

Учебная литература ТГМУ

Н.А. Кравцова, М.В. Яворская

# ПСИХОДИАГНОСТИКА ЗАВИСИМОСТИ АЛКОГОЛИЗМА

*Учебно-методическое пособие*



Владивосток  
Медицина ДВ  
2017

ISBN 978-5-98301-129-8



9 785983 011298



Издательство «Медицина ДВ»  
690950 г. Владивосток, пр-т Острякова, 4  
Тел.: (423) 245-56-49. E-mail: [medicinaDV@mail.ru](mailto:medicinaDV@mail.ru)

Министерство здравоохранения Российской Федерации  
Тихоокеанский государственный медицинский университет

Н.А. Кравцова, М.В. Яворская

# ПСИХОДИАГНОСТИКА ЗАВИСИМОСТИ АЛКОГОЛИЗМА

*Учебно-методическое пособие*

*Рекомендовано УМО РАЕ по классическому университетскому  
и техническому образованию в качестве учебного пособия  
для слушателей системы послевузовского и дополнительного  
профессионального образования врачей, обучающихся по специальностям  
Психиатрия, Психиатрия-наркология, Психотерапия*



Владивосток  
Медицина ДВ  
2017

УДК 616.89-008.441.1-072.8(083.121)  
ББК 56.145.11:53.435я73  
К 771

*Издано по рекомендации редакционно-издательского совета  
Тихоокеанского государственного медицинского университета*

**Рецензенты:**

**Е.Л. Николаев** – д.м.н., профессор,  
заведующий кафедрой социальной и клинической психологии  
Чувашского государственного университета имени И.Н. Ульянова  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

**В.М. Бызова** – д.п.н., профессор кафедры общей психологии  
Санкт-Петербургского государственного университета

**Кравцова, Н.А.**

К 771 Психодиагностика зависимости алкоголизма : учебно-методические рекомендации / Н.А. Кравцова, М.В. Яворская. – Владивосток : Медицина ДВ, 2017. – 108 с.  
ISBN 978-5-98301-129-8

Учебно-методическое пособие представляет психодиагностику зависимости от психоактивных веществ: выделение проблемных, беспроблемных потребителей алкоголя; модели потребления алкоголя среди пьющих; выявление нарушений, связанных с употреблением алкоголя; алкогольной зависимости; оценку хронической алкогольной интоксикации; выявление признаков алкоголизма и бытовых форм пьянства; комплексную экспресс-оценку алкогольной анозогнозии у пациентов с алкогольной зависимостью; оценку тяжести алкогольного абстинентного синдрома, мотивацию потребления алкоголя у мужчин; определение зависимости от употребления психоактивных веществ. Психодиагностика эмоциональных состояний состоит: из оценки выраженности тревожных расстройств; определения тяжести уже выявленной тревоги; диагностики тревожности при подозрении, что соматическое расстройство коморбидно с тревогой; выявления лиц с «хроническими реакциями тревоги», депрессии, диагностики депрессии у подростка; измерения выраженности негативного отношения субъекта к собственному будущему; выявления психологических признаков у психиатрических пациентов и здоровых лиц; предварительной диагностики патологической тревоги, индекса астении; диагностики факторов риска психосоматических заболеваний и аддитивных расстройств; индивидуальной диагностики состояния субъекта; исследований неспецифического качества жизни.

Рекомендуется для слушателей системы послевузовского и дополнительного профессионального образования врачей по специальностям Психиатрия, Психиатрия-наркология, Психотерапия.

УДК 616.89-008.441.1-072.8(083.121)  
ББК 56.145.11:53.435я73

ISBN 978-5-98301-129-8

© Н.А. Кравцова, М.В. Яворская, ТГМУ, 2017  
© «Медицина ДВ», 2017

## ВВЕДЕНИЕ

Зависимое (аддитивное) поведение рассматривается на сегодняшний день как одна из самых распространенных форм деструктивного поведения, которое выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема психоактивных веществ или постоянной фиксации внимания на определенных активностях (видах деятельности), что сопровождается развитием интенсивных эмоций. Этот процесс настолько захватывает человека, что начинает управлять его жизнью. Человек становится беспомощным перед своим пристрастием. Волевые усилия ослабевают и не дают возможности противостоять зависимости.

*Биопсихосоциодуховная модель химической зависимости (концепция G.L. Engel)* предлагает многоуровневый подход к анализу психосоматических нарушений, является теоретическим антагонистом «биомедицинского подхода», неучитывающего психологический и духовный уровень функционирования человека. Признание и изучение биопсихосоциодуховной природы химической зависимости позволяет объединить существующие способы помощи с целостной программой реабилитации модели выздоровления, основанной на знании, как природы зависимости, так и закономерностей выздоровления.

В настоящее время многих людей беспокоит вопрос о разного рода зависимостях. Термин «зависимость» подразумевает под собой невозможность обходиться без чего-то или кого-то в обычной жизни. Исключение такого объекта рождает неприятные эмоции, крайне сильно влияет на активность, работу, общение, восприятие мира, учебу. В психологии выделяется даже отдельный тип людей, наделенных склонностью к аддиктивному или зависимому поведению.

Слово «зависимость» обычно ассоциируется с разного рода психотропными веществами. Но она может проявляться по отношению к конкретному человеку или зафиксированной на деятельности, событиях. Частично это соотносится с привычкой, но не каждая привычка в состоянии дарить нужные положительные эмоции. Зависимость строится на достижении эмоционально комфортного состояния [7].

Аддиктивное поведение следует рассматривать в контексте бегства от жизни. Создавая свой индивидуальный мир, человек старается отгородиться от суровой, в ряде случаев беспощадной реальности. Существует несколько вариантов подобных бегств, к которым обращаются люди, имеющие склонность к зависимостям. Часто человек совершает свой выбор неосознанно, руководствуясь бессознательными инстинктами. Поэтому такому человеку трудно найти реальный выход, разрушить привычную зону комфорта. Бегство от реальности может проявляться вариантом «побега в тело». В этом случае проявляется некая фиксация на своем телесном состоянии. Вариантами этого считается зависимость от диет, нарушение пищевого поведения, склонность к сыроедению, чрезмерные оздоровительные мероприятия. Параллельно с заботой о своем здоровье может присутствовать склонность к чрезмерным сексуальным связям. Секс воспринимается как возможность получения позитивных эмоций. Другим вариантом бегства может быть уход в работу или учебу. Трудоголизм является попыткой скрыться от проблемной реальности. Человек попадает в зависимость от работы, теряет умение отдыхать. Еще одним пространственным вариантом считается бегство в фантазии, к которому склонны впечатлительные, эмоциональные личности. Фантазии могут быть и личные, и религиозные, а могут быть как беспочвенные и псевдофилософские искания. Реже встречается бегство в одиночество, когда человек стремится свести все контакты на нет, получить желаемую добровольную самоизоляция. Противоположностью служит стремление к чрезмерному общению, зависимость от посторонних людей. Таким образом, не каждый человек имеет склонность к зависимостям. Аддиктивный тип подразумевает наличие ряда черт, которые способствуют развитию зависимостей. Причинами могут быть психотравмирующие ситуации в детстве, в семье, наличие особого воспитания и индивидуальные психические свойства человека [8].

Особенности людей, имеющих склонность к зависимостям:

- ощущение сильной опустошенности и беспомощности в ситуациях, когда теряется ранее существующая близкая и сильная связь с другим человеком. Здесь фигурирует идея о личной несостоятельности, низкой самостоятельности человека;
- готовность к унижениям (и на работе, и дома) с целью быть любимым, услышанным и увиденным, желанием ощущать внимание. Подобное совершается и по причине страха быть неприкрытым в каком-то коллективе, а одиночество видится слишком тяжелым. Имеет место внутренняя зависимость от коллектива, общества;

- человек, наделенный склонностью к зависимости, стремится быть хоть с кем-нибудь, лишь бы не быть одиноким;
- готовность соглашаться с любыми требованиями, чрезмерная услужливость и внимание к окружающим людям из-за страха отвержения. Даже осознавая, что другой человек абсолютно не прав, личность со склонностью к зависимостям не имеет ресурсов, сил, чтобы отстоять свою позицию;
- полное неумение принимать решения и чрезмерный страх ответственности. Такому человеку всегда требуются сторонние советы, он всячески старается отдать право на решение другому человеку (другу, коллеге, родственнику);
- аддиктивная личность очень ранима, не переносит критических суждений в свой адрес, для нее важно полное одобрение поведения, слов, поступков со стороны общества. У такого человека низкая самооценка, корректировать которую слишком трудно, а также уровень собственного достоинства критично низкий.

К дополнительным чертам, которые могут отмечаться у склонных к разного рода зависимостям, в частности от психотропных веществ, можно отнести некоторые моменты:

- ярко выраженные психологические зависимости, сильная склонность к ним;
- снижение возможности справляться с трудностями, противостоять им в реальной жизни;
- комплекс неполноценности, маскирующийся наигранным превосходством;
- чрезмерно высокая тревожность, впечатлительность, нестабильность, непостоянство эмоциональных реакций, слабость нервной системы;
- истерические реакции и склонность обвинять третьи лица во всех жизненных неудачах.

Внутри аддиктивной личности сильно ущемленные мотивация и волевые качества в ряде случаев могут быть совершенно неразвитыми.

Распространение различных видов зависимого поведения (наркомания, алкоголизм, токсикомания, игромания, интернет-зависимость и др.) представляет собой серьезную угрозу для современного общества и требует объединения усилий специалистов различного профиля. Глубокое понимание причин, механизмов и факторов возникновения зависимости подразумевает обращение внимания как на личностные особенности аддиктов, так и на внешние, в частности на социально-психологические условия развития склонности к аддик-

тивному поведению. Последний аспект подразумевает серьезное исследование ближайшего окружения зависимых лиц, в первую очередь семьи. Именно там происходит первичная социализация ребенка, его адаптация к меняющимся жизненным обстоятельствам, формирование определенных когнитивных схем и паттернов поведения, позволяющих более или менее адекватно воспринимать и решать те или иные проблемы. Большинство отклонений в поведении зависимых лиц имеет единую основу – неправильную систему семейного воспитания, что обуславливает личностную незрелость, социальную дезадаптированность ребенка, большое количество внутриличностных проблем и ограниченный набор способов их разрешения. Для такой личности аддиктивная активность выступает одним из наиболее легких и приятательных путей развития [9].

Аддиктивное поведение предоставляет человеку наиболее простую возможность ухода от решения насущных проблем, возможность мнимого избавления от кризисных переживаний, оно становится максимально заманчивым способом убежать от себя, избежать сложного процесса личностного становления и развития. В основе зависимости, с точки зрения Ц.П. Короленко, лежит стремление к уходу от реальности путем достижения измененного состояния сознания посредством приема психоактивных веществ или постоянной фиксацией внимания на определенных видах деятельности с целью развития и поддержания интенсивных эмоций [1].

Многие исследователи видят психологические корни зависимости в нарушении нормального взаимодействия между родителями и детьми, причем это касается как химических, так и нехимических зависимостей. В частности, при изучении наркомании психологи считают, что семья может выступать как фактор:

- 1) формирования преднаркотической ситуации;
- 2) фиксации психологической зависимости от наркотиков;
- 3) продолжения приема наркотиков;
- 4) эффективности терапевтической и реабилитационной работы [7].

Более того, именно наркотическая зависимость (в сравнении с алкогольной, токсикоманической и т. д.) рассматривается учеными как семейный аддиктивный паттерн, т. е. феномен, развивающийся именно в семье и являющийся типичным для всей семейной ситуации [7]. Иными словами, сама семейная атмосфера потенциального и реального наркомана аддиктогенна, в такой семье и другие ее члены обнаруживают личностные изменения, связанные со склонностью к зависимости. Так, исследования семей, в которых у одного из

членов выявлялась наркозависимость, показали, что аддиктивные формы поведения присущи не только наркоману, но и одному из родителей (чаще отцу). Аддиктивное поведение у родственника наркомана проявлялось в виде: трудоголизма (38,7% случаев), сверхценных увлечений, в частности, «паранойи здоровья» (22,6% случаев), алкогольной зависимости (16,1% случаев), гемблинга (зависимости от азартных игр) (12,9% случаев), религиозного фанатизма (9,7% случаев) [6]. Сама система семейных отношений – мощный источник возникновения у ребенка личностных особенностей, которые формируют психологическую потребность в наркомании, алкоголизме и т.д.

Стефан Мейсон в своем исследовании указывает, что на вопрос, где же проходит граница возникновения зависимости, затрудняются ответить от 10 до 15 процентов людей. Примерно 20 процентов всех людей склонны к зависимости.

Выделяют 5 общих признаков у людей, которые склонны к попаданию в зависимость:

1. *Неспособность контролировать импульсивное поведение.* Это может касаться любителей похода в магазины, людей, которые проводят много времени в социальных сетях, тех, кто не вылезает из спортзала и т.д. Как отмечает Дана Дэвис из Scitable, слабость к импульсивному поведению является четким индикатором зависимости. Получать удовольствие от новых вещей, новых тенденций – такая же важная часть жизни, как получать удовольствие от вкусной еды. Все это приносит эмоции – то, ради чего покупается только что выпущенный новый смартфон. Но постоянное и непреодолимое желание получить еще больше вещей или впечатлений, еще, еще – уже нельзя назвать нормой.

2. *Слабая связь с личными целями и ценностями.* Склонность к импульсивному поведению считается логическим продолжением недостаточно сильного стремления достигать поставленные цели или отсутствие этих целей вообще. Когда накатывает импульс, то людям не хватает мотивации противостоять ему. Нет чего-то такого, ради чего человек сможет сказать себе «стоп». Например, так легко прервать работу на минутку и зайти в Контакт или в Фейсбук. И главное, если подумать, то станет понятно, что парой минут, проведенных в соцсети, не отделаешься. Пары часов как не бывало.

3. *Постоянный стресс и высокий уровень тревожности.* Человек, который склонен к приобретению зависимости, имеет довольно высокий уровень стресса и тревожности. Чувство вины, которое может появиться после импульсивного поведения, выпивки, досада от осуждения поведения близкими, плюс понимание, что что-то не так – пря-

мая дорога к стрессу и тревоге. Первый шаг к избавлению от любой зависимости – будь то курение или игровые автоматы – это признание ее. Осознание проблемы и разработка плана по борьбе с зависимостью уже может повысить самооценку.

4. *Социальное отчуждение и одиночество.* Перебираясь из одной социальной группы в другую и постоянно меняя свое хобби, человек просто не успевает построить какой-то фундамент, который помог бы ему сформулировать ценности и цели.

5. *Перепады настроения и низкая самооценка.* Самый показательный знак, что человек может быть склонен к зависимостям – это низкая самооценка и постоянные перепады настроения.

Вопрос диагностики, связанный с потреблением алкоголя, выявление лиц повышенного риска развития алкогольной зависимости остается в настоящее время особенно актуальным. Возникает необходимость скрининга, под которым понимается выявление состояний риска или повышенного риска возникновения алкогольной зависимости (АЗ) с помощью психологических тестов. Скрининговые тесты позволяют выявить лиц с вероятным наличием того или иного заболевания среди людей, не предъявляющих каких-либо жалоб по поводу здоровья [3].

Расширение и интенсификация исследований в области психологии зависимости, как в отечественной, так и в зарубежной науке определяется тем, что современное общество характеризуется кризисными явлениями во многих сферах общественной жизни. В этих условиях кому-то удастся успешно адаптироваться и противостоять негативным влияниям, брать на себя ответственность за происходящее и принимать решения, а кто-то с трудом переносит даже кратковременные и незначительные колебания настроения. Последние в качестве способа восстановления психологического комфорта и эмоционального равновесия нередко прибегают к искусственному изменению своего психического состояния. Подобный «способ решения проблем» может закрепляться и стать устойчивой стратегией взаимодействия с действительностью. В поисках средств защиты от напряжения, дискомфорта, стресса такие люди часто прибегают к стратегиям аддиктивного (зависимого) поведения. Таким образом, с появлением массовых состояний психоэмоционального напряжения увеличивается количество форм разрушающего поведения, связанного со стремлением заполнить пугающую внутреннюю пустоту, заместить ее тем, что на какое-то время может дать иллюзию полноты жизни, собственной духовной наполненности и гармонии.

# I. ПСИХОДИАГНОСТИКА ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

## ТЕСТ НА АЛКОГОЛИЗМ УНИВЕРСИТЕТА ШТАТА МИЧИГАН (MAST)

Диагностика вероятности наличия алкоголизма.

*Инструкция к тесту*

Пожалуйста, ответьте на вопросы теста.

Варианты ответов: • Да. • Нет.

*ТЕСТ*

1. Вы считаете, что выпиваете не больше других (то есть не больше чем основная масса людей)?
2. Случалось ли с Вами такое, что проснувшись утром после того, как выпивали, Вы не могли вспомнить часть прошедшего вечера?
3. Выражают ли беспокойство или недовольство по поводу Вашего пьянства супруг(а), родители или другие близкие родственники?
4. Можете ли Вы без большого усилия над собой прекратить потребление алкоголя после того, как выпили 1-2 рюмки?
5. Вы испытывали когда-нибудь чувство вины из-за пьянства?
6. Ваши друзья или родственники считают, что Вы пьете не больше других?
7. Вы всегда можете прекратить употребление алкогольных напитков, когда захотите?
8. Вы когда-нибудь посещали собрание общества Анонимных Алкоголиков?
9. Ввязывались ли Вы в драку в состоянии алкогольного опьянения?
10. Возникали ли у Вас проблемы с супругом(ой), родителями или другими близкими родственниками из-за Вашего пьянства?
11. Ваш(а) супруг(а), родители или другие близкие родственники обращались к кому-нибудь с просьбой помочь решить проблему Вашего пьянства?
12. Вы когда-нибудь теряли друзей или подруг из-за пьянства?
13. Возникали ли у Вас неприятности на работе из-за Вашего пьянства?