

Е.В. Литягина

Духовность и наркомания: психологический аспект

Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта РГНФ («Психологическая профилактика наркомании в вузе»), проект 08-06-00391 а

Вопросы духовности в настоящее время являются предметом обсуждения не только богословов и философов, историков и культурологов, но и специалистов «помогающих профессий» – психологов, социальных педагогов. Особенно часто развитие духовности человека обсуждается совместно с вопросами профилактики девиантного поведения, наркомании и других видов негативной зависимости у подростков и молодежи.

В аспекте духовности профилактика может быть рассмотрена, прежде всего, как предоставление возможности человеку формировать здоровое поведение на основе развития духовного, физического, психического и социального благополучия, а личности – развивать психологические, социальные и духовные начала. Профилактика – это развитие здорового поведения и ресурсов личности и духа человеческого, препятствующих риску употребления наркотиков и других психоактивных веществ [Сирота].

Однако, прежде чем говорить о профилактике адиктивности и девиантного поведения, следует обратиться к пониманию феномена духовности, так как это во многом определяет те способы, к которым обращаются при организации профилактической работы в этом направлении.

В.В. Знаков в статье «Духовность человека в зеркале психологического знания и религиозной веры» описывает четыре основных на-

правления поиска психологической природы феномена духовности [Знаков, 1998].

Первое направление связано с *поиском корней духовности* не столько в самом человеке, особенностях его личности и склонности к рефлексии, сколько *в продуктах жизнедеятельности*: объективации высших проявлений человеческого духа, творчества в памятниках старины, произведениях науки и искусства. Духовность человека порождается в процессе усвоения им значений, объективированных в общественном сознании, и выявления «скрытых» за значениями смыслов.

Представители второго направления изучения духовности в психологии исследуют *ситуативные и личностные факторы*, способствующие возникновению у человека *духовных состояний*, корни которых находятся в нерелексируемых глубинах бессознательного. В рамках этого направления анализируются возможные взаимодействия вершин самосознания субъекта и глубинных слоев его психики (личностного бессознательного и архетипов коллективного бессознательного).

Третье направление объединяет идеи, в которых *духовность* рассматривается как *принцип саморазвития и самореализации человека*, обращения к высшим ценностным инстанциям конструирования личности, а также изучает мотивационные основы психологической готовности к становлению духовности человека. Развитие духовности как самореализации личности невозможно без чувства свободы. Духовное состояние личностной свободы возникает у человека при осознании им наличия внешних возможностей выбора и сформированной внутренней готовности осуществить этот выбор [Знаков, 1998].

Четвертое, *религиозное направление* имеет четко заданные границы: в нем *духовное* выступает только как *божественное откровение*. Одна из основных линий размышления о проблеме духовности человека заключается в обращении к трансцендентному Я, «внутреннему человеку». Актуально обсуждение противостояния внутреннего и внешнего, объекта и субъекта.

Основатель аналитической психологии К.Г. Юнг, сыгравший решающую роль в возникновении движения Анонимных Алкоголиков, рекомендовал страдающим алкоголизмом окунаться в религиозную атмосферу, чтобы пройти через преобразующие духовные переживания [Гроф, 2003].

Помощь человеку, блуждающему в пространствах своего Я, – это настоящая профилактика зависимости от наркотиков. В результате такой помощи человек становится более состоятельной личностью, более ресурсной. К ресурсам человека относятся и такие вехи личностной и духовной зрелости как своя собственная позиция по отношению к жизни и смерти, любви, одиночеству, вере, духовности и духовным ценностям. С психологической точки зрения к важнейшим ресурсам личности относится представление человека о себе, его Я-концепции. По мнению К.С. Лисецкого, развитие «внутреннего контура самопричинности и самоподдержки» составляет содержание процесса взросления личности и условие становления ее субъектности [Лисецкий, 2007]. В статье В.И. Литвиненко «Императив духовности и наркомания» озвучена мысль о том, что, душа «не нашедшая смысла и не реализующая свои возможности, становится этиологическим фактором, вызывающим болезнь» [Литвиненко, 2006, с. 58].

Смысл жизни напрямую связан с психическим здоровьем личности. По мнению К.Г. Юнга, именно стремление к духовным или культурным ценностям, как основным векторам смысла жизни, выступает условием обретения духовного здоровья [Юнг, 1994]. Во время духовного кризиса, связанного с поиском смысла жизни, происходит изменение мировоззрения. Основатель техники реконструкции личности, получившей название «Психосинтез» Р. Ассаджиоли описывает кризис, предшествующий духовному пробуждению, подобно описанию кризиса подросткового возраста [Ассаджиоли, 1997].

Именно в подростковом возрасте человек впервые начинает задумываться о смысле жизни. Поиск смысла жизни, выстраивание отношений с Богом, Абсолютом, поиск духовного ориентира является

одной из важнейших задач взросления человека, особенно в старшем подростковом возрасте. В этот период актуальны вопросы о смысле своего существования, о справедливости и об истоках страданий, о цели существования человечества вообще, здесь впервые сознательно проявляется духовность личности. Переживая этот кризис, человек испытывает неопределенное беспокойство, чувство неудовлетворенности и внутренней пустоты, которая может быть вызвана разочарованиями от прежних представлений о будничной, реальной жизни.

Проблема смысла жизни неразрывно связана с осознанием и принятием, а зачастую с мучительным поиском некоей внутренней точки, стержня, позволяющего удерживаться в изменяющемся внешнем полном противоречий мире и сохранять стабильность собственного внутреннего мира. Таким стержнем может стать «обретение» Бога (в религиозном понимании) или Абсолюта (как некоей субстанции, «мудреца» внутри самой личности).

Способы и средства «избавления» от всепоглощающей внутренней пустоты могут быть самыми разнообразными: от алкоголя, наркотиков и других негативных зависимостей до духовных практик. Все эти способы, так или иначе изменяют сознание человека. Врач Эндрю Уэйл в своей книге «Естественный ум» пишет о том, что желание человека изменять свое сознание есть необходимость, он указывает на врожденность и естественность этого желание, наряду с голодом или половым влечением. Духовные практики в этом смысле более безопасны с точки зрения здоровья физического (мы имеем в виду, что такая практика не связана со СПИДом или гепатитом и т.д.). По мнению Э.Фромма, религия как система взглядов и действий дает человеку систему ориентаций или смысл жизни [Франкл, 1999]. Духовно-ориентированные программы профилактики предлагают своим клиентам научиться переживать религиозный опыт. Однако не следует забывать, что некоторые духовные практики также могут привести к формированию зависимости личности. Примером могут служить случаи зависимости от сект и деструктивных культов.

Наши исследования показали, что к наркотику как средству снятия внутреннего напряжения и «решения» (избегания) проблем может обратиться как подросток, для которого актуальны конфликты взросления, так и взрослый человек с нерешенными задачами взросления подросткового возраста [Лисецкий, Литягина, 2008]. Определяющий фактор начала употребления наркотиков в любом возрасте, как правило, независимо от сочетания «факторов риска и защиты», может быть обозначен как «недостаточная субъектность», неспособность стать причиной себя в ситуации неопределенности при значительной рассогласованности «Я-концепции» личности [Лисецкий, 2007]. Кристина Грофф называет зависимых людей «духовными искателями», жаждущими целостности [Грофф, 2003].

Зависимость вынуждает человека постоянно проявлять хитрость, находчивость, «творчество» в процессе поиска наркотических веществ или средств на их приобретение. Сравнивая «личную эффективность» в состоянии наркотического опьянения и без него, потребитель подкрепляет свое сознательное стремление к пребыванию в этом состоянии. Переживание избыточных возможностей, а затем соблазн их повторных переживаний обуславливает появление праформ зависимости. По мере употребления наркотиков у индивида начинает формироваться новый жизненный цикл и новая «Я-концепция».

Логично предположить, что программы профилактики зависимости (особенно вторичной и третичной профилактики) необходимо изменяют Я-концепцию человека, способствуют созданию таких условий, в которых развивается субъектность: самостоятельность, ответственность личности, психологическая зрелость и др. Существует ли разница в качественных характеристиках Я-концепции людей, прошедших реабилитацию по программам духовно-ориентированным (религиозным) и программам без «религиозного уклона»?

В своем исследовании, проведенном совместно с А.В. Дорофеевой, мы предположили, что религиозный опыт структурирует индивидуальное сознание и образует основной вектор осмысленности

НАПРАВЛЕНИЕ 6. ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ... жизни у наркозависимых. Объектом исследования явилось индивидуальное сознание людей, проходящих реабилитацию от наркозависимости в религиозных и нерелигиозных программах. В качестве методов исследования были выбраны: метод реконструкции семантических пространств (В.Ф. Петренко), методика множественных идентификаций (в авторской модификации), методика предельных смыслов (А.Н. Леонтьев), факторный и кластерный анализ [Дорофеева, 2009].

Проанализировав результаты проведенного исследования, мы пришли к следующим выводам. Для лиц, проходящих реабилитацию, как по религиозным, так и по нерелигиозным программам, проблема зависимости, кажется уже решенной, а значит, бросить наркотики, в понимании наркозависимых не сложно. Сложно найти смысл жизни, не прибегая к их употреблению.

Зависимые, проходящие реабилитацию по религиозным программам, переживают состояние нетревожное и комфортное. Это состояние наиболее благоприятно для неупотребления. Однако их сознание как бы «уплощается», мир становится более когнитивно простым и однозначным. В этих условиях возникает иллюзия некой внутренней целостности. Результаты исследования представлены на рис. 1, 2.

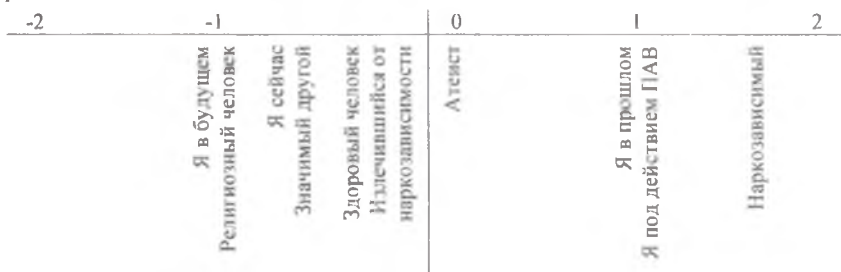


Рис.1. Результаты факторизации данных исследования сознания наркозависимых, проходящих реабилитацию по религиозным программам (был выделен 1 фактор)

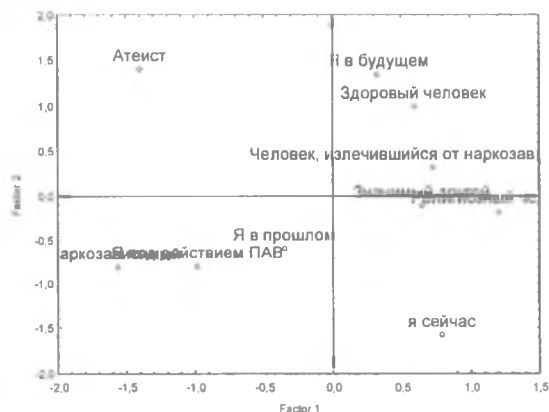


Рис. 2. Содержательная характеристика выделенного фактора при исследовании сознания наркозависимых, проходящих реабилитацию по религиозным программам

У наркозависимых, проходящих реабилитацию по нерелигиозным методикам, в отличие от первой выборки, обнаруживается внутрличностный конфликт, из-за несоответствия актуального и желаемого уровня развития личности, что может порождать психологическое напряжение, и, как следствие, угрозу рецидива (рис. 3).

Основная ценность наркозависимого, проходящего реабилитацию по нерелигиозной программе, получение избыточных возможностей, чтобы быть способным удовлетворить свои желания, как правило, эгоистического характера. Основная ценность наркозависимого, проходящего реабилитацию по религиозной программе – жить ради «Божьих целей», реализовываться через альтруистические мотивы.

Осмысленность жизни у наркозависимого, проходящего реабилитацию по религиозной методике приближена к осмысленности жизни здоровых людей и имеет альтруистическую направленность. Этот вывод следует из сравнения семантических пространств наркозависимых и здоровых испытуемых.



*Личная свобода,
Хозяин своей жизни,
Уверен в завтрашнем дне*

*Бессмысленность жизни,
Зависит от окружающих
Разочарован в жизни*

*Идет на поводу у своих желаний
Личное саморазвитие, Служение
Близким, Самостоятельность,
Уважает себя, Семья, Любит Бога,
Имеет ресурсы и возможности,
Жизнь полна смысла, Любит людей*

Рис. 3. Семантическое пространство наркозависимых, проходящих реабилитацию по нерелигиозным программам

Таким образом, можно сказать, что с одной стороны, религиозные программы профилактики, положительно влияют на динамику «выздоровления» и поддержания ремиссии, а с другой стороны могут привести к «уплощению», упрощению видения мира. Духовно-ориентированные программы будут эффективны в том случае, если они способствуют становлению внутренней системы самоподдержки человека, который будет способен «противостоять» рецидивам своей зависимости, т.к. станет целостным субъектом, действующим осознанно и целенаправленно активно.

Литература

1. Ассаджиоли Р. Психосинтез. – М.: Рефлекс-бук, 1997.
2. Гроф К. Жажда целостности. Наркомания и духовный путь. – М.: АСТ, 2003.

3. *Дорофеева А.В.* Исследование влияния религиозного опыта на эффективность вторичной профилактики наркозависимости // *Дипломная работа. СамГУ. Психологический факультет.* 2009.
4. *Знаков В.В.* Духовность человека в зеркале психологического знания и религиозной веры // *Вопр. психол., 1998, № 3. С.104-114.*
5. *Лисецкий К.С.* Проблема профилактики наркотической зависимости личности. – Самара: Универс-групп, 2007.
6. *Литвиненко В.И.* Императив духовности и наркомания // *Психиатрия и религия на стыке тысячелетий: Сборник научных работ.../ Под общ. ред. П. Т. Петрюка, Р. Б. Брагина. – Харьков, 2006. Т. 4. С. 58–59.*
7. *Сирота Н.А.* Профилактика наркомании и духовность человека/ http://www.narkotiki.ru/kids_255.html
8. *Франкл В.* Психотерапия и религия // *Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1999. С. 334-337.*
9. *Юнг К.Г.* Психология бессознательного. – М.: Университетская книга, 1994.

М.Е. Серебрякова

Роль ценностно-смысловой сферы личности в обеспечении личностной саморегуляции

Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта РГНФ («Психологическая профилактика наркомании в вузе»), проект № 08-06-00391 а

Проблема исследования человека с точки зрения его субъектных проявлений, процессов и условий его саморазвития и самораскрытия, его активного творческого отношения к явлениям действительности в последние годы становится все более актуальной в различных направлениях и отраслях психологической науки.