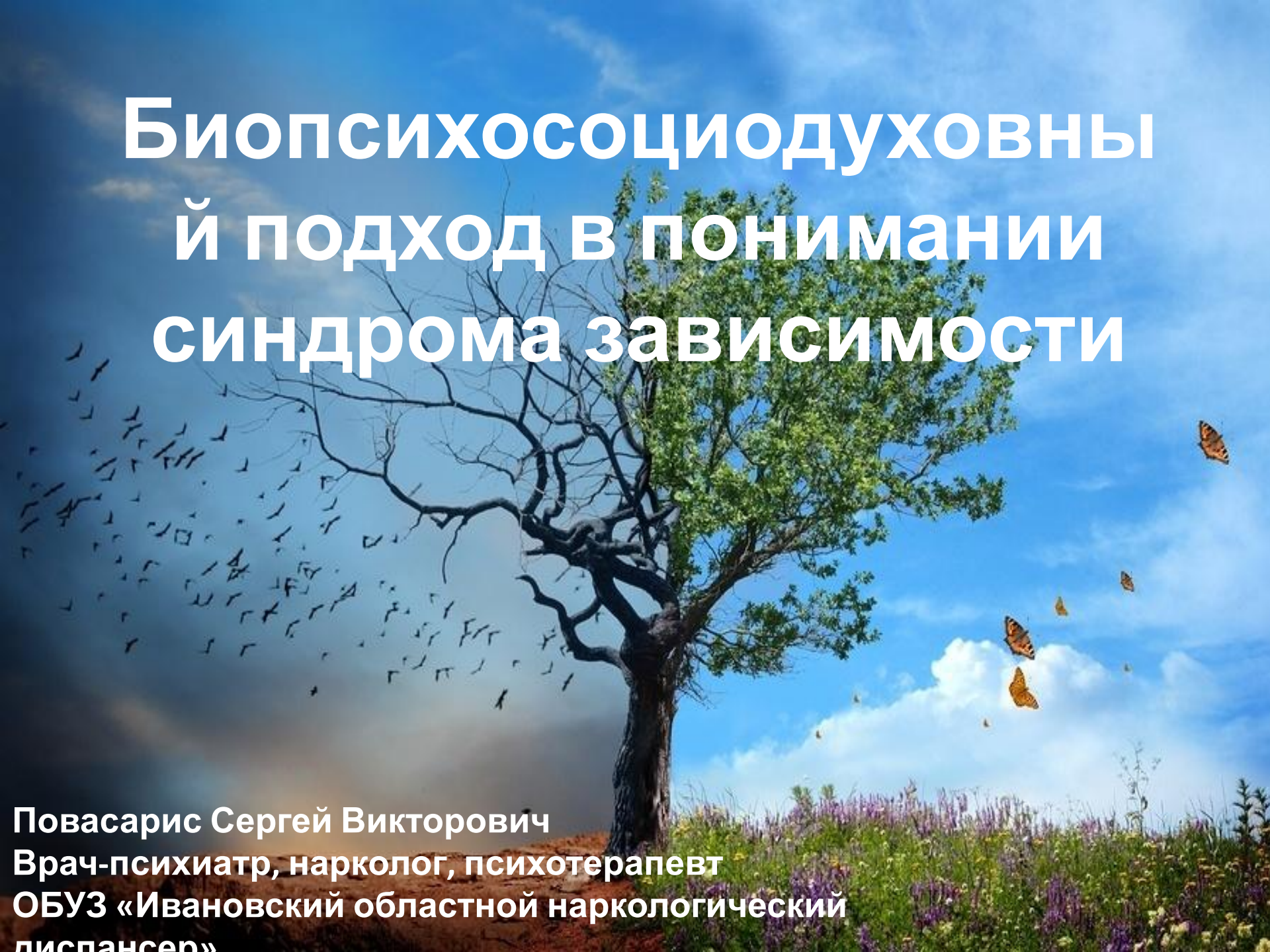


Биопсихосоциодуховный подход в понимании синдрома зависимости

A composite image featuring a tree with one side bare and one side leafy, a flock of birds, and butterflies against a blue sky with clouds.

Повасарис Сергей Викторович
Врач-психиатр, нарколог, психотерапевт
ОБУЗ «Ивановский областной наркологический
диспансер»

Табакокурёние (или просто курёние) —

вдыхание дыма тлеющих высушенных или обработанных листьев табака, наиболее часто в виде курения сигарет, сигар, сигарилл, курительных трубок или кальяна. В некоторых социумах курение табака является ритуалом.

- **По данным ВОЗ, в мире в среднем каждые шесть секунд умирает один человек от заболеваний, связанных с курением табака, а ежегодно по этой причине умирают пять миллионов человек.**
- **80% курящих мужчин и 50% курящих женщин пристрастились к курению ещё в школьном возрасте**

Многие опасные вещества в сигарете скрыты под общим названием

ВОТ ЧТО ПРЯЧЕТСЯ В СИГАРЕТЕ

Гликол пропилена

Табачная промышленность утверждает, что она добавляет его в табак, чтобы он не высыхал

Бензопирен

Вы найдете его в угольной смоле и в сигаретном дыме. Он является одним из самых сильных химикатов, способствующих развитию рака

Мышьяк

Из-за этого смертельного яда у курильщика горят губы и плохо пахнет изо рта

Ацетон

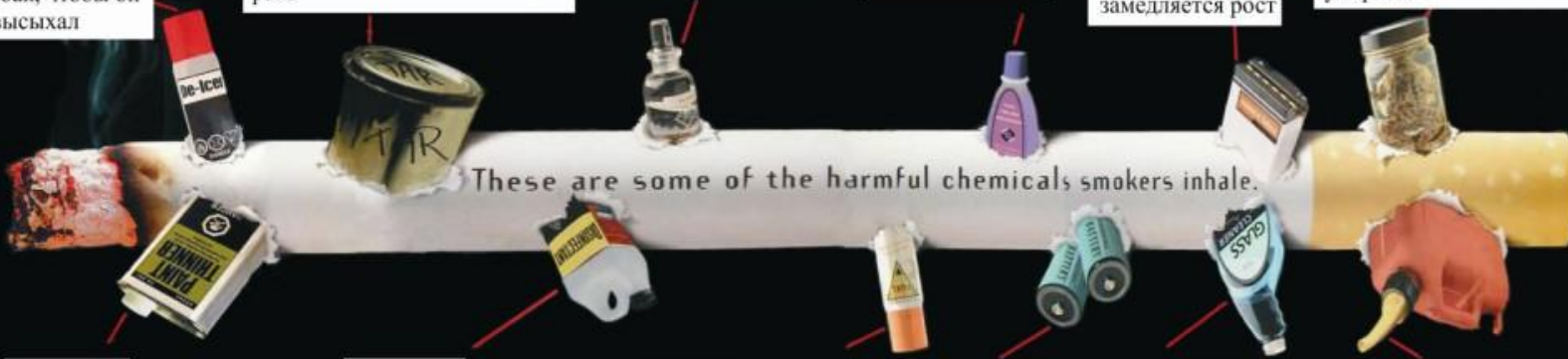
Один из главных составных в химикате для снятия лака с ногтей

Свинец

Из-за отравления свинцом у курильщика возникает рвота, повреждаются клетки мозга и замедляется рост

Формальдегид

Он развивает рак, повреждает легкие, кожу и пищеварительную систему. Этот химикат применяется в бальзамировании тел умерших



Толуол

Толуол сильно токсичен. Он часто применяется в красках с целью уменьшения толщины слоя краски при нанесении на поверхность

Фенол

Химикат, используемый как дезинфицирующее средство наподобие того, что используется при уборке лабораторий

Бутан

Легковоспламеняю щее вещество, главный компонент различных горючих веществ

Кадмий

Повреждает печень, почки и мозг. Он остается в организме курильщика долгие годы

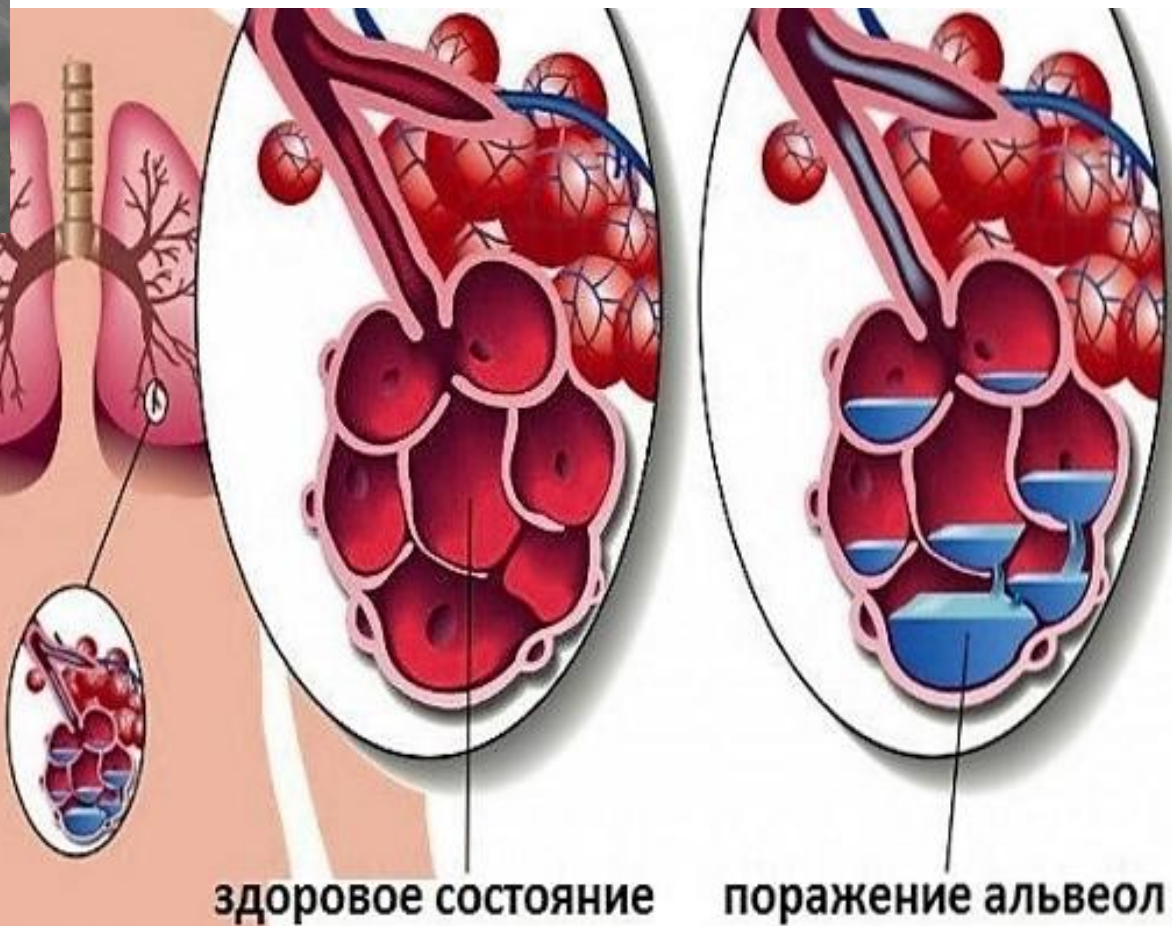
Аммоний

Он помогает усваивать табак, из-за чего курильщики становятся все более пристрастны к нему

Бензин

Его можно залить на любой бензопомпе

Уже запрещены в США



здоровое состояние

поражение альвеол



Nicotine



Вред насвая

- В 80% случаев **рака** языка, губы и других органов полости рта, а также гортани связаны с употреблением насвая.



Поскольку насвай содержит экскременты животных, то, чрезвычайно легко заразиться разнообразными кишечными инфекциями и паразитарными заболеваниями, включая вирусный гепатит.

Длительный прием насвая со стопроцентной вероятностью приводит к гастриту и язве желудка.

Развивается сильная никотиновая ависимость.

В некоторые порции насвая могут добавляться наркотические вещества, развивается зависимость от наркотиков

- Насвай можно отнести к числу психотропных веществ.



У подростков употребление насвая очень быстро переходит в привычку

Насвай, снюс, жевательный и нюхательный табак (снафф)

создают и поддерживают никотиновую зависимость, а содержащиеся в них компоненты тоже вызывают рак и другие заболевания.



Термин «наркотик» включает в себя 3 аспекта:

- **Медицинский аспект:** наркотик- это психотропное вещество, которое вызывает сильную зависимость, разрушает физическое и психическое здоровье, приводит к деградации личности и преждевременной смерти.
- **Юридический аспект:** немедицинское использование наркотиков является незаконным. Хранение и распространение наркотиков предусматривает уголовную ответственность и суровое наказание.
- **Социальный аспект:** употребление наркотиков приводит к очевидным негативным последствиям (проблемы со здоровьем (физические и душевные страдания, острые и хронические психические расстройства, деградация личности), разрушение контактов с окружающими (конфликты в семье, утрата друзей и близких, проблемы с учёбой и на работе), проблемы с законом и лишение свободы).

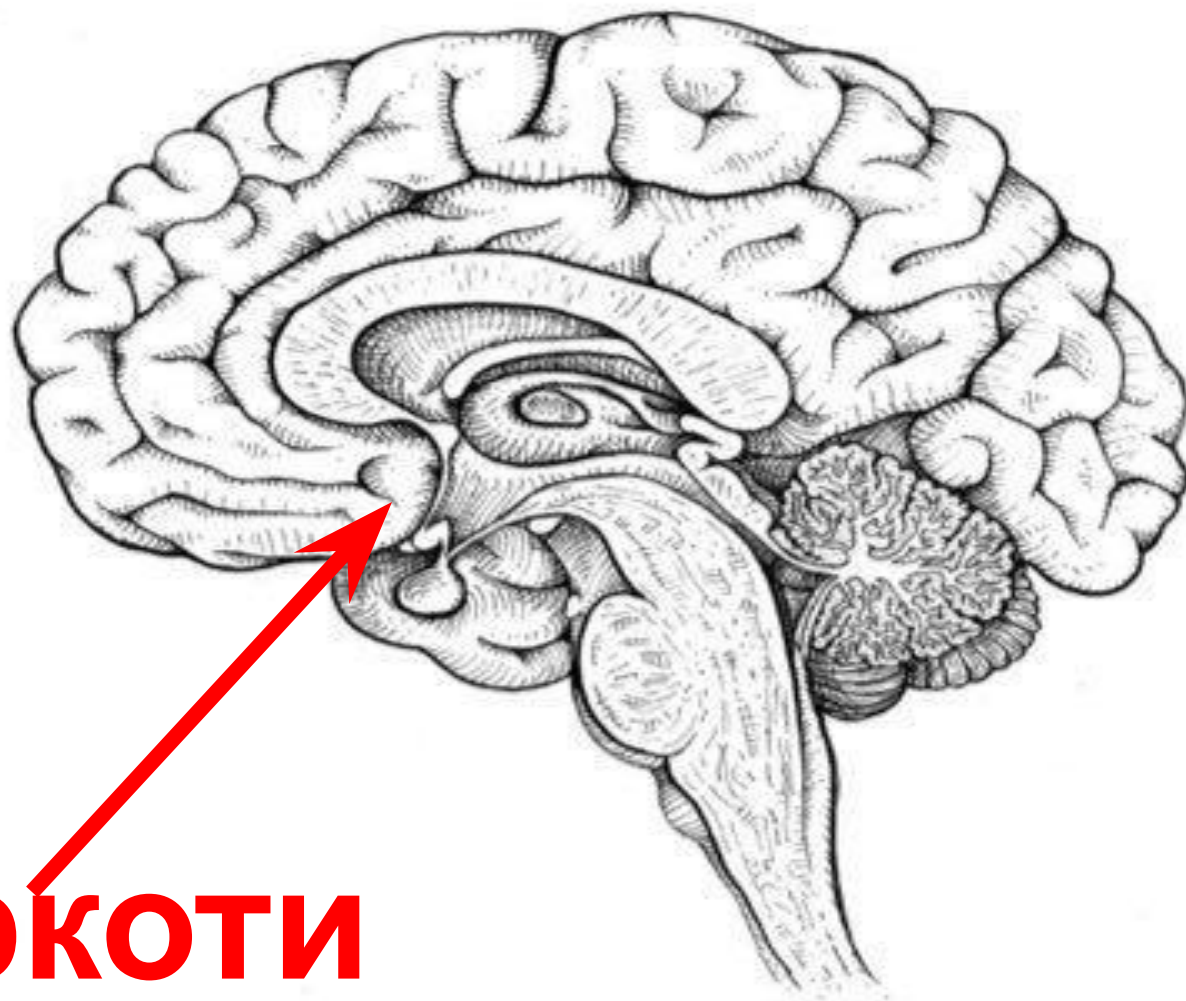
Наркотики

- **Вызывают зависимость**
- **Приводят к распаду семьи, конфликту с обществом, отчаянию и одиночеству**
- **Способствуют распространению инфекционных заболеваний (ВИЧ, вирусный гепатит В,С)**
- **Разрушают здоровье, сокращают жизнь**
- **Вызывают деградацию личности**
- **Немедицинское использование наркотиков- НЕЗАКОННО**

Наркоманический

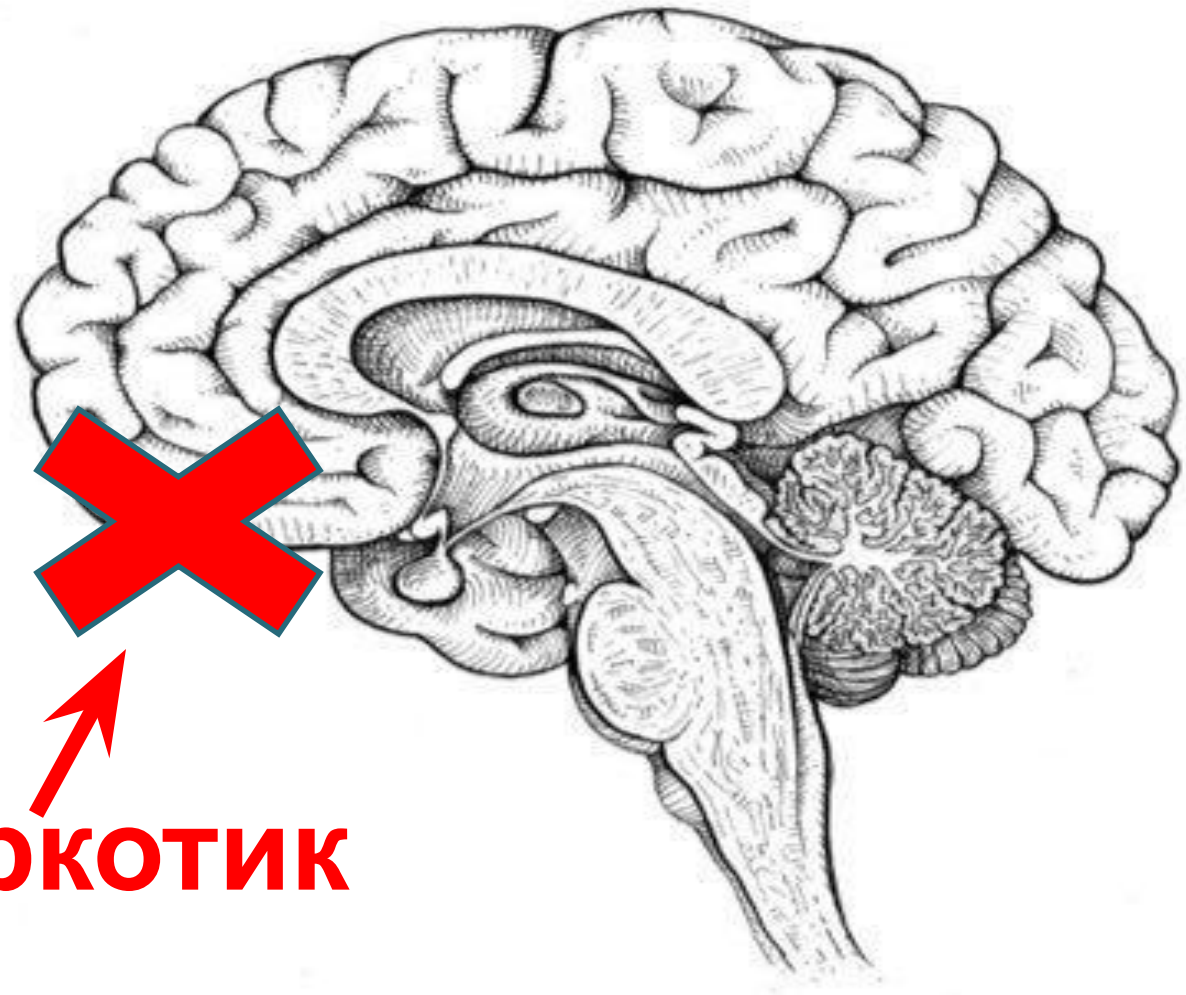
стереотип:

быстрое получение удовольствия без



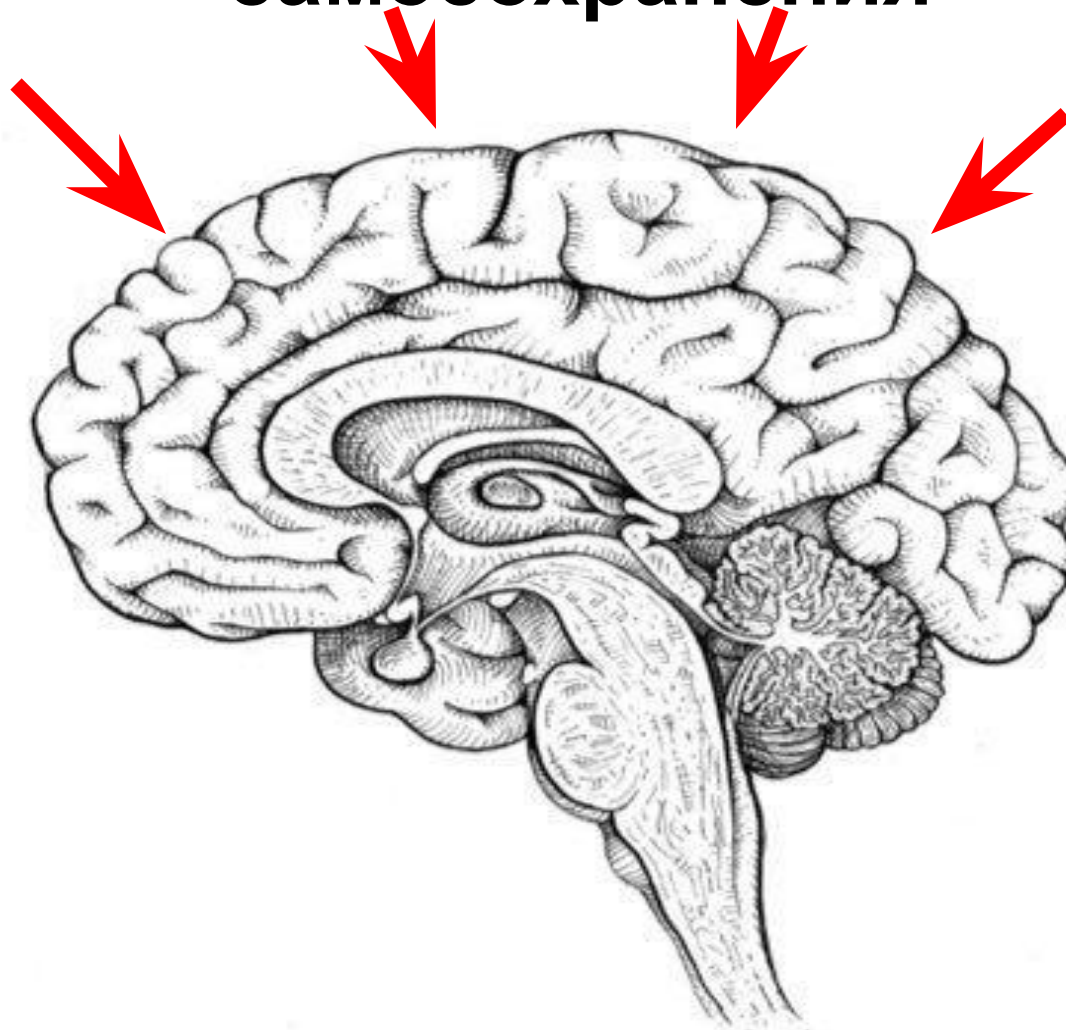
Наркотики

Наркотики убивают ВОЛЮ



**Наркотик
и**

**Наркотики глушат голос совести и
чувство ответственности за свою
жизнь, подавляют инстинкт
самосохранения**



Наркотики прекращает личностный рост и развитие



Наркотики вызывают
зависимость



Мифы о наркотической зависимости

- **Якобы существуют «легкие наркотики»**
 - Никаких «лёгких» наркотиков не бывает! Любой наркотик парализует волю человека, останавливает психическое развитие, меняет способ мышления и мировосприятие, извращает систему ценностей и нравственных ориентиров, разрушает здоровье и жизнь.
 - Трагический путь большинства наркозависимых начинается с «безобидного» употребления так называемых «лёгких наркотиков»
 - «Лёгкие наркотики»- миф, удобный наркоторговцам
- **«Могу бросить в любой момент»**

Вместо этого просто продолжается употребление
- **«Уже поздно что-либо делать. Мне уже ничего не поможет»**

Поэтому не обращаются за помощью и продолжают реализовывать программу самоуничтожения

Синдром зависимости- это

**сложный
биопсихосоциодуховный
феномен, включающий в себя
патологическую увлечённость
каким-либо веществом или
поведенческим стереотипом,
приводящими к дезадаптации в
какой-либо из сфер
жизнедеятельности.**

Критерии наркотической зависимости

- 1. Реализация зависимости позволяет избежать «синдрома отмены»**
- 2. Увеличение дозы и кратности употребления наркотика, переход на внутривенный путь введения**
- 3. Другие сферы жизни уходят на второй план (семья, учёба, работа, здоровье)**
- 4. Реализация зависимости продолжается не смотря на негативные последствия (проблемы со здоровьем, с законом, в семье, на работе, во взаимоотношениях с людьми, материальной сфере)**
- 5. Наличие жалоб окружающих (семья, близкие, друзья)**

Последствия зависимости:

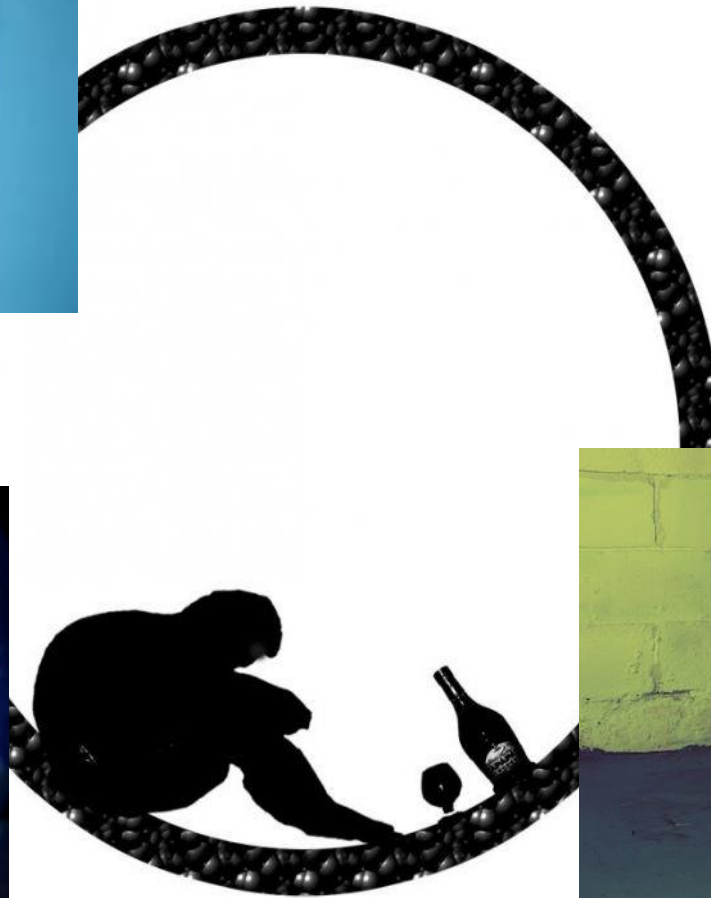
- Проблемы в семье, в учёбе, на работе
- Конфликт с обществом и/или проблемы с законом
- Негативное эмоциональное состояние (тревога, боль, отчаяние, депрессия, апатия, чувство пустоты, безысходности, одиночества)
- Бесцельно прожитая жизнь с горьким сожалением об упущенных возможностях
- Деградация
- Проблемы со здоровьем, снижение качества жизни, преждевременная смерть

Последствия зависимости. Бесцельно прожитая жизнь



Последствия зависимости.

Проблемы в учёбе, в семье, на работе,
с законом



Лишение свободы



Последствия зависимости

Болезнь



ПОСЛЕДСТВИЯ ЗАВИСИМОСТИ

Отчаяние и безысходность



Последствия зависимости

Деградация



Последствия зависимости. Преждевременная смерть



Каннабиоиды (марихуана, гашиш, анаша)

- Некоторыми людьми ошибочно воспринимаются как «лёгкие», «безобидные» наркотики. Но это в корне не так.
- Как и любой другой наркотик, каннабиоиды непосредственно влияют на мозг и психику человека, таким образом, парализуют его волю, останавливают личностный рост, меняют мировосприятие и способ мышления, извращают систему ценностей и нравственных ориентиров. Человек, употребляющий каннабиоиды, становится вялым, безынициативным, равнодушным к другим людям и близким, безответственным к своей жизни. Он просто пребывает в иллюзии самодостаточности, плывёт по течению, довольствуется примитивным времяпрепровождением и суррогатами «общества потребления», бесцельно прожигает жизнь и деградирует.
- Регулярное употребление каннабиоидов может спровоцировать дебют психических заболеваний (шизофрению, биполярное аффективное расстройство, затяжной депрессивный эпизод) или вызвать самостоятельный интоксикационный психоз (утрата контакта с реальностью, деперсонализация и дереализация, бред преследования, дезориентировка в месте и времени, речь не по существу, тактильные и слуховые галлюцинации). В ряде случаев психозы принимают затяжное течение, когда у человека сохраняются выраженная тревога, подозрительность, «путаница мыслей» в голове, слуховые галлюцинации угрожающего содержания или приказывающие совершать те или иные действия, в том числе направленные против жизни и здоровья.
- Большинство наркозависимых, проходящих лечение в наркологическом диспансере, когда-то начали свой трагичный путь с употребления каннабиоидов.

«Дизайнерские наркотики» («соли», «спайсы»)-

- Наркотические вещества, химические формулы которых ежедневно меняются производителями подпольных лабораторий с целью уклонения от Закона, а также создания новых веществ с высокой наркогенностью (способностью вызывать зависимость в кратчайшие сроки)
- Могут предлагаться под видом порошка, кристаллов или даже обычной аптечной ромашки, обработанной наркотическим реагентом.
- Употребители никогда точно не знают, с каким конкретно веществом имеют дело и какова его концентрация в предлагаемой дозе, поэтому даже однократное (первое) употребление «дизайнерского наркотика» может вызвать психоз (острое расстройство психики с бредом, галлюцинациями, помрачением сознания), кому, смерть.
- **Всего единственная затяжка может оказаться фатальной!**

Синтетические каннабиоиды («спайсы»)

- **Острая интоксикация:** широкие зрачки, «красные глаза», двигательное или речевое возбуждение с эйфорией.
- **В тяжёлых случаях** (иногда уже после первой затяжки): бледность кожи, тошнота и рвота, головокружение, падение АД, нитевидный пульс, потеря сознания, судорожные припадки.
- Могут развиваться **психозы**: 1) сумеречное расстройство сознания (дезориентировка в месте и времени, выраженное возбуждение (катание по земле, импульсивные поступки, например, прыжок в окно, надевание ведра на голову и т. д.), страх, выражение ужаса на лице или неистовая злоба, агрессия к себе или окружающим, недоступность словесному контакту (не реагируют на замечания, уговоры, не в состоянии объяснить своё поведение, сообщить свои данные); 2) сумеречное расстройство сознания в виде стереотипного выполнения одного и того же движения (например, в течение нескольких часов сидя раскачиваются из стороны в сторону, не отвечают на вопросы; иллюзия невесомости и полёта); 3) бред преследования («осознают» себя втянутыми во «всемирный заговор», замечают преследования со стороны полиции, «спецслужб», инопланетян, соупотребителей, бандитов и т.д.); 4) галлюцинации (например, «голоса» в голове, ощущение, что кто-то воздействует на их мысли или поведение и т.д.)
- **Внешний вид:** странный запах от одежды, может быть неряшливый или необычный внешний вид (как человек с улицы Бассейной), при себе может быть пипетка, баллончик или спрей с реагентом, пакетики с травой (реагентом может быть обработана любая аптечная трава), самодельный мундштук, электронная сигарета, переделанная под курение каннабиоидов.

Синтетические психостимуляторы («соли»)

- Выглядят как порошок коричневого, белого или синего цвета или в виде кристалликов. Употребляется путём курения в обычной сигарете, разводится водой или вареньем и принимается внутрь, вдыхается, втирается в десну, в виде раствора вводится внутривенно шприцем.
- **Острая интоксикация:** прилив сил и энергии, желание двигаться, неусидчивость, неадекватно повышенное настроение, болтливость, ускоренная речь (иногда «пулемётная речь»), зрачки широкие, лихорадочный блеск в глазах.
- Возбуждение и повышенный (маниакальный) фон настроения могут смениться заторможенностью, злобой, внезапным крепким сном (например, могут неожиданно для себя заснуть в шкафу). Из-за нарушений терморегуляции могут спать в обнимку с обогревателем или, наоборот, снимать одежду, даже бегать в холодное время года в голом виде по городу.
- **В тяжёлых случаях** может появиться психотическая симптоматика: выраженное возбуждение, страх, неистовая злоба, агрессия, бред преследования (замечают «подозрительных» людей, автомобили с «особыми» номерами, «пристальные взгляды», «слежку» и т.д.), галлюцинации (слышат, как их кто-то обсуждает в соседней комнате, за стеной, за спиной и т.д.).
- **Внешний вид:** могут носить без надобности тёмные очки, кепку, натянутую на глаза, капюшон, при себе иметь шприц, пакетик с веществом. В проекции вен (сначала используют вены на незаметных участках тела, например, на тыле стопы) могут быть следы от инъекций (в далеко зашедших случаях- «дорожки»). Следует обращать внимание на резкое снижение веса.

Первое употребление может оказаться последним



**Пациент наркологического диспансера:
«Одного употребления много, тысячи
употреблений-
недостаточно»**

**Интернет-зависимость,
«киберспорт», зависимость от
социальных сетей**



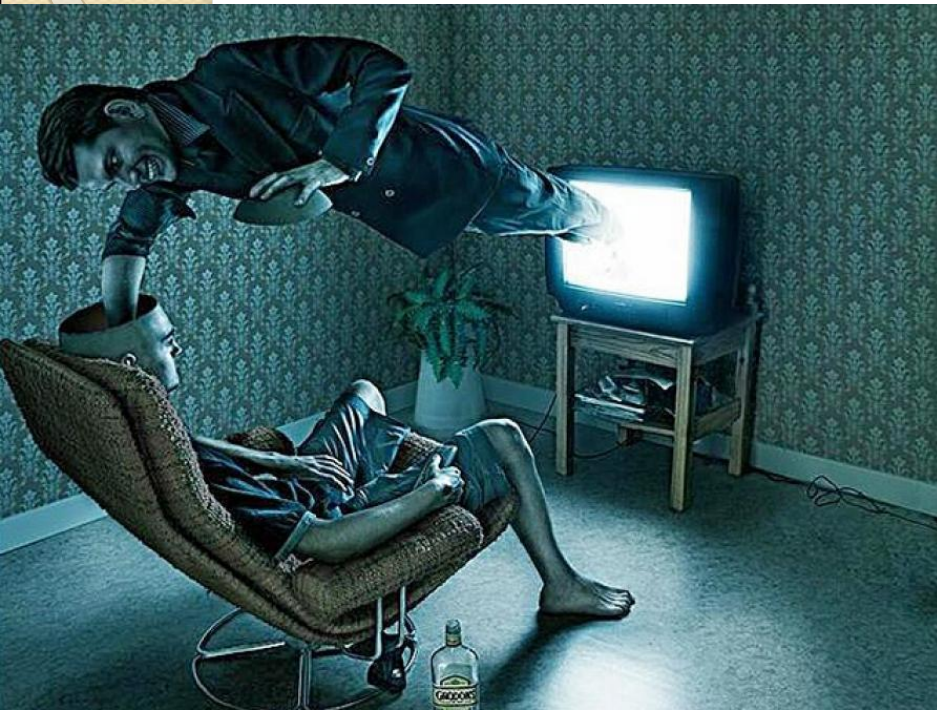
Обратная сторона интернета

- 1. Навязывает в общественное сознание негативные примеры, образы и стереотипы**
- 2. Обрушивает поток противоречивой информации**
- 3. Пропагандирует лёгкую, простую, гламурную жизнь, быстрый результат**
- 4. Размывает границы между понятиями добра и зла, «хорошо» и «плохо»**
- 5. Прививает культуру потребления и накопительства**
- 6. Ориентирует ребёнка на достижение удовольствия и успеха**
- 7. Позволяет реализовать другие зависимости (киберспорт, социальную, сексуальную, игровую, репигиозную)**

Влияние потока информации на наше восприятие



События и явления в жизни многогранны



Однако есть люди, которые навязывают категоричный и однобокий взгляд на них и таким образом программируют мышление аудитории в нужном им направлении

Интернет-зависимость вызывает состояние информационной интоксикации



Биопсихосоциодуховный подход в понимании зависимостей

- **Генетический фактор (гены психических расстройств, темперамент, уровень тревоги, баланс нейромедиаторов и т.д.)**
- **Психологический фактор: особенности воспитания, особенности психики, психологические травмы, интроекция родительских конфликтов**
- **Социальный фактор: провоцирующее или поддерживающее окружение**
- **Духовный фактор: организующий центр жизни (смысл жизни, миссия, идентичность, убеждения и ценности)**

Эффективная профилактика

1. Здоровое общество

2. **Психотерапия обоих родителей ещё до зачатия ребёнка!** (чтобы не проецировать проблемы из родительской семьи во взрослую жизнь, отношения с другими людьми и на собственных детей)

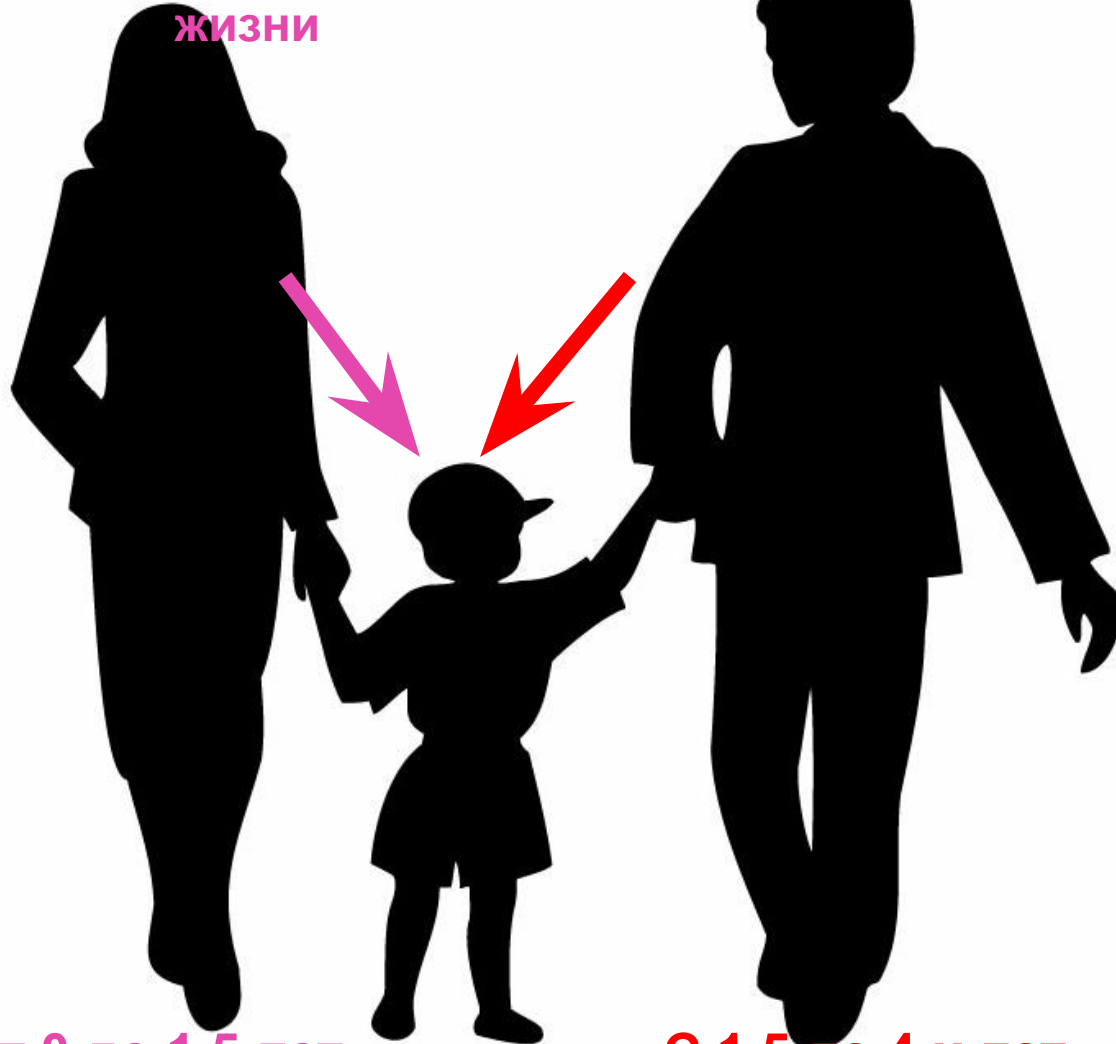
3. Семья, основанная на взаимной любви и уважении

4. Личностный рост

Когда начинается профилактика зависимостей?

Безусловная любовь
Базовое доверие к
жизни

Воля, активность,
самостоятельность



От 0 до 1,5 лет

С 1,5 до 4-х лет

Как воспитать зависимого человека?

- **1. Личный пример (самому быть зависимым)**
- **2. Отвергать, запугивать, высмеивать, унижать или, наоборот, хвалить за всё подряд**
- **3. Переложить воспитание на других лиц или на дворовую компанию**
- **4. Предоставить влиянию «современной культуры»**
- **5. Решать и делать всё за ребёнка**

Эффективная профилактика

1. Здоровое общество

2. Психотерапия обоих родителей ещё до зачатия

ребёнка! (чтобы не проецировать проблемы из родительской семьи во взрослую жизнь, отношения с другими людьми и на собственных детей)

3. Семья, основанная на взаимной любви и уважении

4. Личностный рост

Выводы, которые делает ребёнок в дисфункциональной семье

- **Родители ругаются из-за меня, потому что я плохой. Значит, я должен быть самым лучшим или умереть**
- **Нужно делать также, как папа**
- **Меня никто не любит. В жизни нет счастья**
- **Даже родители причиняют мне боль, поэтому никому доверять нельзя. Я никогда никого не люблю**
- **Я должен стать бесчувственным, тогда никто не сможет меня обидеть и разочаровать**
- **Я в растерянности, в моей голове хаос, потому что правила жизни в семье постоянно меняются, мама и папа говорят и поступают противоположным образом**

Психологический портрет зависимого человека

- 1. Отсутствие смысла в жизни! Поэтому жизнь одним днём
- 2. Избегание ответственности за возможные изменения в жизни («все вокруг виноваты»)
- 3. Скрытый комплекс неполноценности за фасадом значительности («Наполеон с тенью мыши»)
- 4. Гедонистические установки и преобладание биологического над духовным («секс, наркотики и рок-н-ролл»)

Проблема отсутствия смысла

A photograph of a park area with a large pile of trash and graffiti-covered pipes. Two large question marks are overlaid on the scene. The scene is filled with discarded plastic bottles, paper, and other debris. In the foreground, there are several large, dark pipes with graffiti. A person is sitting on the ground near the pipes, and another person is standing nearby. The background shows a dense thicket of trees and bushes.

Прогулы школы, апатия, скука, лень,
глухая тоска, пустота, отсутствие перспективы

«Комплекс Наполеона»



Психологический портрет зависимого человека

- 5. Негативное представление о других и мире. Тотальное недоверие!
- 6. Неуверенность
- 7. Одностороннее развитие («профессионализм» только в сфере зависимости)
- 8. Склонность к неоправданному риску и импульсивному поведению
- 9. Эгоцентризм («мне все должны, причём всё и сразу»)
- 10. Ложь и оправдания для защиты самооценки

Почему люди выбирают зависимость?

- 1. Получение иллюзии наполненности жизни смыслом
- 2. Реализация смысла жизни через гедонизм или саморазрушение, достижение успеха или превосходства над другими в какой-то области
- 3. Уход от реальности или мягкий уход из жизни (суицид, растянутый во времени)
- 4. Уход от травматичных воспоминаний, сильных чувств или переживаний («анестезия для души»)
- 5. Компенсация изъянов («слабого звена») личности

Почему люди выбирают зависимость?

- **6. Приведение себя в соответствие с «идеальным» образом**
- **7. Модуляция настроения и коррекция психического состояния (преодоление скуки, тревоги, депрессии)**
- **8. Изменение отношения к людям, миру и жизненным событиям**
- **9. Способ игнорировать реальные проблемы**
- **10. Устранение барьеров общения, соответствие «клубу по интересам»**
- **11. Способ почувствовать себя живым**

Зависимость



**Единственная и
ненадёжная точка опоры**

Эффективная профилактика

1. Здоровое общество

2. Психотерапия обоих родителей ещё до зачатия

ребёнка! (чтобы не проецировать проблемы из родительской семьи во взрослую жизнь, отношения с другими людьми и на собственных детей)

3. Семья, основанная на взаимной любви и уважении

4. Личностный рост

Личностный рост и принцип альпинизма



Три надёжные точки
опоры

1-я точка опоры



Мечты и положительные

ЦЕЛИ

2-я точка опоры



**Поддержка близких и люди,
которые помогают нам
развиваться**

3-я точка опоры



Положительные увлечения и
интересы

Свободный, самодостаточный, гармоничный, аутентичный человек

- **1. Имеет долгосрочные цели (метацель может выходить за пределы биологической жизни конкретного человека)**
- **2. Принимает ответственность за свою жизнь. Способен взять ответственность за других (например, семью, детей, пациентов, организацию, страну и т.д.)**
- **3. Знает свои сильные и слабые стороны. Занимается саморазвитием.**
- **4. Способен подчинить свои желания**

Свободный, самодостаточный, гармоничный, аутентичный человек

- **5. держит обещания, подкрепляет слова конкретными поступками**
- **6. доброжелательно и лояльно относится к людям и миру**
- **7. уверен в себе**
- **8. разносторонне развит («талантливый человек талантлив во всём»)**
- **9. имеет социальный интерес**
- **10. честен с самим собой, открытый и искренний**
- **11. способен к продолжительным, близким, дружеским отношениям**

Биопсихосоциодуховный подход в лечении зависимостей

- **Генетический фактор: медикаментозное лечение**
- **Психологический фактор: мотивирующее интервью, психологическое консультирование, психотерапия, медико-социальная реабилитация, программы выздоровления в группах взаимопомощи**
- **Социальный фактор: реабилитация, группы взаимопомощи, общества трезвости, религиозные общины, церковно-приходская жизнь**
- **Духовный фактор: психотерапия, группы взаимопомощи, наставничество, религиозные сообщества и общины**

Уровни личностных изменений

Смысл жизни	Зачем мне люди и мир?	Стремление к постижению уникального смысла жизни, имеющего проекцию в будущее, не ограничивающегося рамками конкретной биологической жизни
Миссия	Зачем я людям и миру?	Проявление свойств положительного ядра личности/ отражение своего подлинного Я через общественно полезную деятельность
Идентичность	Кто Я?	Самоактуализация личности за счёт переживания, осознания, принятия и интеграции нового опыта, полученного в ходе психотерапевтического процесса
Убеждения	Почему?	Освобождение от негативных и ограничивающих убеждений
Ценности	Зачем? Для чего?	Переоценка ценностей
Цели	Что?	Постановка позитивных целей
Способности	Как?	Приобретение новых способностей
Поведение	Что делать?	Отказ от патологических шаблонов поведения. Обучение новым адаптивным формам поведения.
Окружение	С кем я?	Поиск ресурсного и позитивного окружения

ВК ОБУЗ
«ИОНД»

Спасибо за
внимание