

НАПРАВЛЕНИЕ 5. ПСИХОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ И КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

С.В. Березин

Зависимость. Созависимость. Партнерство

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

Феномены, вынесенные в название статьи, взаимосвязаны, хотя и находятся в разных отношениях друг с другом. Мы обосновываем возможность социально-психологического взгляда на явления, которые обычно относят к сфере наркологии, психиатрии, клинической психологии или девиантологии.

Наш тезис заключается в следующем. Зависимость – это ненасыщаемая форма активности индивида, направленная на воспроизводство иллюзорного переживания расширяющихся возможностей: *все могу! все понимаю! все чувствую!* Важнейшим условием возникновения и неограниченного воспроизводства зависимости являются культура вынужденных желаний (макросоциальный уровень) и отношения созависимости (микросоциальный уровень), возникающие у зависимого со всеми, для кого он является значимым лицом. Единственной здоровой альтернативой зависимости и созависимости является партнерский тип отношений.

Аргументируем наш тезис.

Зависимость. Без особого преувеличения можно сказать, что «в лице» зависимости психология столкнулась с одним из наиболее серьезных вызовов XXI века.

Проблема зависимости не исчерпывается обычной для психологии неопределенностью статуса, структуры, генезиса и функций феномена. Изучение проблемы зависимости неизбежно приводит к пониманию ее трансцендирования не только за границы частных теорий, но и конкретных наук. Не исключено, что разработка проблемы обнаружит методологическую ограниченность казалось бы незыблемых принципов психологии. Так, при исследовании различных аспектов зависимости мы обнаруживаем феномены, детерминация которых не может быть сведена ни к целевой, ни к причинной.

Важным аспектом разработки проблемы является изучение культурно-исторической ситуации, порождающей условия для эпидемиологического распространения некоторых видов зависимости. Речь идет об особом варианте культуры массового потребления – *культуре вынужденных желаний* (К.С. Лисецкий), в которой «гедонизм из мотива получения удовольствия превратился в идеологию непрерывного потребления удовольствий и избегания неудовольствий любой ценой» [Лисецкий, 2007, с. 124]. Поддерживаемая средствами массовой коммуникации возгонка нарциссизма, индивидуализма и конкурентности усиливает экзистенциальный вакуум, способствует формированию и закреплению обсессивно-компульсивных черт личности. Нарциссические установки на исключительность подменяют ценности подлинной самореализации. Индивидуализм и конкурентность порождают одиночество, социальную изоляцию и разобщенность людей. Перфекционизм, стремление к соответствию социальным стандартам приводит к тому, что постижение собственного уникального смысла жизни подменяется социальным моделированием [Холмогорова, 2003]. Повседневная жизнь современного человека все больше и больше превращается, по словам В.Д. Шинкаренко, в «воспроизводство существующей структуры общества как некоего проводника в

сознательную социальную жизнь <...> при этом человек платит за такое существование в обществе <...> плату в виде собственной жизни, потраченной на воспроизводство этого же общества» [Шинкаренко, 2005, с. 160]. Необходимость делать не то, что важно тебе, а то, что *вынуждено*, погоня за престижем, статусом, необходимость соответствовать, а не быть порождают ощущение бессилия, беспомощности и тревоги.

Концепция зависимости как «бегства от реальности» малопродуктивна. Есть единственное условие, при котором интерпретация зависимости как «бегства от реальности» имеет смысл: если под реальностью понимать субъективную реальность индивида.

Вещество, поведенческий паттерн или тип отношения, наделяющий индивида большими, как ему кажется, возможностями действия («все могу!»), чувствования («все чувствую!»), понимания («все понимаю!»), способен стать предметом зависимости. По своему происхождению такие состояния *неотделимы от внешних источников*, хотя переживаются индивидом так, как если бы *он сам* был источником их порождения и действенности. Усвоение индивидом предмета зависимости или воспроизводство соответствующих паттернов поведения и отношений формирует у него состояния, порождающие *иллюзию избыточных возможностей* и состоятельности даже в условиях недоверия к самому себе, генерализованной тревожности, беспомощности и бессилия. Индивид все больше и больше направляет свою активность не на устранение бессилия, беспомощности и тревоги за счет собственных усилий, а на усвоение объектов или воспроизводство паттернов поведения, повышающих его могущество и наделяющих его *заимствованной субъектностью* [Лисецкий, 2008]. Таким образом, зависимость – это стремление индивида к воспроизводству целостности и состоятельности, не имеющих причин в себе. Это и есть, как мы полагаем, механизм формирования зависимости. Культура вынужденных желаний предлагает индивиду широчайший спектр ис-

точников заимствованной субъектности. Этим хорошо объясняется многообразие фиксируемых исследователями форм зависимости.

Выделяют химические зависимости (наркомания, алкоголизм, токсикомании, табакокурение), нехимические зависимости (гемблинг, аддикция отношений, сексуальная, любовная аддикция, аддикция избегания, работоголизм, аддикция к трате денег, ургентная аддикция), промежуточные аддикции (переедание или голодание) [Егоров, 2007]. Кроме этого можно говорить о технологических аддикциях [Griffiths, 2000] – Интернет-зависимость ([Войскунский, 2004; Гоголева, 2002]), телевизионная аддикция, аддикция к обильным телефонам. В качестве аддикции могут выступать духовный поиск [Постнов, Дереча, 2004], «состояние перманентной войны» [Постнов, Дереча, Карпец, 2004], зависимость от «веселого вождения» [Mc Bride, 2000]. К зависимостям относят фанатизм во всех его проявлениях (религиозный, политический, спортивный, национальный) [Менделевич, 2003].

Многообразие форм зависимостей, обычно сочетающихся друг с другом и легко переходящих одна в другую, побуждают исследователей к поиску единых механизмов их формирования, а с другой стороны, наталкивают некоторых из них на мысль о существовании социально-приемлемых форм зависимостей [Егоров, 2007].

Так, например, А.Ю. Егоров считает, что в основе реабилитации в наркологии должен быть поиск, а потом закрепление социально приемлемой формы замещающей нехимической зависимости. Вот как это должно выглядеть по мнению автора идеи: превалировать должна работогольная зависимость, для счастья необходимо некоторое количество любовной и сексуальной аддикции, для нравственности – религиозной, хобби могут выражаться в аддикции отношений, в вариантах компьютерной зависимости и иногда чуть-чуть в гемблинге. По мнению исследователя, допускаются также элементы химической зависимости – традиционное для нашей страны потребление алкоголя [Егоров, 2007]. Идея сколь предсказуемая, столь же и бесперспективная. Как показали исследования ([Березин, 2008; Лисецкий, 2007,

2008; Литягина, 2004; Назаров, 2000; Самыкина, 2002; Соловьева, 2004]), выполненные в контексте развиваемой В.А. Петровским теории персонализации [Петровский, 2007], единственная альтернатива любой форме зависимости – это возвращение субъектности, то есть становление личности как подлинного субъекта саморегуляции и автора своей жизни.

Ранее мы определили зависимость как ненасыщаемую активность индивида, направленную на воспроизводство состоятельности, не имеющей причин в себе. На макросоциальном уровне условием, инициирующим и способствующим неограниченному воспроизводству зависимости, является культура вынужденных желаний. На микросоциальном уровне такие условия возникают в семье зависимого индивида и в специфических сообществах, объединяющих носителей зависимости. Отношения в семьях зависимых могут быть обозначены как *созависимость*; отношения в сообществах, возникающих на основе химических и нехимических зависимостей, могут быть обозначены как *отношения иллюзорного партнерства*. В этом случае индивид представлен в сознании других членов сообщества не субъектными чертами своей индивидуальности, а переживаниями, порождаемыми усвоением предмета зависимости или воспроизводством соответствующего поведенческого паттерна [Соболева, 2006].

Созависимость. В исследованиях созависимости наблюдается также полифония, которую мы обнаруживаем в литературе, посвященной проблеме зависимости. Созависимость рассматривается как искажение личностных черт [Петрова, 2008]; как психологическое расстройство [Соловьева, 2004]; как нарушение поведения [Mendenhall, 1989], как особое психическое состояние [Москаленко, 2004].

Отметим генетическую и онтологическую специфику созависимости. Генетическая специфика созависимости заключается в том, что она может быть как вторичным феноменом, возникающим вследствие зависимости у близкого человека, так и первичным, когда зависимость возникает как следствие вовлечения индивида в созависимые

отношения. Однако и в том, и в другом случае созависимость – производная от зависимости.

Онтологическая специфика созависимости выражается в парадоксе причинности, суть которого заключается в том, что следствие (созависимость) активно производит/воспроизводит свою причину (зависимость). Обобщенный механизм *иницирования* зависимости в созависимых отношениях заключается в следующем.

Носитель созависимости иллюзорно преодолевает собственную экзистенциальную тревогу и несостоятельность, провоцируя в людях, находящихся с ним в близких отношениях, ощущения безысходности и беспомощности. Обнаруживая у близких проявления беспомощности (реальные или иллюзорные), созависимый реализует поведение, направленное на компенсацию их несостоятельности. Созависимый становится внешним условием, повышающим ресурсность и состоятельность своих близких. Однако отношения с созависимым характеризуются большей сложностью, напряженностью и неопределенностью, чем отношения с потенциальным объектом зависимости, «предлагаемым» культурой вынужденных желаний. Рано или поздно у тех, кто вовлекается в созависимые отношения, происходит переключение на какой-либо объект зависимости, «предлагаемый» культурой вынужденных желаний.

Обобщенная картина *обуславливающего влияния созависимости* на генезис зависимости может быть представлена на примере психической зависимости при наркомании.

Приобретая качества самооценности (что выражается в неспецифичности влечения) и неограниченной воспроизводимости, психическая зависимость реализуется вне типичных для зависимого индивида форм и способов поведения (близкие наркозависимого говорят: «мы его не узнаем...», «его как будто подменили...»). Воспроизводимое поведение, в основе которой лежит психическая зависимость, приводит к тому, что действия за пределами типичного, нормативного, предрешенного всей эволюцией семьи, становятся не просто регуляр-

ными, а утверждающими новый способ жизни. В сознании родителей формируется образ наркомана, отражающий не субъектные черты его индивидуальности, а «заимствованную субъектность», неотделимую от наркотика. Отраженный образ заимствованной субъектности модифицирует поведение близких наркозависимого, делая его ригидным и стереотипным. Чтобы не происходило теперь с наркозависимым, его близкие реагируют на него в соответствии с этими модификациями. Иными словами, близкие наркозависимого возвращают ему отраженную в них его заимствованную субъектность. Особый драматизм положения наркозависимого заключается в том, что отношение к нему все больше и больше опосредуется его заимствованной субъектностью. Своими реакциями созависимые не просто подкрепляют зависимость, они утверждают зависимость своего близкого как новую, более значимую для них сущность его бытия.

У нас есть основания предполагать, что созависимость – это феномен исключительного семейного гезеа, отражающий специфику семьи как малой социальной группы. Для его возникновения необходимы изначально близкие отношения, переживание общности судьбы и угроза возможной утраты близкого человека.

Исследования сообществ, объединяющих зависимых индивидов, позволяют обнаружить специфические для них условия, поддерживающие неограниченное воспроизводство зависимости. Речь идет об отношениях *иллюзорного партнерства*. Термином *партнерство* мы обозначаем такой тип межличностных отношений, который обеспечивает вовлеченным в них индивидам возможность подлинной персонализации – индивидуальной представленности в жизнедеятельности друг друга. Возможность такой трактовки партнерства непосредственно вытекает из основных положений теории персонализации (А.В. Петровский, В.А. Петровский).

Иллюзорным партнерством, существующим в сообществе зависимых, мы называем такой тип отношений, при котором индивиду *кажется*, что он может быть персонализирован (представлен в созна-

нии) в жизнедеятельности других членов сообщества, так как *только они* (и никто другой!) способны разделить с ним специфические переживания, обусловленные зависимостью. Носители практически всех без исключения зависимостей выражают эту позицию просто и безапелляционно: «Вам не понять...». Если для возникновения созависимости необходимо переживание общности судьбы с зависимым, то отношения иллюзорного партнерства возникают в сообществе зависимых на основе иллюзорной персонализации [Соболева, 2006] – ошибочного представления индивида о себе как адекватно отраженного в сознании других индивидов. «Я в себе и для себя» переживается зависимым как тождественное «я в другом и для другого», что представляет собой неадекватную интерпретацию реальности и может не иметь ничего общего с феноменом действительной отраженности в другом.

Между созависимостью и иллюзорным партнерством есть нечто общее. И в том, и в другом случае речь идет об отраженности заимствованной субъектности и порождаемой ею эффектах. И в том, и в другом случае речь идет об условиях, способствующих неограниченному воспроизводству зависимости. Мы полагаем, что единственной альтернативой иллюзорному партнерству и созависимости является подлинное партнерство.

Партнерство. Оставаясь в рамках социально-психологического дискурса, мы могли бы обозначить партнерство как особый тип межличностных отношений, возникающий, если каждый вовлеченный в них индивид стремится к максимальному удовлетворению своих потребностей при максимальной ориентации на потребности других. Очевидно, что нарушение этой пропорции неизбежно приводит к искажению межличностных отношений, поляризуя их. На одном полюсе мы можем наблюдать эгоизм, эгоцентризм, нарциссизм, игнорирование интересов других; на другом полюсе – широчайший спектр вариантов от самопожертвования до самоотрицания.

Ранее нами был сформулирован тезис о том, что зависимость возникает у индивида в том случае, когда он обнаруживает для себя возможность повышения своей состоятельности в решении жизненных ситуаций за счет каких-либо внешних агентов. Например, в тех случаях, когда необходимая ему храбрость является результатом употребления алкоголя, а не его собственных мобилизационных способностей. Очевидно, что речь в данном случае идет о дефицитности внутренней самоподдержки.

Нам представляется, что *достаточным* условием возникновения дефицита внутренней самоподдержки является становление личности ребенка в поляризованной системе отношений, в которой существуют только «Я» и «Они». Другой здесь либо средство, либо цель. Заметим, что *необходимым* условием развития эффективной системы внутренней самоподдержки является партнерство в отношениях, при котором контрроверза «Я» и «Они» снимаются общим «Мы». Характеризуя семью с партнерским типом отношений, К. Витакер говорил, что в них возникает общее «Мы», в котором индивидуальное «Я» обретает еще большую выраженность [Витакер, 1988].

Интересно, что подобного рода отношения могут возникать и в группах, если они достигают уровня развития коллектива [Петровский, 1982]. А.В. Петровский так характеризует отношения в коллективе: «...Субъект <...> реально, действенно относится к другим, как к самому себе, и к себе, как ко всем другим в своем коллективе» [Там же, с. 168].

Несомненно, что бытие индивида в сообществах, характеризующихся партнерскими отношениями, означает для него возможность персонализации в других членах сообщества проявлениями своей индивидуальности. Очевидно, что в этом случае «персонализация каждого есть условие персонализации всех» [Краткий психологический словарь, 1985, с. 240].

Зависим ли в этом случае индивид от партнерских отношений и коллектива? А.В. Петровский сказал бы: «Да». И это единственная

форма зависимости «личности от общества, при которой она становится свободной» [Петровский, 1982, с. 5].

Литература

1. Березин С.В. Психология созависимой личности. – Самара: Изд-во «Универс групп», 2008. – 200 с.
2. Витакер К. Полночные размышления семейного психотерапевта. – М.: Независимая фирма «Класс», 1988. – 208 с.
3. Войскунский А.Е. Актуальные проблемы зависимостей от Интернета // Психол.журн. 2004. Т. 25. № 1. С. 90-100.
4. Гоголева А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика. – М.: Изд-во Моск. псих.-соц. нн-та; Воронеж: Изд-во НПО МОДЭК, 2002. – 240 с.
5. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости. – СПб.: Речь, 2007. – 190 с.
6. Краткий психологический словарь / Сост. Л.А.Карпенко; Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1985. – 431 с.
7. Лисецкий К.С. Психологические основы предупреждения наркотической зависимости личности. – Самара: Изд-во «Универс групп», 2007. – 308 С.
8. Лисецкий К.С. Субъектная детерминация наркотической зависимости личности. – Самара: Изд-во «Универс групп», 2008. – 232 с.
9. Литягина Е.В. Нерешенные задачи взросления как психологические условия формирования аддиктивного поведения старшеклассников // Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – Калуга, 2004. – 22 с.
10. Менделевич В.Д. Наркозависимость и коморбидные расстройства поведения. – М.: МЕДпресс-информ. – 2003. – 328 с.
11. Москаленко В.Д. Зависимость: семейная болезнь. – М.: ПЭРСЭ, 2004. – 336 с.
12. Назаров Е.А. Наркотическая зависимость и созависимость личности в семье // Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – М., 2000. – 20 с.

13. *Петрова Е.А.* Риск созависимости в деятельности специалистов, работающих в детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей // Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – СПб, 2008. – 23 с.

14. *Петровский А.В.* Личность. Деятельность. Коллектив. – М.: Политиздат, 1982. – 255 С.

15. *Петровский А.В., Петровский В.А.* Индивид и его потребность быть личностью // *Вопр. философии.* 1982. №3. С. 24-38.

16. *Петровский В.А.* Человек как индивид, субъект, личность. Проблемная ситуация // *Мир Психологии.* 2007. №1. С.13-30.

17. *Постнов В.В., Дереча В.А.* Духовный поиск как вариант нехимической аддикции у больных алкоголизмом в ремиссии // *Новые методы лечения и реабилитации в наркологии (заместительная терапия, психофармакотерапия, психотерапия)* / Сб. материалов междунар. конф. Под общ.ред. проф. В.Д.Менделевича. – Казань, 2004. С. 287-291.

18. *Постнов В.В., Дереча В.А., Карпец В.В.* Аддиктивное поведение в форме «состояния перманентной войны» в структуре расстройств у больных алкоголизмом – ветеранов боевых действий // *Новые методы лечения и реабилитации в наркологии (заместительная терапия, психофармакотерапия, психотерапия)* / Сб.материалов междунар.конф. Под общ.ред. проф. В.Д.Менделевича. – Казань, 2004. С. 291-295.

19. *Самыкина Н.Ю.* Формирование личностной готовности психологов к првичной профилактике наркомании в среде старшеклассников // Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – Калуга, 2002. – 24 с.

20. *Соболева А.В.* Феномен инициации личности в наркосообществе // Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – Москва, 2006. – 24 с.

21. *Соловьева И.Е.* Психологические основания профессиональной подготовки консультантов по химическим зависимостям из числа выздоравливающих алкоголиков // Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – М., 2004. – 23 с.

22. *Холмогорова А.Б.* Страх смерти: культуральные источники и способы психологической работы // Моск. психотер. журнал, 2003, № 2. С. 120-131.

23. *Шинкаренко В.Д.* Нейротипология культуры. – М.: КомКнига, 2005. – 200 с.

24. *Griffiths M.D.* Internet addiction – time to be taken seriously? // *Addiction Research*. 2000. Oct. V.8. № 5. P. 413-419.

25. *Mc Bride A.J.* Toads syndrome: Addiction to joy riding // *Addiction Research*. 2000 Mar. V.8. № 2. P. 129-140.

26. *Mendenhall W.* Co-dependency definitions and dynamics// *Alcohol. Treat. Quart.* 1989. Vol.6. №1. P. 3-17.

О.Н. Ежова

Здоровый человек: реальность или миф?

Жизнь любого организма, в том числе и человеческого, носит адаптивный, приспособительный характер. Эта адаптивная природа жизни ни в коей мере не умаляет потребности человека в активности, в реализации собственной программы.

Здоровье зависит от множества факторов, однако каждый из них имеет свой психологический подтекст, поэтому при изучении здоровья необходим системный подход. В соответствии с ним человек предстает как сложная живая система, жизнедеятельность которой обеспечивается на разных, но взаимосвязанных между собой уровнях. В общем виде можно выделить три: биологический, психологический и социальный. Именно так еще в 1916 г. В.Н. Мясищев определил свою исследовательскую позицию в изучении психики человека, трактуя ее как биопсихосоциальное единство.

Два основных способа существования людей и, соответственно, два разных отношения людей к жизни описывает С.Л. Рубинштейн [*Рубинштейн, 1972, с. 348*].