

**ВЛИЯНИЕ АДДИКТИВНЫХ ФАКТОРОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ**

В статье рассматриваются основные аддиктивные факторы, которые оказывают влияние на личность: негативное влияние круга значимых людей, генетическая предрасположенность, длительное искусственное вмешательство в решение проблем, экзистенциальный вакуум (потеря смысла жизни). Рассмотрены психологические аспекты компульсивно-аддиктивного поведения.

**Ключевые слова:** аддикция, лимбическая система, личностные привязанности, экзистенциальный вакуум, компульсивное и аддиктивное поведение.

Проведенный нами анализ отечественной и зарубежной литературы по вопросам профилактики, лечения и возникновения аддикции показал, что абсолютное большинство авторов считают аддикцию анальгетиком внутреннего душевного дискомфорта, социальных проблем общения и экзистенциальной пустоты (А.Ю. Егоров, С.В. Березин, К.С. Лисецкий, В.Д. Москаленко, В.П. Сиволап, В. Франкл, S. Arterburn, М. Дюе и др.). В настоящее время исследования в области нейробиологии, нейропсихологии, аддиктологии и возрастной психологии подтверждают это (Ж.М. Глозман, А.Ю. Потанина, Н.С. Савицкая, Т. Overby, М. Дюе и др.). Специальный отдел головного мозга (лимбическая система) отвечает за реализацию позитивного состояния в чувственной сфере. Его задачей является защита человека от боли (в том числе и психологической) и обеспечение состояния радости и удовлетворенности. Эту задачу лимбическая система реализует на уровне подсознания, вне сознательного решения, и поэтому результат ее действия может быть непредсказуем, он зависит от того, каким образом выстроены нейронные связи в результате предыдущего опыта в личностных привязанностях и повторяющихся позитивных коммуникациях. В условиях неустойчивости личности к аддиктивным факторам лимбическая система решает свою задачу посредством тяги к алкоголю, шопингу, порнографии, гемблингу и т. д. Аддикция не ограничена исключительно употреблением химических веществ, изменяющих сознание. Аддикция включает в себя любое поведение, которое обеспечивает мощный выброс в организм нейромедиаторов [14].

Исходя из того, что нейронная карта головного мозга, которая впоследствии оказывается своеобразным путеводителем в нашей социальной, эмоциональной, интеллектуальной и духовно-нравственной сферах бытия, формируется главным образом до пяти лет, а ее коррекция происходит наиболее успешно до 10-летнего возраста, можно со всей уверенностью утверждать, что родители, семейная структура, семейные ценности и вклад со стороны предыдущих поколений оказывают решающее воздействие на становление личности человека [16]. Личностные привязанности ре-

---

\* © Телепова Н.Н., 2012

Телепова Надежда Николаевна (telepovS@mail.ru), кафедра дополнительного образования и психологического сопровождения образовательного процесса МОУ ДПО ПК «Центр развития образования» администрации г.о. Самара, 443084, Российская Федерация, г. Самара, ул. Ново-Вокзальная, 213.

бенка к взрослому человеку играют важную роль в становлении его характера. Сенситивные периоды сменяют друг друга, круг значимых людей расширяется. До 10–11 лет выбор отношений к жизни и, следовательно, формирование новообразований происходят подсознательно, в прямой зависимости от прочности выстроенных межличностных связей и стабильности повторяющихся позитивных коммуникаций. С 11–12 лет личность начинает осознанно делать выбор, таким образом, сознательно выбирая свое отношение к жизни и, значит, сознательно формируя собственные новообразования. При этом чем прочнее сформированные межличностные связи в допубертатном периоде, чем больше происходило позитивных повторяющихся коммуникаций, направленных на гармоническое развитие личности, тем больше шансов для человека укрепиться в прививаемых ему ценностно-смысловых ориентирах, невзирая на сложности пубертатного периода и дальнейшего жизненного пути, что дает ему возможность проявить устойчивость к аддиктивным факторам [7].

Развитию аддикции любого рода способствуют несколько известных факторов: негативное влияние круга значимых людей, генетическая предрасположенность, длительное искусственное вмешательство в решение проблем, экзистенциальный вакуум (потеря смысла жизни).

Анализ зарубежной и отечественной литературы по вопросу о формировании личности человека показал, что большинство авторов считают бесспорным существование прямой зависимости формирования личности от влияния определенного круга значимых людей (зоны ближайшего развития) на протяжении определенных сенситивных периодов. Этот фактор считается основополагающим в становлении характера и новообразований в структуре личности (Г.С. Абрамова, Б.С. Братусь, Л.С. Выготский, И.Ю. Кулагина, А.Н. Леонтьев, Л.Ф. Обухова, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон и др.). Детство – период, когда предрасположенность к аддиктивному поведению либо наиболее успешно корректируется и устраняется, либо формируется и/или укрепляется. Стабильные личностные привязанности жизненно необходимы в жизни ребенка. Начиная с младенческого возраста, когда ребенок начинает общаться с мамой, по выражению Д. Зигеля, происходит «разговор двух лимбических систем», например: ребенок заплакал, выражая свою потребность (заболел животик) → Мама оказала встречную заботу (прижала к себе, поцеловала, сделала массаж) → Ребенок успокоился (позитивный шаблон для будущих отношений) → Мама тоже счастлива (она улыбается и радуется) → Ребенок понимает, что он окружен заботой и любовью и ему не о чем беспокоиться [16].

В таком случае формируется здоровая личность, потому что через подобные коммуникации лимбическая система «учится» участвовать в построении близких отношений, что служит удержанию баланса в нейробиологической структуре головного мозга. Наличие в семье насилия любого рода (духовного, эмоционального, сексуального или физического) приводит к дисбалансу в выработке нейромедиаторов, в результате чего начинают преобладать такие эмоции, как одиночество, стыд, страх, гнев [12]. В результате негативных личностных привязанностей и отсутствия позитивных коммуникаций лимбическая система включает механизм компульсивно-аддиктивного поведения, которое влияет на высвобождение нейромедиаторов, отвечающих за чувственную сферу. Среди них: дофамин (отвечает за внимание, ускорение и обострение чувств, способность испытывать удовольствие, удовлетворенность и уверенность в себе), серотонин (отвечает за стабильность, режим сна, регулирует голод и агрессию), норэпинефрин (обеспечивает чувство собранности, готовности к действию, энергичность), эндорфин (влияет на способность переносить боль, стресс, усиливают чувство эйфории и благополучия). Химические зависимости (алкоголизм, табакокурение, наркомания, аддикция расстройств питания (булимия, анорексия) и нехимические зави-

симости (гемблинг, сексуальные аддикции и порно-, любовные похождения, трудоголизм, шопоголизм, религиозная аддикция, интернет-аддикции, созависимость и др.) являются анальгезирующим средством, которое притупляет душевный дискомфорт, но не решает ни психологические, ни социальные, ни духовные проблемы личности [4]. Дисбаланс нейрогуморальных реакций в головном мозге передается по наследству, что объясняет наличие генетической предрасположенности к аддиктивным факторам.

Если лимбическая система не научена получать радость естественным сбалансированным путем и уровень медиаторов снижен, то в работу постепенно включается механизм формирования толерантности и роста дозы (см. рис.).

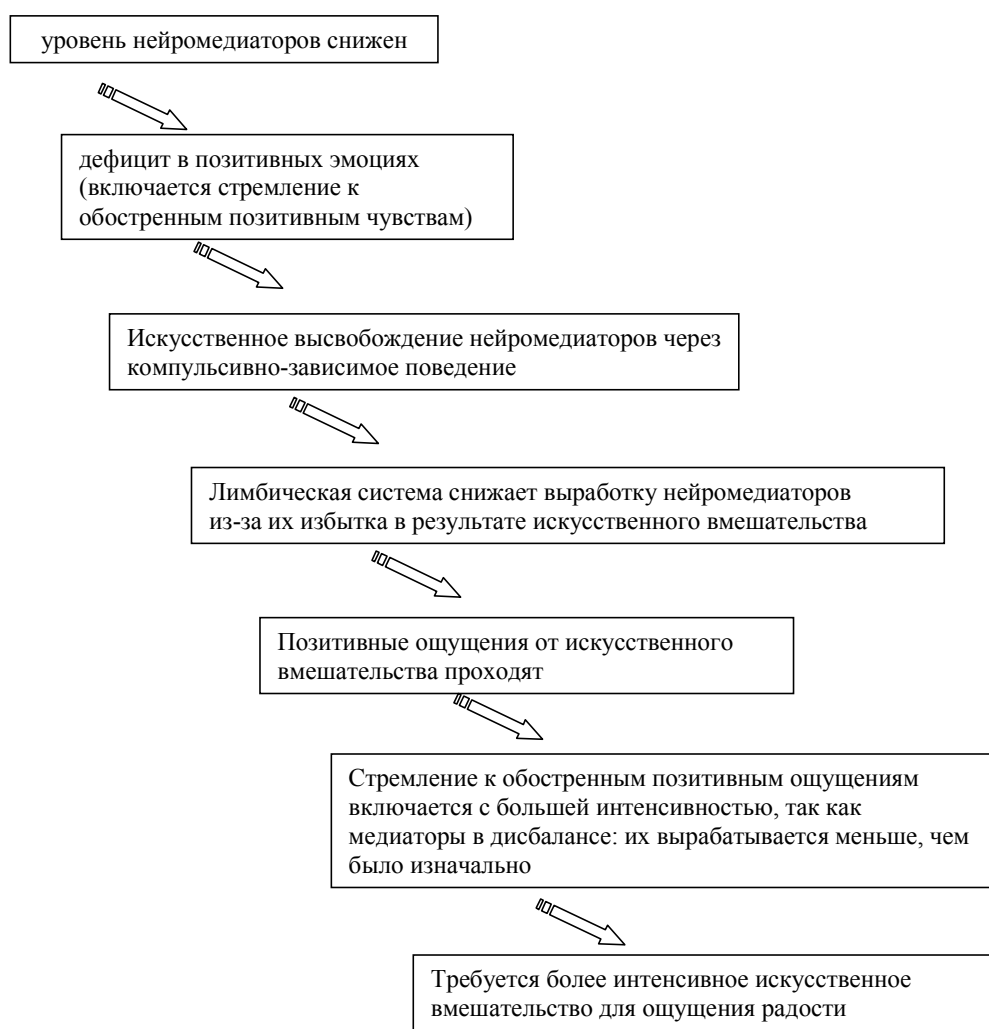


Рис. Механизм формирования толерантности и роста дозы

В результате искусственное вмешательство становится более интенсивным, а длительное сохраняющееся вмешательство в процесс решения личностных проблем приводит к аддикции.

По мере взросления человека все большее значение в формировании личности приобретает мировоззренческий фактор (осознание смысла жизни). В. Франкл создал теорию логотерапии и экзистенциального анализа, которая представляет собой систему философских, психологических и медицинских аспектов, связанных с природой и сущностью человека. Из собственных жизненных наблюдений, клинической практики и разнообразных эмпирических данных ученый делает следующее заключение: для того чтобы жить и активно действовать, человек должен верить в смысл, которым обладают его поступки. Отсутствие смысла порождает у человека состояние, которое этот исследователь называет экзистенциальным вакуумом. Этот вакуум является причиной многих неврозов, которые стали массовым явлением. Для полноты внутренних жизненных ощущений необходимо привести человека к осознанию ответственности и обретению смысла [9]. В. Франкл утверждает, что каждый нормальный человек стремится не к удовлетворению своих влечений и потребностей ради сохранения или восстановления душевного равновесия, а к осуществлению смысла и реализации ценностей, и лишь в ходе осуществления смыслов и реализации ценностей человек осуществляет и реализует себя самого. Как психиатр В. Франкл считает, что любой суицидент не боится смерти, но боится жизни, в которой не видит смысла собственного существования. Эта же мысль прослеживается в работах отечественных и зарубежных ученых (М. Дай, А.Ю. Егоров, К.С. Лисецкий, В.Д. Москаленко, И. Ялом и др.). Человек начинает практиковать компульсивно-аддиктивное поведение в жизни в том случае, когда не видит смысла собственного существования и/или не способен справиться с реальными проблемами бытия (духовными, социальными, личностными). Г.С. Абрамова так развивает эту мысль: «Своя человеческая жизнь – это жизнь, в которой присутствуют все и всё, потому что в ней присутствует создавший ее Творец, чей образ и подобие воплощаются в человеческих усилиях, когда они соответствуют замыслу творения. Тогда человек открывает в себе жизнь, и сам открывается жизни как существо бесконечное и бесстрашное» [1].

Б.С. Братусь считает, что ответственность перед лицом смерти является одним из признаков психической нормы человека. Как правило, ужас смерти чаще всего охватывает людей, которые живут неполно, бессмысленно, когда они ощущают себя нереализованными в жизни, а отношения с людьми у них формальны. Смерть бывает физической, психологической, социальной и духовной. Например, отсутствие в жизни человека любви, одиночество и чувство оставленности могут свидетельствовать о психологической или социальной «смерти» индивида. Как следствие, подобного рода смерть ускоряет процесс биологической смерти [2]. Формирование устойчивости личности к аддиктивным факторам предполагает наличие в круге значимых людей того, кто поможет человеку осознать собственную ценность, понять свое предназначение и смысл жизни. С самого раннего детства человека волнует не только вопрос «откуда я взялся?», но и «куда я иду?», который с годами становится все более актуальным. К сожалению, долгие годы танатология (наука, занимающаяся изучением вопросов, связанных со смертью и умиранием человека) не получала своего развития в нашей стране. О смерти вообще и о явлении смерти в личностном развитии человека не говорилось, соответствующих исследований не проводилось. А.А. Налчаджан полагает, что сегодня мы стоим перед актуальной социально-психологической проблемой: «какое влияние оказывает идея о неизбежности смерти на психику и развитие личности?» По его мнению, исследования и размышления о вопросах жизни, умирания, смерти и ее последствий для живущих – один из основных путей достижения мудрости и социально-психологической зрелости [6]. Смерть – это последний этап земной жизни человека, который проявляет степень нашей личностной зрелости. По мнению Э. Эвальдса, смерть – совершенно необходимый и неизбежный компонент жизни, наиболее полно выявляющий ее смысл [11].

Все эти вопросы особенно актуальны в нашем исследовании психолого-педагогических аспектов влияния аддиктивных факторов на ценностно-смысловую сферу личности, на возникновение у человека переживаний бессмысленности жизни. Смерть бывает:

- физическая (процесс биологического умирания);
- психологическая (чувство оставленности, одиночества, отчуждения, как результат могут активизироваться различного рода аддикции);
- социальная (нарушение межличностных отношений, пренебрежение со стороны окружающих; как результат возникают агрессия, апатия, асоциальная направленность действий);
- духовная (потеря смысла жизни, сомнения в ценности жизни вообще и своей – в частности, в результате суицидальные настроения, депрессия).

Эти аспекты танатологии имеют прямое отношение к психолого-педагогическим вопросам влияния аддиктивных факторов на потерю смысла жизни. Аддикция напрямую деструктивно влияет на физиологию, психику, социальные связи и духовное состояние человека. Психологическая, социальная и духовная стороны вопроса о смерти ускоряют процесс биологического умирания, потому что представляют собой тяжелый экзистенциальный кризис, из которого необходимо выходить на любом этапе человеческой жизни, в том числе и на последнем. Немецкий ученый Ф. Хуземан пришел к выводу, что «смерть – это не событие, которое настигает организм в конце жизни, а процесс, который уже в самом раннем детстве берет начало в центральной нервной системе и набирает силу по мере развития сознания. Смерть, как и жизнь, – это манифестация сверхчувственной деятельности в физической сфере» [10]. На протяжении всей своей жизни человек находится в процессе решения вопросов о своем личностном росте и о смысле собственной жизни. Человек приходит к определенному уровню развития смысловой сферы, который имеет отношение к его экзистенциальному восприятию самого себя. Перечислим эти уровни: эгоцентрический, группоцентрический, гуманистический (просоциальный), уровень нравственного сознания, духовный (эсхатологический) (Б.С. Братусь [2]). Если человек не «продвинулся» дальше **эгоцентрического уровня**, до самого конца он мыслит себя «центром Вселенной», а всех остальных воспринимает как призванных выполнять служебную роль, и, таким образом, он воспринимает людей вокруг себя через призму «полезности» для него. Формула этого уровня: **МОЯ ЖИЗНЬ = Я**.

Соответственно, смысл жизни рассматривается как увеличение личных благ вне зависимости от блага других людей. Смерть такого человека как бы уничтожает и его, и смысл его бытия. Жизнь рассматривается только как возможность получения максимальных удовольствий. Современная философия гедонизма имеет своим девизом «бери от жизни все, что можно, живем всего один раз», трансформированный в молодежное пренебрежение ценностью жизни в словах «живи в свое удовольствие – умрешь молодым и здоровым». Такая философия служит становлению и укреплению инфантилизации личности, тормозит ее развитие и в психологическом, и в социальном, и в духовном аспектах. Такой человек не умеет ни строить отношений, ни ценить свою собственную жизнь. Смысл своего существования он видит только в максимальном удовлетворении своих желаний, что «нацеливает» лимбическую систему на простой выход из дискомфорта через компульсивно-аддиктивное поведение.

Результатом личностного невзроствления у гедонистически направленных людей является смерть во всех четырех своих аспектах: физическая, психологическая, социальная и духовная.

На **группоцентрическом уровне** в центре бытия человека находится группа, с которой он себя идентифицирует. Формула этого уровня: **МОЯ ЖИЗНЬ = Я + МОЯ ГРУППА**.

Отношение к другим людям у человека, находящегося на этом уровне, напрямую зависит от его принадлежности к «моей» группе. В данном случае смысл жизни выходит за рамки собственного Я, за грани смерти конкретного человека, он уже распространяется на благополучие группы, к которой принадлежит данный человек. Смысл заключается в благе определенного «куска» общества, который может быть разным: от семьи и клана до целой страны. Смысл жизни в таком случае рассматривается как воспроизводство себе подобных и передача опыта следующим поколениям. Мораль на этом уровне вряд ли можно назвать духовной составляющей личности, потому что она корпоративна по своей сути (у преступников – своя, у религиозных деятелей – своя, у семейных кланов – своя).

Нравственное восприятие себя и окружающих людей начинается на **гуманистическом (просоциальном) уровне**, когда любой другой человек воспринимается такой же значимой личностью, представляющей собой такую же ценность, как и я сам, независимо от того, принадлежит этот человек моей группе или нет. Человек начинает брать на себя ответственность за происходящее вокруг него. Вопрос его жизни таков: «Что лично я могу сделать, чтобы изменить мир или хотя бы что-то вокруг себя?» Виктор Франкл провел в лагере смерти Аушвиц более трех лет. Там ему представилась возможность на собственном опыте проверить выдвинутую им до войны теорию о стремлении человека к осмысленности собственной жизни как главной движущей силе развития личности. Он считает, что примитивность человеческой природы, так же как и способность к высокой осмысленности своей личности и ценности другого человека, проявляются в человеке независимо от обстоятельств, потому что примитивные природы живут критериями власти и насилия, независимо от того, находятся они на свободе или подвергаются жестокому обращению [8]. Именно на этом уровне начинает работать императив И. Канта, золотое правило этики: «Поступай с другими людьми так, как хочешь, чтобы поступали с тобой».

На **уровне нравственного сознания** смысл жизни и деятельности человека преобразуется и расширяется до уровня всего человечества. Формула этого уровня: **МОЯ ЖИЗНЬ = Я + ВСЕ ЧЕЛОВЕЧЕСТВО**. Философ Мартин Бубер сказал следующее: «Каждый человек непостижимым образом включен в поток Вселенской взаимности» [5]. Каждый человек – как пазл, необходимая часть великолепной картины мироздания и истории человечества. Причем каждый настолько важен, что без него картина мироздания не была бы полной. Эта картина будет созидаться дальше, простираясь в будущее, исходя из решений, принимаемых нами, ныне существующими, строящими свою жизнь в соответствии со своими ценностно-смысловыми ориентирами.

Последний уровень смысловой сферы жизнедеятельности человека – **духовный (эсхатологический)**. На этом уровне человек начинает рассматривать себя как существо, соотношенное с духовной реальией мира. И он сам, и каждый другой человек воспринимается им как имеющий не только гуманистическую, социальную, но и сакральную ценность. На этой ступени устанавливается его личная «формула» связи с духовным миром, связи с Творцом. Здесь смерть уже не рассматривается как конец бытия, но как переход от одного состояния жизни в другое, от изменений душевно-телесных к изменениям духовно-бестелесным [2]. На этом уровне смысл жизни бесконечен, потому что он не уничтожим фактом физической смерти.

Для формирования устойчивости к аддиктивным факторам и обеспечения гармонического развития личности необходимо учитывать психолого-педагогические особенности этих факторов: влияния круга значимых людей, генетической предрасположенности, продолжительности искусственного вмешательства в решение личностных проблем, а также вопросов экзистенциального вакуума. Подход к решению данного вопроса должен быть комплексным, включающим в себя не только физиологические, но и психологические, социальные и духовные аспекты человеческой личности.

**Библиографический список**

1. Абрамова Г.С. Психология человеческой жизни. М.: Академия, 2002.
2. Братусь Б.С. Психология. Нравственность. Культура. М., 1994.
3. Бубер М. Два образа веры. М.: Республика, 1995.
4. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости. СПб., 2007.
5. Кулагина И.Ю., Колоцкий В.Н. Возрастная психология. М.: СФЕРА, 2004.
6. Налчаджян А.А. Загадка смерти. СПб.: Питер, 2004.
7. Телепова Н.Н. Формирование психологической устойчивости к аддиктивным факторам // Вестник университета (Государственный университет управления). 2010. № 15. С. 80–84.
8. Франкл В. Сказать жизни да. Психолог в концентрационном лагере. М.: Прогресс, 1990.
9. Франкл В. Экзистенциальный вакуум: вызов психотерапии. М.: Прогресс, 1990.
10. Хуземан Ф. Об образе и смысле смерти. М.: Энигма, 1997.
11. Эвальдс Э. Душепопечительство и терапия. СПб, 1999.
12. Anda R. Felitti V. Adverse Childhood Experience // American Journal of Preventive Medicine, 1998.
13. Bowlby J. Attachment and loss: vol.1.Attachment. N.Y.: Basic Books, 1969.
14. Dye M. The Genesis process: a relapse prevention workbook for groups. Auburn, CA: GAPP, 2006.
15. Harlow Y.F. Zimmerman R.R. Affectional responses in the infant monkey // Science. 1959.
16. Siegel D.J. Toward an interpersonal neurobiology of the developing mind /Infant mentalhealth journal. 2001. № 22. P. 1–2.

*N.N. Telepova\**

**ADDICTIVE FACTORS INFLUENCING DEVELOPMENT OF PERSONALITY**

The basic addictive factors influencing development of personality: negative attachments, genetic predisposition, long unnatural interference into the process of problem solving, existential vacuum (sense of life absence) are viewed in the article. Psychological aspects for compulsive and addictive behavior are viewed.

**Key words:** addiction, limbic system, personal attachments, existential vacuum, compulsive and addictive behavior.

---

\* *Telepova Nadezhda Nikolaevna* (telepovS@mail.ru), the Dept. of Advanced Training and Psychological Maintenance of Educational Process, «Center of Development of Education», Samara, 443084, Russian Federation