

«Семь путей к катастрофе»

(консультация для родителей по профилактике аддиктивного поведения у подростков)

Аддиктивное поведение является одной из форм отклоняющегося поведения.

Аддиктивное поведение. Выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), что сопровождается развитием интенсивных эмоций.

Процесс употребления того или иного вещества, изменяющего психическое состояние, привязанность к предмету или участие в активности, принимает такие размеры, что начинает управлять жизнью человека, делает его беспомощным, лишает воли к противодействию аддикции.

В современной психиатрии эта проблема начала занимать столь значительное место, что стало целесообразным выделить специальный раздел психиатрии аддикции.

Аддиктивное поведение может перерасти в антисоциальное поведение. Основной чертой такого поведения являются совершение действий, противоречащих этике и морали, безответственность, игнорирование законов и прав других людей.

В целом рассматриваются семь типов нарушений поведения, каждый из которых при определенных ситуациях может привести человека к катастрофе, а некоторые из них - быть чрезвычайно опасными для общества, представлять угрозу для современной цивилизации. Коротко охарактеризуем их:

- ✓ Работоголия (работоголики – люди, невидящие вокруг себя ничего кроме работы).
- ✓ Алкоголизм.
- ✓ Курение табака.
- ✓ Наркомания.
- ✓ Токсикомания.
- ✓ Азартные игры.
- ✓ Сексуальная аддикция.

Аддикт легко переходит от одной формы аддикции к другой.

Несколько основных общих особенностей, определяющих развитие аддиктивного поведения:

- ✓ сниженная переносимость трудностей повседневной жизни, наряду с хорошей переносимостью кризисных ситуаций;
- ✓ скрытый комплекс неполноценности, сочетающийся с внешне проявляемым превосходством;
- ✓ внешняя социабельность (поверхностное общение);

- ✓ стремление говорить неправду;
- ✓ стремление обвинять других, зная, что они невиновны;
- ✓ стремление уходить от ответственности в принятии решений;
- ✓ стереотипность, повторяемость поведения;
- ✓ зависимость;
- ✓ тревожность.

Рассмотрим приведенные характеристики.

Сниженная переносимость трудностей. Выражается в том, то аддикты стремятся к немедленному удовлетворению своих просьб, требований, желаний. В тех случаях, когда желания аддиктов не удовлетворяются, они в зависимости от конкретной ситуации проявляют два основных типа реагирования: реакцию (раздражения, злости, эмоциональные вспышки; немедленный уход от возникшего затруднения. Аддиктам несвойственно откладывать реализацию желаний, терпение не для них. С этим связано обнаруживаемое в жизни и при специальных психологических исследованиях затруднение ожидания. Сниженная переносимость затруднений сочетается у аддиктов с повышенной обидчивостью. Объективные препятствия, возникшие на пути реализации своих желаний, они считают специально сделанными для них, чтобы их как-то унизить.

Скрытый комплекс неполноценности проявляется в частых сменах настроения, неуверенности, избегании ситуаций, в которых их способности могут быть объективно проверенными. В то же время для них в ряде случаев бывает типичным развязное, наглое поведение, они ставят себя в позицию превосходства перед другими, требуя всяческих привилегий или поблажек. Они любят рассказывать о себе таким образом, чтобы у слушателей возникал имидж их значимости, больших возможностей, связей с людьми, занимающими высокое положение в обществе.

Аддиктам, прежде всего фармакологическим, нельзя доверять, они часто говорят неправду, много обещают и не выполняют своих обещаний. Это касается прежде всего обещаний прекратить аддиктивное поведение. Обычные заявления: "это последний раз", "больше это никогда не повторится", "я уже все понял, осознал", "могу поклясться своей жизнью" и т.д. - повторяются бесконечно, но поведение в основном остается прежним. Вышеизложенная особенность не относится к "работоголикам", а также к некоторым другим лицам с "мягкими" формами аддиктивного поведения.

Лица с аддиктивным поведением стараются не брать на себя ответственность в принятии серьезных решений. Эта особенность проявляется в различных условиях. Во многих случаях накануне какого-либо ответственного события алкогольные аддикты исчезают из поля зрения, "заболева-

ют". У них появляются разные объективные обстоятельства, оправдывающие их отсутствие в наиболее нужный момент.

Особенности поведения лиц с аддиктивным поведением характеризуются стереотипностью, т.е. одни и те же образцы поведения повторяются, становятся как бы болезненным ритуалом. Поэтому, установив общие черты схемы, поведение аддиктов сравнительно легко предсказать. Значительно труднее, к сожалению, этот стереотип изменить, так как защитные реакции отрицания, рационализации являются серьезной помехой.

У лиц с аддиктивным поведением иногда обнаруживается такая черта, как зависимость. Очень важно выглядеть сильным, соответствующим принятому имиджу самостоятельного, ничего не боящегося человека.

Страшно "потерять лицо" в группе, оказаться аутсайдером, "маменькиным сынком", "малолеткой" и т.д. Характерны также пассивность, отсутствие самостоятельности. Такого рода аддикты обычно стремятся к получению поддержки, помощи со стороны членов семьи, медицинского персонала. Они охотно соглашаются начать лечение и выполняют необходимые предписания, однако, вернувшись в неблагоприятную социальную обстановку, попадают так же легко под влияние авторитетных для них фигур и восстанавливают аддиктивное поведение.

Тревожность выступает на второй план, т.к. может проявляться ситуативно и у лиц с нормальным поведением.

РОЛЬ СЕМЬИ В ФОРМИРОВАНИИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Основным источником аддиктивного поведения подростков является семья. Диагностика и лечение аддикций вне семейного окружения неэффективны бессмысленны. При этом верно и обратное – наличие аддиктивной личности в семье (неважно, ребёнка или взрослого) вызывает постепенную её деградацию и переход в деструктивную категорию.

Для деструктивных семей характерны: особые способы самовыражения, основанные на компенсации своих отрицательных эмоций на членах семьи или самоутверждение за их счёт; специфические способы решения проблем, возникающих в процессе жизнедеятельности и общения.

Обязательно наличие зависимостей и созависимостей, при которых любые проблемы, болезни, напряжение приводят к разрушению хрупкого равновесия в отношениях членов семьи. Установлена взаимосвязь наличия зависимостей или созависимости у родителей и аддиктивного поведения у их детей. Эта связь может проявляться даже через поколение, приводя к развитию зависимостей у внуков людей с алкоголизмом или наркоманией. У многих людей с зависимостями они развились как последствия созависимости у них или их родителей.

Формированию почвы для развития аддиктивного поведения подростков способствуют следующие типы дисфункциональных семей:

- Неполная семья.
- Аморальная семья, для которой характерны алкоголизация, сексуальная распущенность или насилие.
- Криминогенная семья, члены которой имеют судимости или связаны с криминальным миром.
- Псевдоблагополучные семьи, которые не имеют видимых дефектов в структуре и зависимостей, однако в такой семье используются неприемлемые способы воспитания.
- Проблемные семьи, в которых происходят постоянные конфликты. Семейные проблемы становятся особенно явными по достижении ребёнком подросткового возраста. Требования и правила, установленные родителями, вызывают протест и стремление уйти из-под опеки. Обретение самостоятельности, избавление от контроля родителей являются одними из ведущих целей подростков. Психология аддиктивного поведения утверждает, что в процессе «бегства» из семьи место родителей занимает группа авторитетных сверстников. Эта группа становится новым источником жизненных правил, норм поведения, нравственных ориентиров и жизненных целей.

Развитие аддикции имеет свою динамику:

Начало отклонения. Что можно считать возникновением аддикции? С чего начинается весь этот процесс нарастающих изменений, затрагивающих основные личностные установки? Начало процесса, его исходная точка - переживание интенсивного острого изменения психического состояния в виде повышенного настроения, чувства радости, экстаза, необычного подъема, ощущения 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. Здесь очень важна интенсивность переживаемой в таком случае эмоции. На этом этапе наиболее эффективны способы коррекции:

- ✓ улучшение общения в семье, среди друзей и одноклассников;
- ✓ обучение приемам саморегуляции (снятие стресса, релаксация);
- ✓ развитие духовности (чувство внутренней целесообразности, единства с природой и миром, любовь, самопознание и самовыражение).

Аддиктивный ритм. Использование аддикции для решения жизненных затруднений становится обычным способом решения проблемных ситуаций. На этом этапе необходима уже специальная помощь психолога, психотерапевта.

Стереотип. Аддикция становится составляющей частью личности и на этом этапе остается в виде стереотипа поведения. В жизни человека появляется тайна, формируется другая личность, т.е. происходит раздвоение личности и

противоборство между старой и новой личностью. На данном этапе помощь приобретает медицинский характер, необходимо обратиться к психиатру или наркологу.

Доминанта. Полная победа аддиктивной личности над нормальной. Отказ от общения, одиночество, узость интересов.

Катастрофа. К разрушению психики присоединяется разрушение физического тела.

Социально-психологические факторы развития аддиктивного поведения:

- ✓ Неблагополучная социальная среда.
- ✓ Отрицательное влияние сверстников.
- ✓ Неблагополучные семьи.
- ✓ Школьная дезадаптация.
- ✓

Типы воспитания, создающие высокий риск возникновения аддиктивного поведения:

- ✓ Гиперопека – преувеличенная, мелочная забота о детях, стремление выполнять их любые желания и капризы, отсутствие самостоятельности и умения преодолевать трудности.
- ✓ Предъявление непомерных требований – дети растут самостоятельными и закаленными к трудностям жизни, но родители не способны выразить свою любовь к друг другу и к своим детям, отсутствуют навыки эмоционального общения, неудовлетворенна потребность в любви и понимании..
- ✓ Семья с непрогнозируемыми эмоциональными реакциями – родители склонны к неожиданным изменениям настроения и отношения к детям, но это прямо не связано с поведением детей и зависит от внутреннего состояния взрослых и их личностных особенностей. В таких семьях дети чувствуют себя неуверенно и становятся очень нестабильными в своем поведении и межличностных отношениях.
- ✓ Гипоопека – недостаточное внимание к детям, приводит к задержке развития личности, не формируется духовная сфера, интересы крайне ограничены, слабо развита воля и аддиктивное поведение воспринимается как привлекательное.

Любые виды аддиктивного поведения у детей и подростков – «крик о помощи», сигнал о необходимости срочного вмешательства для сохранения ребёнка полноценным членом общества.

