

## ПСИХОГИГИЕНИЧЕСКИЕ ПЕРСПЕКТИВЫ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

**Москвитин Павел Николаевич**, ГБОУ Новокузнецкий государственный институт усовершенствования врачей – филиал ФГБОУ ДПО РМАНПО Минздрава России, Новокузнецк-Новосибирск.

**Аннотация:** В статье проводится анализ нового методологического подхода к проведению мероприятий первичной профилактики пограничных нервно-психических расстройств и аддиктивного поведения у детей и подростков. Обосновывается инновационный психогигиенический подход к управлению устранимого поведения риска методом "Профилактической психодрамы".

**Ключевые слова:** поведение риска, метод "Профилактической психодрамы", профилактика, экзистенциальные ценности и убеждения здорового образа жизни.

Актуальность. Психогигиеническая модель развития современной психотерапии ставит своей традиционной целью сохранение нервно-психического и психосоматического здоровья, развитие саногенных свойств личности, в том числе таких виктимных групп населения как детей и подростков. Как известно, личностные характеристики, опосредующие и нейтрализующие аддиктивное социальное влияние, в научно-популярной литературе получили название «антинаркотический барьер». Вариантов «степеней чувствительности» (в том числе аномальных личностных особенностей), равно как и вариантов негативного информационного влияния, а также вариантов их разнообразных сочетаний, выделено достаточно много. Наиболее часто внимание исследователей и разработчиков профилактических программ привлекают следующие пары: «социальное давление и резистентность к давлению среды» путем формирования копинг-стратегий (Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, 2000- 2009; А.В. Соловов, 2000), «пронаркотическая реклама в СМИ - навыки критического восприятия информации» (О.Г. Романова, 1998) и др. Привести полный перечень возможных сочетаний противодействующих средовых и внутриличностных «агентов» не представляется возможным. Более того, некоторые авторы (Д.В. Семенов, 2001) считают, что рассмотрение «степеней чувствительности» по сути, ведет к бесплодному поиску «личности наркомана», а не раскрывает механизмы наркотизации. Тогда как процесс преломления воздействия социального окружения через призму отношения субъекта к миру, порождающий психический образ окружающего, в котором мотивационные процессы, взаимодействующие в рамках психического образа, формируют результирующее побуждение и вскрывает механизм приобщения к психоактивному веществу.

Метод и методология. В разрабатываемом нами психогигиеническом подходе учитываются положения, изложенные в работах М. Вебера и Р. Дилтса о том, что любая социальная система имеет многоуровневую организацию и несколько уровней переработки информации, где частным видом «социальной аномии» нами выделяется «аддиктивная аномия». Такой подход позволяет рассматривать аддиктивное поведение несовершеннолетних как негативный медико-социальный феномен применительно к логическим уровням организации мышления и бытия: 1. Первичным уровнем является окружение подростка, воздействие значимых внешних факторов, организующих как аддиктивное поведение, так и сдерживание его возникновение. 2. При взаимодействии с внешним окружением осуществляется регуляция и контроль внутренних паттернов аддиктивного поведения. 3. Аддиктивное поведение направляется концептуальной моделью мира и базовыми экзистенциальными стратегиями, которые определяют реагирование на внешние факторы способности. 4. Способности принять аддиктивные паттерны поведения или отвергнуть их организуются посредством систем убеждений. 5. Аддиктивные и антиаддиктивные убеждения организуются через идентичность (самосознание) индивида. 6. Наконец, способность осмысления своего существования в мире в «аддиктивном или антиаддиктивном контексте» соответствует определенной степени экзистенциальной зрелости субъекта.

Таким образом, исходя из гипотезы, что если персоналий не разработал подходящей стратегии или модели мира, позволяющих демонстрировать устойчивое поведение по отношению к поведению риска, то это является следствием отсутствия в арсенале личностных ценностей такого убеждения или имеется конфликтное аддиктивное убеждение, влияющего на достижение профилактического результата. И, продолжая системно-логический анализ экзистенциальных ценностей, можно заключить, что феноменология «аддиктивной аномии» напрямую связана с уровнем идентичности, влияющем на всю систему мышления и организации бытия, что реализуется в так называемых системных предикатах – «трезвенник», «зависимый от психоактивных веществ» и т.п., что в рамках экзистенциальных направлений психологии называется также термином «субличность». Выделение медико-социального феномена «аддиктивной аномии» позволяет включить этот уровень потребностной мотивации в систему психогигиенических тренингов профилактики пограничных нервно-психических расстройств и аддиктивного поведения у детей и подростков.

Опираясь на методологическую идею развития психогигиенического направления психотерапии, нами разрабатывается инновационный психогигиенический метод групповой профилактической работы, восполняющий когнитивную, эмоциональную и поведенческую дефицитарность эгоцентрической личности проблемного подростка. Метод «Профилактической психодрамы» активизирует установки личности на здоровый образ жизни благодаря лечебно-профилактическим факторам данного тренинга, когда подросток включается в «социальный атом» взаимоотношений, где задаются новые нормы и складываются новые межличностные связи, а затем эти изменения входят в жизнь за пределами психопрофилактической группы. К подростку возвращается или впервые приходит способность устанавливать истинные открытые и искренние связи с людьми, развивающиеся на соматическом, психологическом, социальном и трансцендентном уровнях. По мнению М. Бубера (1993), только в этом особом типе искренних отношений человек обнаруживает смысл собственного бытия. Очевидно, что такие процессы, опираясь на спонтанность, креативность и способность личности к сопереживанию, основываются на целительном эффекте группового взаимодействия. Именно поэтому групповой динамике в тренинге отводится так много внимания. Метод «Профилактической психодрамы» содержит

ряд отличительных особенностей группового процесса, которые состоят в том, что шеринг и групповая дискуссия, построенная на принципах «Профилактической консультации», осуществляются в момент остановки процесса при помощи специального приема «Стоп-действие». Остановка действия на психодраматической сцене происходит в момент апогея развивающегося кризиса, когда дальнейший ход событий психодрамы может привести к необратимым и/или нежелательным последствиям. Развивающаяся затем психопрофилактическая дискуссия дает возможность участникам осмыслить и пережить полную вариабельность экзистенциальной свободы выбора и соответственно осуществить выбор наиболее комфортных вариантов, формируя тем самым проактивную модель поведения. Групповая дискуссия участников тренинга, организуемая ведущим в этот момент на принципах «профилактической консультации», дает возможности для вербализации позитивной роли и восполнить дефицитарность проактивного поведения у подростков группы «риска». Выделение теоретического феномена «аддиктивной аномии» в качестве медико-психологической характеристики позволяет обозначить цель профилактики на экзистенциально-гуманистическом уровне, где нами разработан новый методический инструментарий.

Ожидаемые результаты. Условиями эффективного применения разработанного психогигиенического методического подхода являются:

- Социально-профилактический запрос на психогигиеническую технологию среди заинтересованных ведомств и специалистов. Этот запрос определяет проведение инновационной психопрофилактической работы высококвалифицированными специалистами, поскольку многолетняя клинко-эпидемиологическая ситуация в стране показывает, что в первичном звене профилактики продолжают воспроизводиться низко квалифицированные технологии, не приносящие устойчивого результата.

- Наличие надлежащих учебно-методических условий для обучения и переподготовки заинтересованных специалистов. Данное условие определяется тем, что в дополнительном профессиональном образовании врачей-специалистов (психиатров-наркологов, психотерапевтов, психиатров) не достаточно разработаны учебно-тематические циклы повышения квалификации по методам первичной профилактики, что ограничивает возможности для формирования профессиональной компетенции в вопросах эффективных методов профилактики.

Выводы. Таким образом, психогигиеническая модель развития современной психотерапии позволяет реализовать генеральную цель сохранения нервно-психического и психосоматического здоровья населения страны, развитию саногенных свойств личности детей и подростков. Актуально дальнейшее развитие инновационных психогигиенических методов, направленных на управление устранимых поведенческих факторов, формирующих современные эпидемии социально-значимых заболеваний. Разработка и реализация психогигиенического методического подхода в развитии современной психотерапии потребует перестройки системы высшего профессионального образования с актуализацией профилактической сферы профессиональной деятельности специалистов.

**PSYCHOHYGIENIC PROSPECTS OF CONTEMPORARY PSYCHOTHERAPY**  
**Moskvitin P.N.**