

Особенности отношения ко времени у наркозависимых

Т.Н. ДЕНИСОВА – заведующая кафедрой практической психологии Вологодского государственного педагогического университета, кандидат психологических наук, доцент

В статье рассматривается характерное проявление наркотической зависимости – аддиктивный ритм, определяющий практически всю жизнедеятельность наркомана. Согласно трехуровневой концепции времени, предложенной автором, субъект может представлять время как точечное, циклическое или глобальное. Результаты исследования свидетельствуют о значимых различиях в отношении ко времени у здоровых и наркозависимых. Наркозависимые демонстрируют склонность к точечному времени, в то время как для успешной и устойчивой социально-трудовой адаптации необходима концепция глобального либо циклического времени.

Ключевые слова: время; наркомания; аддиктивный ритм; концепция трехуровневого времени.

Актуальность выбора темы вызвана неуклонным ростом заболеваемости наркоманией у молодых людей трудоспособного возраста. Такие больные формально являются трудоспособными, но реально нигде не работают и не учатся, многие нарушают закон и становятся преступниками. Находясь в местах лишения свободы, они нуждаются в психокоррекционной работе и социально-трудовой реабилитации. Учитывая огромную социальную значимость психического здоровья населения, которое является базисной социальной ценностью, и важность поиска наиболее эффективных путей психокоррекции, социально-трудовой реабилитации и реадaptации наркозависимых, мы решили выявить особенности отношения наркозависимых ко времени.

Время выступает одним из основных понятий, которым пользуются и в науке, и в обыденной жизни. Оно позволяет связать воедино отдельные процессы, события, предметы в образе мира субъекта¹. Образ мира строится на основе временной схемы мира, а умение решать временные задачи (задачи временного упорядочения и синхронизации, разбора прошлого опыта и планирования будущего) является одним из важнейших условий эффективности любой социально-трудовой деятельности². Чем эффективнее и рациональнее человек использует время, чем шире его временные возможности, тем успешнее он будет и как личность, и как профессионал.

Характеристика наркомании. Наркоманией называется группа заболеваний, которые проявляются во влечении к постоянному приему в возрастающих количествах наркотических веществ вследствие стойкой психической и физической зависимости от них, с развитием абстиненции при прекращении их приема³. За последние 10 лет в России отмечен семикратный рост наркомании. Если учесть, что наркотические средства потребляют в основном молодые люди в возрасте до 25 лет, становится понятной актуальность

проблемы. Важным аспектом рассматриваемого вопроса является и огромный риск распространения ВИЧ и других острых инфекционных заболеваний (например, гепатитов), которые представляют угрозу для жизни.

Несмотря на то, что зависимость от психоактивных веществ (ПАВ) является болезнью, у этой группы заболеваний есть принципиальное отличие от других болезней. Оно заключается в наличии периодов субъективно приятного состояния, которое больные получают в результате употребления ПАВ. Выделяют два основных мотива употребления наркотиков: 1) поиск удовольствия, хорошего настроения, увеличения активности, искусственной эйфории; 2) попытка с помощью химических веществ избавиться от неприятных переживаний или состояний, плохого настроения, затруднений в общении и т.п.⁴ Нетрудно заметить, что в обоих случаях человек должен быть неудовлетворен своим настоящим.

Однако аддиктивное (зависимое) поведение отличается от обычных для каждого человека способов отвлечения от повседневных забот. При аддиктивных реализациях желание ухода перерастает в непреодолимую потребность, и все мысли субъекта заняты поиском способов ее реализации. Происходит установление эмоциональных отношений и связей не с другими людьми, а с неодушевленным предметом или активностью, и только этот объект (суррогат) становится со временем источником и целью всех направленных поведенческих актов. У больных наркоманией отмечаются серьезные личностные изменения. Процесс становления аддиктивного поведения всегда сопровождается проявлениями механизмов психологической защиты. Основными формами психологической защиты у них являются отрицание, регрессия и компенсация. Для большинства аддиктов типичны гедонистические установки, то есть стремление к получению удовольствия немедленно и любой ценой. Но, несмотря на гедонизм, зави-

симые люди одинаково равнодушны не только к окружающим, но и к самим себе. Их эмоции становятся примитивными, развитие тормозится. Для наркозависимых характерна иллюзия контроля над своими аддиктивными проявлениями (большинство из них уверены в возможности самостоятельно прекратить аддиктивную реализацию в любой момент). Для нас представляет интерес понятие «аддиктивный ритм», который выражается в установлении определенной последовательности прибегания к средствам аддикции. Со временем аддиктивный ритм вытесняет естественный и становится интегральной частью личности, методом выбора при встрече с любыми жизненными трудностями. На этапе полного доминирования аддиктивного ритма он целиком определяет стиль и ритм жизни.

Итак, говоря о характерных проявлениях наркотической зависимости, мы отмечаем значительное изменение образа жизни, появление особого аддиктивного ритма и стиля жизни, определяющих практически всю жизнедеятельность наркомана. Все его действия направлены на то, чтобы добыть наркотик. Трудно найти успешно работающего или учащегося наркозависимого. Трудоспособность их существенно нарушена, ритмы жизни искажены и не соотносятся с окружающими ритмами. Многие из них нарушают закон, воруя, чтобы добыть наркотики.

Весьма схожие с вышеуказанными психологические характеристики личности имеют лица с отклоняющимся поведением. Проблему отношения ко времени у зависимых лиц (ранняя алкоголизация, отклоняющееся поведение) исследовали Ж.С. Мамедова, А.Н. Гусев, В.С. Хомик и А.А. Кроник⁵. Последние проанализировали отношение к настоящему и будущему юношей из воспитательно-трудовой колонии и здоровых юношей. Было выявлено, что переживания настоящего резко отличаются у этих двух групп. Отличительной чертой благополучных юношей является акцент на ценности настоящего времени, а девиантов – на гедонистическом к нему отношении. Авторы выявили также, что у благополучных юношей протяженность перспективных временных ориентаций существенно длиннее, чем у неблагополучных. Интересны практические рекомендации исследователей: необходимость формировать критерии ценностного отношения ко времени, способность правильно оценивать значение и полезность текущих событий жизни. Подчеркивается, что юноши-правонарушители должны начать «новую жизнь», то есть разрушить сложившуюся картину прежней жизни и построить новую, связывающую здоровые аспекты прошлого с социально и личностно значимыми целями будущего. Нам представляется, что данные рекомендации практически полностью соответствуют направлениям психокоррекционной и реабилитационной работы с большими наркоманией.

Специфика поведения больных наркоманией в стационаре. Анализ имеющихся в психологи-

ческой литературе исследований, посвященных отношению ко времени и нарушению отношения и понимания времени у лиц с нервно-психической патологией, мы хотим дополнить нашим опытом работы с большими наркоманией. В стационарных отделениях психиатрической больницы для лечения указанных больных предусматривается определенный режим дня с указанием конкретных часов для проведения лечебных процедур, психотерапии и трудотерапии.

Больные наркоманией отличаются крайней неорганизованностью, несоблюдением графика лечебных мероприятий, нуждаются в постоянном контроле. Для них характерно быстрое «остывание», то есть потеря интереса к любой деятельности при практически полном неумении самостоятельно занять себя. Основное их времяпрепровождение – бесцельное «шатание» по отделению, курение, разговоры о наркотиках. Наркозависимые, как правило, делят свое прошлое на часть жизни, которая предшествовала употреблению наркотиков, и период употребления наркотиков, оставляя за пределами своего внимания любые другие события своей жизни и жизни окружающих их близких людей.

Практически у всех наркозависимых мы наблюдаем существенный пробел в планировании конкретных событий будущего. В лучшем случае от них можно услышать достаточно туманные формулировки: «Перестану колотиться, найду хорошую работу, заведу семью». Но эти заверения не подкреплены никакими представлениями о том, как, каким образом это будет сделано, какие усилия они сами будут предпринимать для реализации своих целей. Будущее представлено только в фантазиях, мечтах как нечто, что появится само собой, либо вообще никак не представляется. По нашим многочисленным наблюдениям, наркозависимые с большим трудом способны выделить из своего прошлого события, на которые можно опираться как на позитивные, и практически не способны «увидеть» свое будущее.

Концепция трехуровневого времени. Обобщив известные исследования на тему отношения ко времени, мы предложили трехуровневую концепцию времени, согласно которой субъект может представлять время как точечное, циклическое или глобальное⁶.

К характеристикам точечного времени относятся ограниченность ситуацией, желаемой или действительной; слабая взаимосвязь между прошлым, настоящим и будущим, отсутствие последовательного перетекания одного в другое, нарушение причинно-следственных связей; эгоцентризм (это «только мое» время, оно ограничено событиями собственной жизни, эмоциональными переживаниями о прошлом и эмоциональными представлениями-надеждами о будущем); наличие начала и конца; отсутствие идеи бесконечности; может иметь пустоты (выпадение прошлого, настоящего или будущего).

Циклическое время отличается замкнутым циклом, который повторяется без изменения. Есть идея бесконечности, так как циклы повторяются бесконечное количество раз; внутри цикла существуют движение прошлое–настоящее–будущее, то есть развитие от прошлого к будущему, присутствует внутренняя логика развития; имеется одно направление; есть начальная точка отсчета и конечная точка развития, которые переходят одна в другую; отсутствует развитие от цикла к циклу.

Глобальное время не зависит от времени жизни конкретного субъекта или времени развития исторической эпохи (было до них и будет после них); оно бесконечно, не имеет начала и конца; имеет направление (или много направлений); развивается, движется, расширяется; многомерно, имеет объем.

Мы предполагаем, что субъект, обладающий концепцией точечного времени, плохо опирается на прошлый опыт, слаб в планировании, не способен синхронизироваться с окружающими ритмами и темпами, не способен устанавливать адекватные причинно-следственные связи, видеть цели и предпринимать адекватные настоящему попытки их реализации. Субъект с концепцией точечного времени буквально «привязан» к определенным моментам своей жизни, зависим от них. Его психологическое время разорвано, представляет собой отдельные хронологические интервалы и события сами по себе, без их взаимосвязей.

Субъект с концепцией циклического времени способен опираться на прошлый опыт и планировать будущее, но в ограниченных пределах. Он, скорее, исполнитель. Субъект с концепцией глобального времени способен к разбору прошлого опыта и планированию будущего с учетом окружающих ритмов и процессов, своевременен, учитывает многие возможности.

Нам представляется, что для успешной и устойчивой социально-трудо вой адаптации субъект должен обладать концепцией глобального либо циклического времени. Наша задача – проследить, как относятся наркозависимые ко времени.

Интерпретация и анализ данных эмпирического исследования. Исследованы группы здоровых молодых людей в возрасте от 18 до 25 лет, учащихся либо работающих (220 чел.) и больных опийной (героиновой) наркоманией (130 чел.). Эмпирическое исследование на первом этапе включало в себя семантическое оценивание понятий «время», «прошлое», «настоящее» и «будущее». Использовался стандартный 25-шкальный семантический дифференциал.

Выявлены значимые отличия в отношении ко времени у здоровых и наркозависимых. В первую очередь отметим особенности отношения к настоящему: здоровые испытуемые оценивают настоящее как значимо более активное и напряженное, чем прошлое, а наркозависимые – как значимо более печальное и тяжелое. Анализи-

руя восприятие шкалы «хаотичное–упорядоченное», можно сделать вывод о том, что настоящее представляется больными лицами более хаотичным, чем прошлое, а будущее – более упорядоченным, чем настоящее; отсутствует (в отличие от нормы) статистическая корреляция между семантическими кодами прошлого, настоящего и будущего. Таким образом, наркозависимые склонны к точечному времени. Это подтверждается и значимостью шкалы «хаотичное–упорядоченное» для наркозависимых испытуемых в оценке времени и его составляющих или, иными словами, отсутствием структурированности в своем внутреннем мироощущении, которое проецируется на реальный мир. Хаотичность времени означает отсутствие адекватной временной связности образа мира, что и происходит при понимании времени как точечного в нашей интерпретации.

На втором этапе исследования испытуемым предлагался вариант цветового теста отношений (ЦТО). В ЦТО используется стандартный набор цветов из теста М. Люшера и его интерпретация цветовых выборов⁷. Испытуемый выбирает цвета, с которыми ассоциируется время и его компоненты – прошлое, настоящее и будущее. Было выявлено, что при оценке времени наркозависимыми серый цвет занимает первую позицию. Оптимистичный желтый и активный красный отнесены ими на пятую позицию. Активность времени, как мы уже показывали, – это характеристика, которую приписывают времени здоровые люди. Красный цвет у здоровых молодых людей занимает вторую позицию, желтый – третью, зеленый – первую. При оценке прошлого больные предпочитают синий, черный и серый цвета (здоровые – серый, зеленый, красный), при оценке настоящего – зеленый, серый, желтый (здоровые – зеленый, красный, желтый), при оценке будущего – зеленый и синий (здоровые – желтый и фиолетовый). Интересно, что красный цвет избегается наркозависимыми при всех вариантах оценивания.

Следующий этап эмпирического исследования представлял собой графическое изображение времени с помощью восковых мелков 10 цветов. После того, как испытуемый рисовал «время», его просили разделить рисунок на три части – прошлое, настоящее и будущее. Рисунки анализировались по нескольким критериям, как распространенным в психологических исследованиях (например, физические характеристики рисунка), так и специфические (например, анализ последовательности прошлого, настоящего, будущего, а также рисунков с целью выявления уровня концепции времени их авторов). Было выявлено, что наркозависимым испытуемым присуще несколько значимых отличий от нормы. Это, в частности, уровень концепции времени и взаиморасположение прошлого, настоящего и будущего. Здоровые испытуемые (84%) представляют время как логическое перетекание из прошлого через настоящее в будущее, у

больных эта последовательность нарушалась. Уровень точечного времени был выявлен у 12% здоровых испытуемых и у 72% больных наркоманией. Столь же существенные различия получены по уровню глобального времени – у 42% здоровых и только у 4% больных наркоманией. Причем больным наркоманией уровень точечного времени присущ даже в большей степени, чем, например, больным шизофренией.

Являются ли эти особенности факторами, способствующими заболеванию, либо они являются следствием заболевания? Для ответа на этот вопрос, безусловно, требуются дальнейшие исследования. Мы склонны предполагать, что частично отмеченные особенности измененного отношения ко времени присутствуют до заболевания, а впоследствии, с началом и развитием заболевания, усугубляются еще больше. Из этого следует, что, выявляя группы риска, мы можем предупредить возникновение ряда нервно-психических нарушений и различных зависимостей. Известным является факт, что, как правило, в семьях (или прасемьях) больных наркоманией обязательно находятся зависимые (алкогольная или наркотическая зависимость, переядание, склонность к азартным играм и пр.), то есть зависимость определенным образом наследуется, наследуются репертуары поведенческих ролей, стереотипы поведения. Можно предположить, что неблагополучные родители передают своим детям и некомпетентность в решении временных задач. Одной из характеристик неблагополучной семьи является ее внутренняя хаотичность, непоследовательность. Возможно, дети, которые воспитываются в таких семьях, уже изначально переносят свое внутреннее ощущение беспорядка на окружающий мир, и их образ мира, включая время как его характеристику, в какой-то степени хаотичен и беспорядочен, поскольку время в должной мере не выполняет своей связующей функции между событиями и процессами образа мира. Косвенным подтверждением этого может служить тот факт, что все наркозависимые испытуемые в нашем исследовании, в отличие от здоровых, пристрастно отнеслись к шкале «хаотичность–упорядоченность» по отношению ко времени и его составляющим. Упорядоченность – одна из семантических универсалий будущего, а будущее значимо менее хаотично, чем настоящее; для больных наркоманией будущее значимо более упорядоченное, чем прошлое. Потребность в упорядочивающем жизнь внешнем источнике возникает в связи со слабой собственной активностью в решении временных задач. Активность здесь понимается как самоорганизация лично-

сти во времени. Роль субъекта состоит в том, что он ритмизирует и упорядочивает свои процессы, в том числе и трудовые; при отсутствии этой способности и наличии внутреннего хаоса невозможно решение трудовых временных задач. Напомним, что для здоровых испытуемых одной из главных характеристик времени и настоящего явилась активность.

Практическая реализация выводов для быстрой психодиагностики осуществлялась в нескольких направлениях – состояние временных возможностей пациента и отслеживание динамики в его состоянии. Важным прикладным аспектом явилась психокоррекционная работа с учетом временных возможностей и их расширения в ходе занятий. Было показано, что адаптивные способности возрастают через расширение временных возможностей человека.

Комплекс занятий по расширению временных возможностей удалось провести с несколькими больными опийной наркоманией. Ремиссия у наших клиентов существенно превысила ремиссию у остальных пациентов наркологического отделения. Все устроились на работу и работают на протяжении нескольких месяцев. Данный пример показывает, что успешная трудовая деятельность возможна и при наличии хронического заболевания (наркомании), приводящего к серьезному личностному дефекту. Тем более ценными являются методики, позволяющие помочь наркозависимому повысить свою временную компетентность, связать свои «временные точки» в единую причинно-следственную цепочку, по-новому ритмизировать свое время, создать новый ритм своей жизни, взамен прежнего, аддиктивного.

ПРИМЕЧАНИЯ

¹ См.: Артемьева Е.Ю. Основы психологии субъективной семантики. М., 1999.

² См.: Стрелков Ю.К. Инженерная и профессиональная психология. М., 2001.

³ См.: Наркомания: Сб. / Под ред. В.И. Петрова. Минск, 1999.

⁴ См.: Лекции по наркологии / Под ред. Н.Н. Иванца. М., 2000.

⁵ См.: Мамедова Ж.С., Гусев А.Н. Специфика ценностных ориентаций и временной перспективы девиантных подростков // Ярославский психологический вестник. 2007. Вып. 17. С. 84–87; Кроник А.А., Хомик В.С. Отношение ко времени: психологические проблемы ранней алкоголизации и отклоняющегося поведения // Вопросы психологии. 1988. № 1. С. 98–106.

⁶ См. подр.: Денисова Т.Н. Время в образе мира человека: норма и патология. Вологда, 2008.

⁷ См.: Люшер М. Цвет вашего характера. М., 1996.