Низкие баллы по данной

шкале свидетельствуют о фатализме, убежденности в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна и бессмысленно что-либо загадывать на будущее. Средний показатель у 25% (N = 10) испытуемых. Локус контроля жизнь отражает убеждения человека о том, насколько он верит, что он контролирует свою жизнь и способен повлиять на ее направление. У лиц, зависимых от ПАВ, которые имеют средний уровень локуса контроля жизнь, может быть чувство неопределенности и непредсказуемости в своей жизни, что может усугублять их зависимость. Высокий показатель уровня локуса контроля жизнь не выявлен и составил 0% (N=0).

*Интегральный показатель* смысложизненных ориентаций на низком уровне выявлен у 82,5% (N = 33) испытуемых. Установленный уровень указывает на то, что они испытывают сложности с поиском и осознанием смысла в своей жизни. Возможно, что зависимость от ПАВ исключает возможность для зависимых от ПАВ для того, чтобы наслаждаться жизнью, устанавливать и достигать целей и испытывать радость от жизни. Низкий уровень смысложизненных ориентаций может быть связан с чувством беспомощности, отчаяния и беспокойства, которые могут быть вызваны зависимостью от ПАВ. Это может привести к негативным последствиям для здоровья, отношений и карьеры. Средний уровень интегрального показателя смысложизненных ориентаций выявлен у 17,5% (N = 7), что указывает на то, что испытуемые имеют определенный уровень осознания смысла в своей жизни, но, возможно, им требуется дополнительная работа для укрепления и углубления своих смысложизненных ориентаций. Высокий уровень интегрального показателя смысложизненных ориентаций не выявлен и составил 0% (N = 0).

Для выявления особенностей доступности ценностей, наличия внутриличностного конфликта была использована методика «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах» (Е. Б. Фанталова).

Согласно полученным данным установлено, что внутриличностный конфликт в плане доступности ценностей характерен для 75% (N = 30) респондентов. Данный показатель свидетельствует о степени неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией, блокады основных потребностей, внутреннего дискомфорта, внутренней конфликтности, а также – об уровне самореализации, внутренней идентичности, интегрированности.

Внутриличностный конфликт у лиц, зависимых от ПАВ, может быть связан с трудностями в принятии решений и выборе между зависимостью и здоровым образом жизни. Они могут чувствовать внутреннее противоречие между желанием продолжать употреблять ПАВ и понима-

нием того, что это наносит вред их здоровью и жизни. Также могут возникать внутриличностные конфликты между желанием оставаться в зависимом состоянии и желанием изменить свою жизнь, достичь своих целей и установить здоровые отношения.

На основе полученных данных была разработана «Программа коррекции ценностно-смысловой сферы лиц, зависимых от ПАВ». Одной из основных «мишеней» данной программы является процесс формирования и развития «Я» образа, который базируется на основе самосознания, т.е. осознания и оценки человеком самого себя как личности, спектра собственных интересов, ценностей и мотивов поведения. «Я» образ представляет собой центр внутреннего мира человека, «опорной точкой», исходя из которой, человек воспринимает и оценивает окружающий мир и планирует собственное поведение.

Целью программы является осознание образа «Я» каждым участником тренинга, осмысление ценностно-смысловой сферы и ее влияния на вектор поведения и деятельность личности в целом, коррекция ценностно-смысловой сферы личности лиц, зависимых от ПАВ, приобретение участниками тренинга умений и навыков развития собственной структуры ценностей и преодоление отрицательных (вредных в личностном плане) элементов данной структуры.

*Задачи тренинговой программы:*

1. развитие самосознания;
2. повышение коммуникативных навыков и уверенности;
3. формирование адекватной самооценки;
4. актуализация жизненных целей и повышение мотивации к достижению жизненных целей.
5. анализ содержания ценностно-смысловой сферы каждого участника тренинга (средствами диагностических тестовых методик);
6. стимулировать стремление к развитию собственной структуры ценностей;
7. приобретение участниками тренинга знаний, умений и навыков развития ценностно-смысловой сферы и коррекция элементов данной структуры в различных жизненных ситуациях и межличностных отношениях:
  - а) умение саморефлексии, эмпатии;
  - б) повышение уровня толерантности и снижение агрессии;
  - в) умение корректировать собственное отношение к определенной ситуации;

*Ожидаемые результаты:* развитые коммуникативные навыки; адекватная самооценка; актуализированные жизненные цели; повышенная

мотивация к достижению; развитое умение рефлексии; сформированные ценностные ориентации.

Программа включает в себя следующие структурные компоненты:

- создание правил группы; знакомство; диагностика смысло-жизненных ориентаций; формирование доверительной атмосферы в группе.
- эмоциональная разрядка, психологическое просвещение, активизация личностных ресурсов, освоение своего потенциала, развитие навыков саморегуляции;
- осознание ценностей и приоритетов, определение личных смыслов, развитие осознанности;
- формирование представления о семейных ценностях;
- освоение навыков передачи информации без потерь и искажений, навыков конструктивного отстаивания своей позиции в диалоге с другими людьми
- осознание механизмов блокировки, подавляемых неотреагированных эмоций, таких как гнев, раздражение, обида, страх; релаксация;
- формирование знаний о здоровье и здоровом образе жизни; формирование представлений о значимости здоровья для каждого участника и для общества в целом; формирование ценностного отношения к собственному здоровью; развитие ответственного поведения;
- осознание своей индивидуальности; создание условий для поиска своих сильных сторон; развитие умения любить и ценить себя;
- формирование позитивных жизненных целей; повышение мотивации к достижению жизненных целей.

Формирование ценностно-смысловой сферы не происходит путем простого принятия ценностей, которые налагаются на человека извне. Оно происходит благодаря активной деятельности самого человека в процессе общения с окружающим миром. Сознательное формирование «правильных» ценностей оказывается недостаточно эффективным и часто невозможным. Поэтому при разработке программы психокоррекции особое внимание уделялось развитию самостоятельности, ответственности, способности к самоопределению и осознанному выбору.

### **Библиографические ссылки**

1. *Старшенбаум Г. В.* Независимость. Как избавиться от психологической или химической зависимости. М : ООО «Издательство АСТ», 2018.
2. *Братусь Б. С., Сидоров П. И.* Психология, клиника и профилактика раннего алкоголизма. М : Изд-во МГУ, 1984.