

**Концепция
формирования
аддиктивной личности
по Nakken**

Любую аддикцию следует рассматривать как процесс, имеющий своё начало, динамику и конец. Аддикция развивается «внутри» человека более или менее длительное время, пока не достигнет той стадии, при которой её можно распознать. Процесс распознавания занимает разное время в зависимости от вида аддикции, её социальной приемлемости. Диагностика, например, работогольной аддикции занимает значительно больше времени, чем наркотической.



Выделяют ряд особенностей, свойственных для аддиктов в целом (Nakken):

1. жизнь становится неуправляемой в связи с аддиктивными реализациями, аддикты беспомощны в отношении аддиктивного поведения, становятся его рабами;
2. всё большая вовлечённость в аддиктивный процесс;
3. потеря ранее значимых систем ценностей и личной морали;
4. функционирование в рамках таких особенностей, как иллюзия контроля, эгоцентризм, нечестность;
5. прогрессирующая изоляция от общества, семьи, близких; 6. нарастание внутренней хаотичности и суетливой активности;
7. мыслительный процесс приобретает характер спутанности, навязчивости, компульсивности.



Для понимания картины происходящего во время аддикции целесообразно использовать концепцию формирования внутри аддикта нового образования - аддиктивной личности. При этом специфический объект или событие, к которому прибегает аддикт, сам по себе становится для него менее значимым, т.е. не так важно каким именно путем аддикт будет добиваться желаемого для себя состояния. Возможно дублирование ранее используемых способов, но может быть сделан акцент и на других аддиктивных средствах. Учет этого положения является чрезвычайно важным для психотерапевтического вмешательства, т.к. позволяет понять, почему выздоравливающие аддикты сохраняют в себе аддиктивную личность как систему, готовую в любой момент «выйти на сцену».

Некоторые исследователи сравнивают это состояние с множественной личностью, при которой на сцене «выступает» то одна, то другая личность. Поэтому даже при избавлении человека от одной конкретной формы аддиктивной реализации, он легко переключается на другую, поскольку аддиктивная личность, сформированная в нем, остаётся. Иными словами, аддиктивная личность находится в постоянном поиске объекта или события для того, чтобы сформировать с ними аддиктивные отношения.

Аддиктивная личность способствует созданию у человека иллюзорного восприятия того, что при желании он всегда может найти для себя объект или событие, который решит все его проблемы. Вместо того чтобы осуществлять мониторинг своих отношений с прежним аддиктивным агентом, например, с алкоголем, они могут вступать в таковые с каким-то другим.



Между обычной здоровой личностью и аддиктивной существуют отношения конкуренции. Задача специалистов заключается в необходимости вернуть человека в телесную и духовную «оболочку» его прежней, здоровой личности, при условии ее наличия до ухода человека в аддиктивные реализации.



Если вернуть человека к прежней системе его ценностей не удастся, необходимо создать её заново. Аддиктивная личность может легко переключаться с одного вида аддиктивной реализации на другой, например, алкогольная аддикция может сменяться работогольной или аддикцией к еде. Возможны смешанные аддикции, при которых одна аддиктивная реализация сочетается с другой. Например, химическая аддикция, включающая в себя употребление веществ, изменяющих психическое состояние, сочетается с нехимической формой аддикции (алкоголизм и работоголизм). Другой пример - сосуществование работоголизма с сексуальной аддикцией.

Аддиктивные ритуалы





Между селфом и аддиктивной личностью происходит борьба за контроль в сфере межличностных отношениях. Аддикт развивает свой особый способ чувствовать и переживать. Несмотря на то, что здоровое Я не одобряет и осуждает убеждения аддикта, ему нравится изменение настроения, которое захватывает личность. Селф борется с аддиктивной личностью, аргументировано доказывая ей ошибочность такого поведения, но тем не менее, все равно проигрывает в этой борьбе, т.к. одного рационального вмешательства оказывается недостаточно.



Аддикт развивает свой собственный способ поведения, который противоречит поведению обычного человека. Селф пытается контролировать деструктивное поведение, используя силу воли. «Я заставлю себя больше не употреблять алкоголь», - убеждает себя аддикт, но, в конце концов, зависимость от аддиктивной части личности оказывается сильнее и происходит очередной срыв. Эти поражения объективно способствуют нарастанию снижения самооценки, возникновению отрицательного эмоционального фона, что усиливает стремление к аддиктивному уходу. Аддикт становится доминирующей частью личности, которая не заботится ни о самом себе, ни о членах семьи. Круг интересов сужается до уровня аддиктивных реализаций, изменяющих настроение.

Алкогольный аддикт может употреблять алкоголь только в социально приемлемых для этого ситуациях, другое дело, что он может активно искать такие ситуации.

Азартный игрок, уделяя большое количество времени игре, приходит домой вовремя, полагая, что игра является просто одним из способов проведения времени.

Аддикты всегда на протяжении какого-то времени стараются создать видимость того, что у них всё в порядке. Они надевают на себя маску, соответствующую социально приемлемым нормам. Тем не менее, постепенно с разной скоростью в зависимости от вида аддикции, начинает развиваться очень глубокая и тотально поглощающая психическая зависимость. Это приводит к формированию поведения, при котором человек реализовывает свои аддиктивные планы внутри своей аддиктивной системы, создавая аддиктивные ритуалы.





По мнению Nakken (1998), аддиктивный стиль жизни характеризуется следующими моментами:

1. Человек начинает говорить неправду даже тогда, когда ему ничего не стоит сказать правду, но он продолжает врать по привычке. Отсутствие правдивой информации в его способе жизни становится преобладающим.
2. В качестве психологической защиты формируется система постоянного обвинения во всем других.
2. Нарастает изоляция, уход от прежних социальных контактов.
2. Поведение аддикта ритуализируется. У него появляется вторая, самая важная для него тайная жизнь. Помимо скучной и неинтересной жизни, протекающей у всех на виду, параллельно существует секретный мир, в котором существует секретный мир, в котором все подчинено аддиктивному стилю жизни. Так, например, при аддикции к еде, человек начинает прятать еду, делать запасы, придавать большое значение секретности приобретения еды.

Чтобы избавиться себя от неприятных переживаний, аддикты используют различные психологические защиты, такие как отрицание, проекция, рационализация. Аддикту присуще, вызывающее дискомфорт, ощущение внутренней потери контроля селфа по отношению к аддиктивной части личности.





Аддиктивный ритуал на определённом этапе развития аддикции встраивается в жизнь аддикта в качестве важного структурного образования. В этой приватной интимной части жизни не находят места социальные контакты неаддиктивного плана. В аддиктивный ритуал могут включаться контакты с другими аддиктами, особенно с теми из них, кто уже ритуализировал свое аддиктивное поведение.

Ритуалы, характерные для жизни здоровых людей, способствуют укреплению их связей со знакомыми, с людьми из своего качественного мира, способствуют духовному развитию человека. Аддиктивные ритуалы приводят к противоположному результату, способствуя изоляции от значимых людей. Если здоровые ритуалы социализируют человека и в результате повышают его самооценку, аддиктивные ритуалы разрушают значимые отношения и приводят к ухудшению социального положения. Осознание своей стабильной несостоятельности и поражения селфа в борьбе с аддиктивной личностью приводит к усилению чувства страха перед реальностью и расширением пропасти между селфом и аддиктивной личностью.



Спасибо за внимание!!!