

# Пилотное исследование духовно-нравственных факторов развития химической зависимости и выздоровления

Екатерина Алексеевна Савина

## Резюме

Проведены полевые исследования духовно-нравственных факторов продрома алкогольной и наркотической зависимости, изменения духовно-нравственной структуры личности в активной зависимости и выздоровлении от нее. Показана эффективность программы «12 шагов» в духовно-нравственном возрождении души зависимых лиц.

## Введение

Проблема зависимости от психоактивных веществ (алкоголя и наркотиков) всегда стоит остро в обществе. В 2021 году 600 тысяч человек были официально зарегистрированы как наркозависимые в России. Но эксперты «Трезвой России» считают, что число потребителей наркотиков в действительности превышает 5 млн. или 3 % населения страны. Предположительно, на каждого зарегистрированного приходится минимум 10 незарегистрированных потребителей наркотиков в стране (Исследование... 2021), что связано с поражением в правах стоящих на учете государства потребителей наркотиков и алкоголя. По данным Минздрава число зарегистрированных лиц с алкогольной зависимостью составляло 1,2 млн, при этом, по мнению главного нарколога Минздрава, реальное число могло составлять 2 % от населения — примерно 3 млн человек (Минздрав... 2022). Таким образом, не менее 5% населения России подвержено синдрому зависимости от психоактивных веществ. Умножая это на 6-7 членов «большой» семьи (с одним - двумя детьми, родителями и одним-тремя членами старшего поколения) получаем, что около 30% семей в стране страдает от присутствия в ней зависимости.

С 1957 г. Всемирная Организация Здравоохранения включила алкоголизм и наркоманию в перечень заболеваний Международной Классификации Болезней. МКБ 11 описывает синдром зависимости как заболевание 6C40 – 49, 6CA-Y, в описании которого даже медицинский справочник ссылается на сильное внутреннее стремление к употреблению вещества, проявляющееся нарушением способности контролировать употребление, повышением приоритета употребления над другими видами деятельности и продолжением употребления, несмотря на вред или негативные последствия (ICD 11. МКБ 11. 2022). Таким образом, даже медики определяют синдром зависимости через приоритет употребления в системе ценностей индивидуума.

Мотивом прихода в храм зависимого человека и его близких часто становится необходимость помощи зависимому человеку. На практике церковная помощь нередко носит эмпирический характер и опирается на волевой контроль наркомана или алкоголика, который, однако, утерян в зависимости, а также на призывы к молитве, что является слишком общей рекомендацией, и потому эти советы, как правило, оказываются недостаточны эффективны. Православная энциклопедия указывает: надо молиться, приступать к таинствам, но зависимый человек этого не хочет! Поэтому первые шаги: убрать соблазняющие бутылки, проанализировать себя, гулять, заняться делом и спортом (так!), отказаться от своеволия и обратиться за помощью к близким («Алкоголизм. Православная энциклопедия»). К сожалению, проблема духовна, и спорта недостаточно.

Особенности нравственной структуры личности зависимых от алкоголя и наркотиков лиц недостаточно изучены, что и отражают такие рекомендации. Это связано с отсутствием теоретической концепции, описывающей с позиций богословской антропологии духовно-нравственное состояние личности зависимых. Поле для миссии здесь весьма велико, и потому разработка теоретической концепции особенностей нравственной структуры зависимых лиц в динамике развития страсти и противостояния ей представляется весьма актуальной.

Зависимый человек, как правило, не живет церковной жизнью, и попытки семьи привести его в храм часто безуспешны, или носят характер обрядоверия, что не приводит к выздоровлению от зависимости, но усугубляет грех и отход от Церкви в связи с негативным опытом такого «лечения». Кроме того, здесь, как правило, наблюдается своего рода «феномен Марии Египетской»: грех выталкивает человека из храма. Все это проходит в выздоровлении, но начинающий выздоравливать еще должен преодолеть в себе и духовное и даже физиологическое (тошнит, кружится голова) препятствие греха к приходу к Богу и Церкви. В то же время, опытно известно, что обращение за помощью облегчается в среде других выздоравливающих зависимых людей (церковные общества трезвости, сообщества Анонимные Алкоголики и Анонимные Наркоманы). На примере тысяч людей известно, что программа «12 шагов» сообществ АА и АН позволяет преодолеть страсть зависимости. Поэтому важно исследовать процесс выздоровления в этих сообществах.

В трудах отцов Церкви существует системное изложение нравственной структуры личности человека и греховных нарушений в ней, с соответствующими советами, но как это можно приложить к пониманию состояния души современного наркомана или алкоголика еще предстоит исследовать. Теоретическая база необходима для практической деятельности в миссии по отношению к неверующим или находящимся в тяжком грехе верующим зависимым людям. Эта деятельность носит сотериологический характер, поскольку *«не обманывайтесь: ... пьяницы Царства Божьего не*

наследуют» (1Кор.6:10). Таким образом, проблема исследования соответствует современным запросам развития практического богословия и миссионерской деятельности Русской Православной Церкви.

## Эксперимент

Авторами было предпринято пилотное исследование духовно-нравственных категорий личности зависимых лиц на основе опросов выздоравливающих от зависимости наркоманов и алкоголиков.

Предложена гипотеза:

1. Зависимость поражает всю духовную сферу человека, и его волю, что препятствует обращению за помощью.
2. Выздоровление по программе «12 шагов» сообществ Анонимных Алкоголиков и Анонимных Наркоманов способствует обращению к Богу за помощью, которая исцеляет духовную сферу зависимого человека.

На основе гипотезы был составлен опросник, который был обсужден и скорректирован с несколькими опытными выздоравливающими людьми (не вошли в выборку).

Респондентам были предложено письменно ответить на следующие вопросы:

1. Что в Вашем отношении к себе, к другим и вообще к людям способствовало началу употребления алкоголя или наркотиков?
2. Какие черты характера сформировались у Вас в процессе употребления?
3. Какие черты характера почти исчезли за время употребления?
4. Что главное изменилось в Вас в процессе выздоровления?
5. Что еще важное Вы хотите добавить об изменениях в Вашей духовной сфере в зависимости и выздоровлении?

Авторы намеренно избегали двухпозиционных ответов типа «да/нет», чтобы респонденты могли аутентично описать состояние своей души, подумав над ответами. Это затрудняло обработку результатов, но предоставило более точные данные опроса. Первый вопрос сформулирован так, что респондент может его отнести как к своим психологическим характеристикам, так и к духовным. Второй и третий фиксировали внимание респондентов на продукции и редукции черт характера респондентов в зависимости, что привлекало их внимание к исследуемым изменениям. Четвертый вопрос вновь свободно относится к психологическим или к духовным аспектам личности, дополняемый пятым вопросом, в котором ясно идет отсылка к духовной сфере респондентов.

Была выбрана группа 51 актуальных и бывших участников поддерживающих программ, прошедших курс в нескольких центрах реабилитации (почти все – центр «Зебра», Москва) и сохраняющих трезвость не менее года. Выбор связан с тем, что должен пройти достаточный период выздоровления, чтобы можно было уверенно говорить, как минимум, о начинающихся изменениях личности, кроме того, реабилитация научила респондентов достаточной рефлексии и нравственному различению своих мотивов и поступков. Участникам были разъяснены цели исследования и конфиденциальность опроса.

Из указанной группы 20 респондентов заявили готовность участвовать в исследовании. Их социологические характеристики представлены в табл. 1.

Таблица 1

**Социологические характеристики респондентов исследования**

<b>№</b>	<b>Параметр</b>	<b>Количество, чел.</b>
1.	Мужчины / женщины	16 / 4
2.	Зависимость алкогольная / наркотическая	7 / 13
3.	Возраст 20-30 лет / 30-40 лет / 40-50 лет / 50 и более	4 / 6 / 6 / 4
4.	Образование: Среднее	5
	Высшее до зависимости	11
	в выздоровлении	4
5.	Крещеные/воцерковленные: до зависимости	17 / 1
	в выздоровлении	20 / 10
6.	Срок трезвости 1-2 года / 3-5 лет / 5-10 лет / более 10 лет	6 / 1 / 13

7.	Социализация (работа, учеба / своя семья)	18 / 13
----	---	---------

Респонденты, таким образом, охватывают собой разные социальные слои населения, что дает некоторое представление о явлении в целом.

Полученные ответы были обезличены и собраны в категории по похожим высказываниям с сохранением оригинальной лексики. Затем была подсчитана частота ответов в каждой категории и составлены таблицы, которые приводятся и обсуждаются ниже. Полевые исследования проводились и обрабатывались в соответствии с рекомендациями проведения полевых исследований (Радаев В. В. 2001., Ядов В. А. 2007). Анализ ответов показал, что принципиальные признаки повторяются, и каких-либо качественно новых результатов не возникает.

При обработке ответов категории были разделены на негативные и позитивные, и имеющие психологический или духовный характер. Последние выделялись в соответствии с работами святителя Феофана Затворника («Начертание христианского нравоучения. 2005»), «Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться». 2001) и другие (Феофан Затворник. 2004., Мудрые советы... 1998); а также «Размышления о бессмертной душе» арх. Иоанна (Крестьянкина. 2019).

Ответы на второй и третий, а также четвертый и пятый вопросы собирались вместе, что позволило избежать случайных ответов.

## Результаты и обсуждение

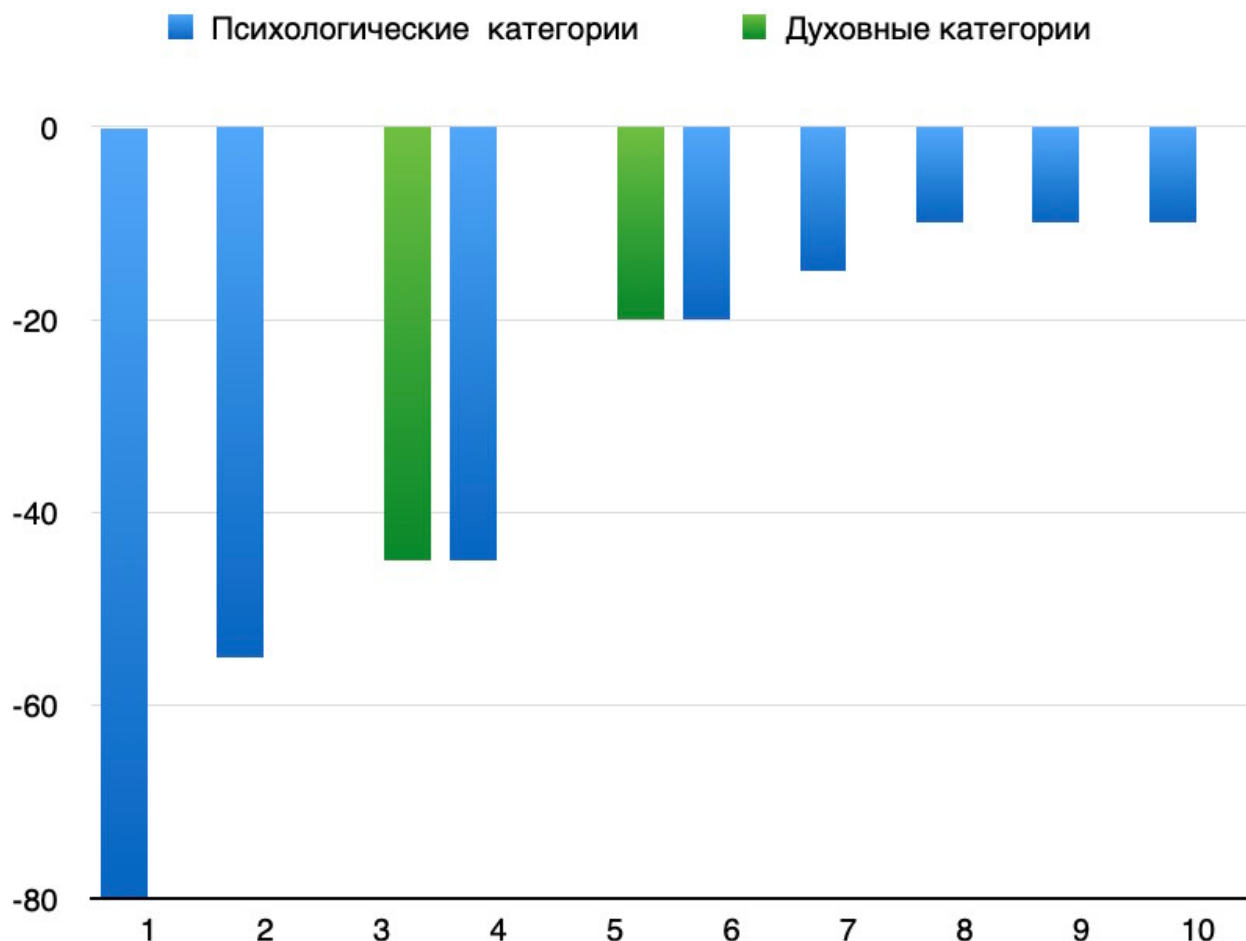
Результаты обработки полученных данных представлены в таблицах 1, 2, 3.

Таблица 1

### Предвестники формирования зависимости

<b>№</b>	<b>Категория</b>	<b>Психологическая / Духовная</b>	<b>Частота ответов, %</b>
1	Страх и тревога. Неуверенность в себе, страх оценки. Потребность в ощущении покоя и силы, свободы. Непринятие себя таким, какой есть. Отверженность, одиночество. Трудности коммуникации.	П	- 80

2	Острые переживания чувства вины, стыда, жалости к себе, отчаяния. Аутоагрессия. Гнев на родителей, супруга. Душевная боль. Обостренное переживание чувств.	П	- 55
3	Ощущение себя другим, особенным, самоуверенность, интерес к эзотерике, психоделикам.	П	- 45
4	Неудовлетворенная потребность в принадлежности, сочувствии, неумение отказать.	Д	- 45
5	Ощущение внутренней пустоты, бессмысленность жизни. Несформированная система ценностей.	Д	- 20
6	Проблемы воспитания: жестокость, безнаказанность, безответственность, эгоизм.	П	- 20
7	Желание быть «крутым», взрослым.	П	- 15
8	Трагические события в жизни.	П	- 10
9	Неумение снять напряжение, отдыхать.	П	- 10
10	Удовольствие от употребления.	П	- 10



Обращает на себя внимание преобладание психологических проблем. Это неуверенность в себе, тревожность, непринятие себя, а также, вероятно, связанные с этим стыд, жалость к себе и, как следствие, агрессия на себя и близких.

С этим же связана неудовлетворенная потребность в принадлежности, одиночество, что уже является, на наш взгляд, духовной проблемой. А. Маслоу в своей пирамиде потребностей относит ее к более высоким уровням психологических потребностей (Хьелл Л. А., Зиглер Д.Д. 2013). Однако, опираясь на Первосвященническую молитву Господа о Церкви «*Да будут все едино...*» (Ин 17:21), многократные призывы ап. Павла к единению Церкви (ср. Еф. 4:4, 1 Кор. 12:27), единству семьи (Еф. 5:30-31) и, наконец, единство даже иноверцев в делах милосердия (Лк: 10:25-37), мы отнесем ее к духовным потребностям человека.

Важен также равный ему по величине гордостный интерес к запретному, таинственному, напоминающий об адамовом грехе – и все же пока психологический фактор продрома зависимости.

Остальные факторы имеют малую повторяемость, хотя их упоминание все же вызывает интерес, особенно ощущение внутренней пустоты, бессмысленности жизни, что является духовным фактором. Это также связано с предыдущим фактором поиска, но все же не объединяемое с ним: в последнем случае запрос на смысл, а не гордостный

помысл инаковости. Часто бывает, что окружение подростка настолько видится ему чужим, что он готов искать что угодно, лишь бы не те мелкие «смыслы», предлагаемые родителями и референтной группой: деньги, карьера, диплом.

Интересно то, что на последнем месте стоит фактор, которому часто приписывают первое (!) место в причинах формирования зависимости: удовольствие от употребления. Только два респондента указывает его в числе факторов формирования зависимости.

В целом, можно сказать, что причины формирования зависимости по ответам респондентов имеют психологический характер, в основном, связанный с проблемами самооценки. Острая, болезненная потребность в принятии себя самим и другими (возможно, своей семьей) может привести человека к решению этой проблемы с помощью употребления психоактивных веществ (наркотиков или алкоголя). Но решение оказывается вполне по адамовому сценарию неверным, что мы увидим в таблице 2.

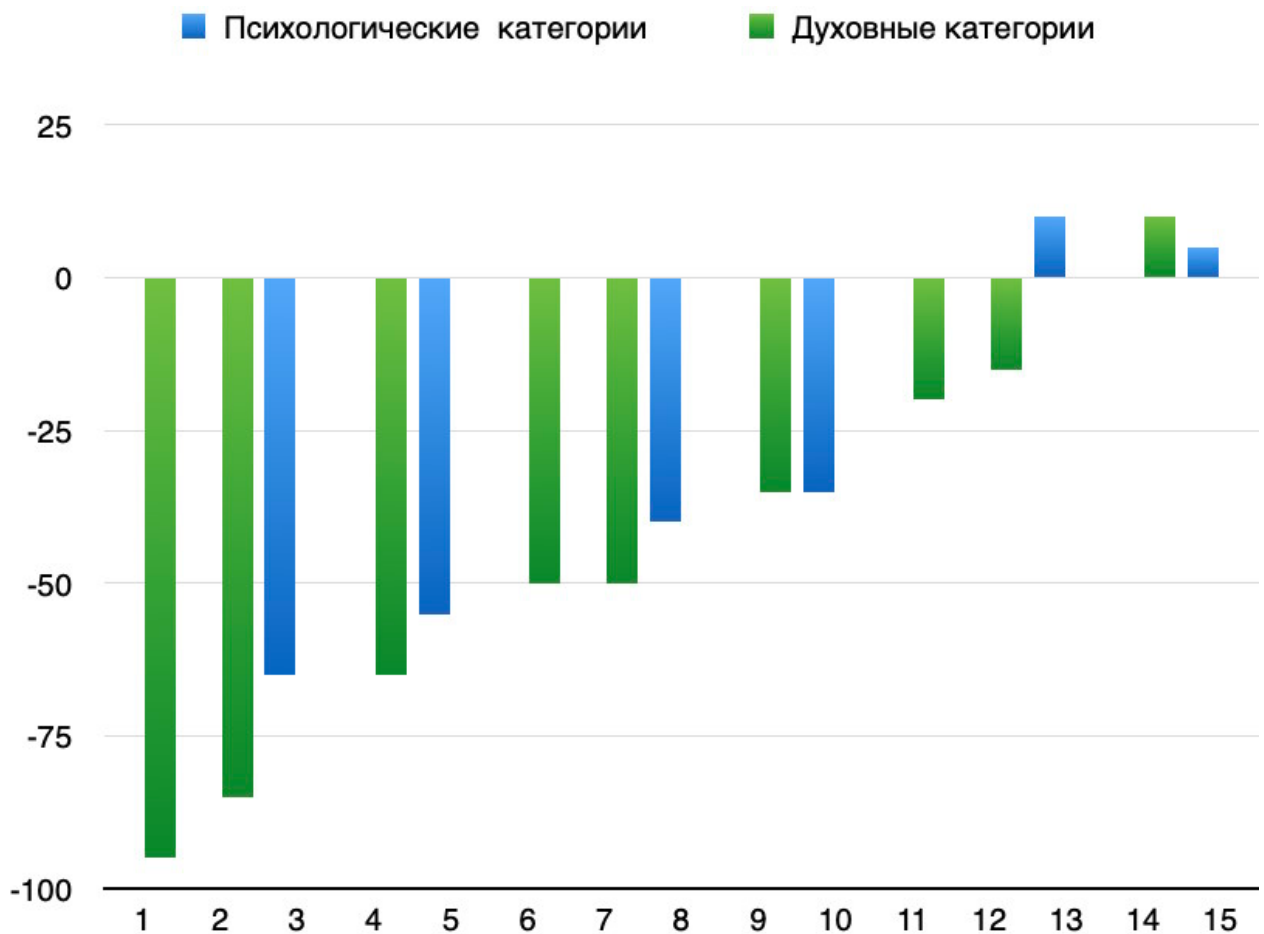
Таблица 2

**Духовно-нравственные категории души человека в активной зависимости**

<b>№</b>	<b>Категория</b>	<b>Психо-логическая / Духовная</b>	<b>Частота ответов, %</b>
1	Цинизм, эгоизм, бессовестность, беспринципность, корыстолюбие, все бессмысленно, бесцельность жизни, ненужность никому, нечувствительность к боли другого, неблагодарность, неблагодарство.	Д	- 95
2	Лживость, манипуляции, угодничество, скрытность, нет границ на чужое.	Д	- 85
3	Озлобленность, раздражительность, сарказм, агрессия, жестокость, обидчивость.	П	- 65
4	Безответственность, неосознанность, неспособность и нежелание принимать решения, адаптивность к неприемлемым условиям жизни, бесстрашие.	П	- 65

5	Высокомерие, гордость, эгоизм, упрямство, зависть, оценки и осуждение, злорадство и превосходство.	Д	- 55
6	Изоляция, закрытость. Одиночество.	Д	- 50
7	Нет интереса к жизни, апатия, ангедония, пессимизм, неспособность/нежелание учиться, развиваться, вялость, отсутствие работоспособности, неряшливость.	Д	- 50
8	Расчетливость, подозрительность, недоверие.	П	- 40
9	Главная ценность - употребление, денежная неуправляемость, уверенность, находчивость (в коннотации с употреблением).	Д	- 35
10	Трусость, страх, тревожность, неуверенность в себе.	П	- 35
11	Стыд, вина, совестные муки, склонность к самобичеванию, желание быть наказанным, суицидальные мысли, намерения и попытки, невозможность продолжать жить, безнадежность, отчаяние.	Д	- 20
12	Неверие в Бога, маловерие.	Д	- 15
13	Доброта.	Д	10
14	Перфекционизм, ответственность.	П	10

15	Способность выразить, наконец, чувства.	П	5
----	---	---	---



Сразу обращает на себя внимание появление большого количества новых категорий, в этом массиве духовные категории занимают главенствующее место. Почти все категории имеют негативный характер, за исключением трех последних, упоминаемых 1-2 респондентами. Таким образом, психологические проблемы разрешались за счет появления более важных духовных проблем, появились при этом и другие весомые психологические проблемы.

Первые 10 категорий встречаются более, чем у 25% респондентов, то есть они достаточно воспроизводимы. В целом, среди духовных преобладают категории потери смысла жизни (цинизм, апатия, пессимизм, бессовестность, беспринципность, тунейдство, расчетливость, бессмысленность и бесцельность жизни), гордостные категории (высокомерие, эгоизм, осуждение, обидчивость, злорадство), категории одиночества (ощущение ненужности, неблагодарство, жестокосердие, безответственность), категории лжи (лживость, угодничество, кражи, скрытность, подозрительность) и идолослужение (главная ценность – употребление, и все ради него). Совестные муки и стыд приводят к отчаянию и суицидальным мыслям и попыткам.

Неверие в Бога даже не рассматривается большинством респондентов, поскольку зависимый человек повернут «от» Бога, не видит Его в системе своих ценностей, не рассматривает Его и как источник помощи в разрешении своих проблем.

Последние малозначимые категории: ответственность, доброта, способность выразить чувства – могут быть игнорированы, поскольку имеют минимальный вес, но авторы оставляют прояснения их для последующего глубинного интервью.

Среди психологических отмечаем категорию болезненных чувств (злоба, раздражительность, агрессия, тревожность), категорию неосознанности и бездействия (безответственность, неспособность и нежелание принимать решения, адаптивность к неприемлемым условиям жизни, нет охранного чувства страха) и вновь проблемы с самооценкой, неуверенностью в себе, которые мы встречали в продроме зависимости. Таким образом, даже нельзя сказать, что употребление алкоголя или наркотиков решило проблемы, которые привели к зависимости. Ангедония и апатия делают жизнь настолько невыносимой, что употребление видится единственным выходом. Однако оно усугубляет мучения, когда заканчивается временное облегчение. Таково бедственное положение зависимого от алкоголя или наркотиков человека.

В выздоровлении в программе «12 шагов» мы видим важные изменения духовно-нравственного состояния личности, они представлены в Таблице 3.

Таблица 3

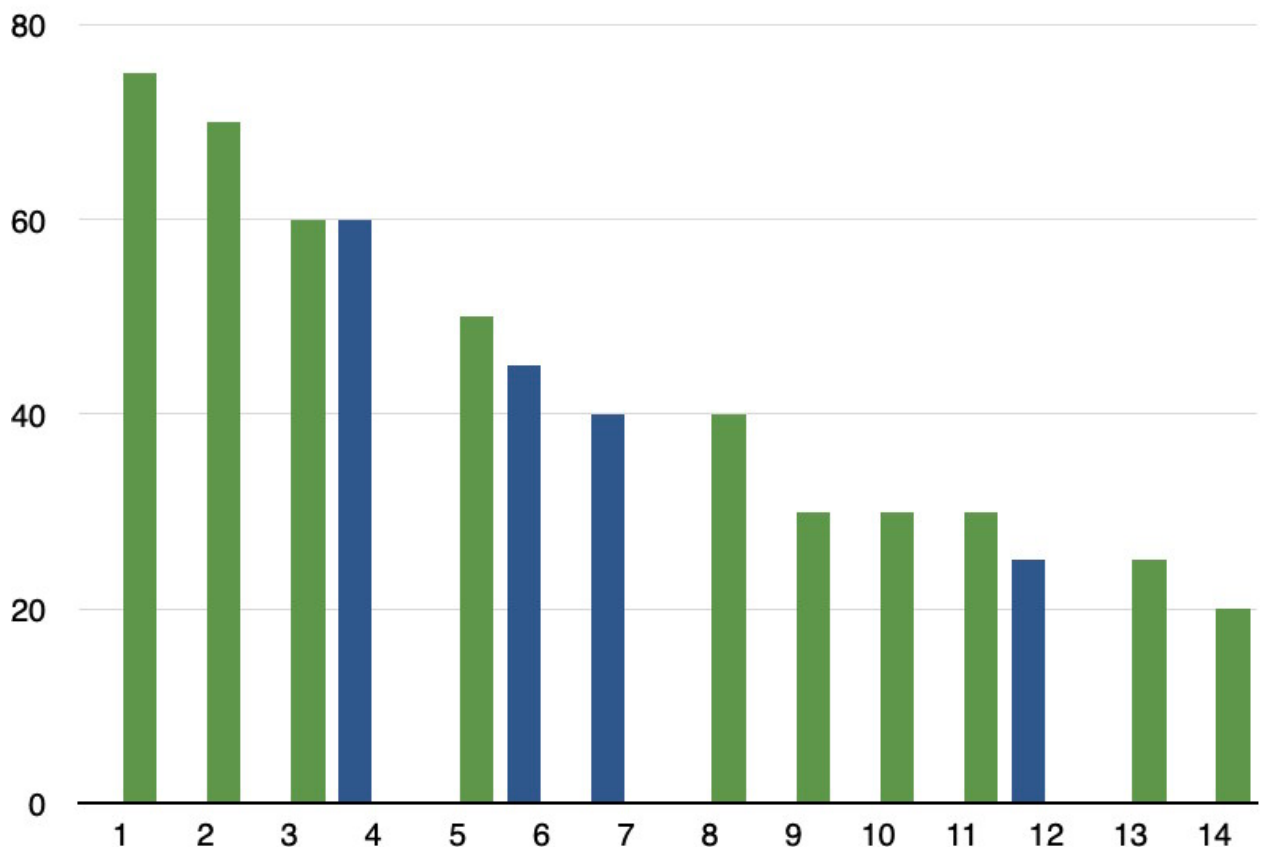
**Духовно-нравственные категории души зависимого человека в выздоровлении**

<b>№</b>	<b>Категория</b>	<b>Психо-логическая / Духовная</b>	<b>Частота ответов, %</b>
1	Поверил в Бога, замечает действие Бога в своей жизни и склонен идти по вектору «наверх», доверие Богу, надежда.	Д	75
2	Доверие к людям, хорошее отношение к ним, внимание, обращение за помощью, способность дружить, служение людям, забота, альтруизм, сострадание, ответственность перед другими, чувство единства.	Д	70

3	Интерес и вкус к жизни, устремления, смысл, ощущение этого мира как своего, ценность нового опыта, оптимизм, любовь к простой жизни.	Д	60
4	Жизненная сила, потребность действовать, легкость, чувство радости, счастья.	П	60
5	Ценность себя, уверенность в себе, самостоятельность, взросление, мужество, характер, принципиальность, уважение своих и чужих границ.	Д	50
6	Осознанность, готовность решать проблемы, проживать чувства.	П	45
7	Искренность, открытость, честность	П	40
8	Сопrotивление злу в себе, принятие критики, возможность исправлять ошибки, смирение, покаяние.	Д	40
9	Любовь, нежность, верность семье, делу, любимым людям.	Д	30
10	Благодарность за опыт Богу и людям.	Д	30
11	Нашел свое место в жизни, трудолюбие, размеренность жизни.	Д	30
12	Принятие себя, факта своей зависимости и принятие других.	П	25

13	Стремление к развитию, чтение, музыка, творчество, духовное развитие.	Д	25
14	По-другому стал смотреть на жизнь и на себя: ценить жизнь и опыт.	Д	20

■ Психологические категории      ■ Духовные категории



Первое, что обращает на себя внимание – преобладают именно духовные категории, в них есть большое разнообразие, но и взаимосвязь. Главенствующую роль среди духовных категорий имеет вера в Бога. Респонденты не только называют это в 75% ответов, но и раскрывают смысл: доверие Богу, стремление следовать Его воле, «по вектору наверх», то есть обнаруживают «вертикальное измерение» своей жизни. Для 45% респондентов это привело к живой церковной жизни. С ним же связано и доверие людям, хорошее отношение к ним, ответственность, альтруизм, забота, чувство единства. Это понятно, если вспомнить, что Господь Иисус Христос именно с заботой о людях связывал любовь к Себе (Мф 25:40). С этой категорией в логической связи находится психологическая категория искренности.

Большой вес имеют категории, связанные со смыслом жизни, ощущение этого мира как своего, устремления и неожиданно – любовь к простой жизни. К ней примыкает категория трудолюбия, стремления к развитию, творчество. В жизни, полной смысла, есть и свое место у человека, он осознает ценность себя (против гордости и высокомерия в активной зависимости), у него есть принципиальность, характер, взросление. Одновременно человек видит и свою недостаточность, эйфории от успехов нет, он принимает критику в свой адрес, видит необходимость продолжать сопротивляться злу в себе (зависимость как подверженность греху остается), он принимает свою зависимость и свой прежний опыт и смиряется в этом.

Важнейшими категориями, говорящими именно о духовном пути, являются благодарность и любовь. 30% респондентов (вопреки тенденции в социуме) заявляют о стремлении к семье, верности любимым людям.

В выздоровлении человек чувствует в себе жизненную силу, потребность действовать, чувство радости, счастья, вкус к жизни, теперь он по-другому на нее смотрит. Проблемы, которые привели его к употреблению алкоголя и наркотиков, разрешаются именно в выздоровлении.

## Заключение

1. Предвестники формирования зависимости имеют в основном характер психологических трудностей, связанных с неуверенностью в себе, заниженной самооценкой, одиночеством и тревожностью. Некоторый вклад вносит также потребность в смысле и радикальном изменении «рассчитанной траектории» жизни человека.
2. Попытка решать эти проблемы употреблением алкоголя и наркотиков приводит к временному облегчению, но с развитием зависимости употребление меняет духовно-нравственную структуру души человека. Возникает много духовных проблем, захватывающих разные аспекты жизни так, что сама жизнь ставится на грань уничтожения. Среди духовных проблем человека в активной зависимости преобладают категории потери смысла жизни, гордостные проявления, лживость, одиночество, идолослужение. Совестьные муки не подвигают человека к изменению, а лишь ведут к новым циклам употребления, отчаянию и суициду. Единственный возможный путь – обращение к Богу и людям за помощью – не рассматривается, поскольку человек в активной зависимости повернут «от» Бога. Болезненные чувства, неосознанность, ангедония и апатия делают его жизнь мучительной.
3. Зависимость ведет к искажению всей духовной сферы человека и его страданию, и затем духовной и физической смерти человека. Поэтому, не умаляя важность медицинской и психологической помощи страждущему,

необходимо помочь ему прийти к духовному выздоровлению, иначе возвращение к употреблению неизбежно. Духовное выздоровление обеспечивается приходом к Богу, поворотом сознания и жизни к Нему («пришед в себя» Лк 15:17), что, как правило, невозможно для зависимого человека в одиночку. Программа «12 шагов», осуществляемая в сообществах Анонимных Алкоголиков и Анонимных Наркоманов, наряду с церковными программами, является важным средством духовного выздоровления зависимых лиц, осуществляя этот поворот, так что человек становится способным принять благодатную помощь.

4. В душе выздоравливающего от зависимости человека наблюдается широкое разнообразие позитивных духовных категорий, заменяющих собой соответствующие им негативные. Первой и главной категорией является вера в Бога, осознаваемая респондентами как практическое действие. В прямой связи с верой в Бога находится альтруизм, доверие людям и забота о них, чувство единства. Значимыми категориями являются также смысл жизни, жизненная активность, осознание ценности себя и своего места в мире. Появляется ценность любви и семьи, благодарность, а также принятие факта своей зависимости и необходимости продолжения покаянного пути.
5. Феномен поворота жизни к Богу зависимого человека нуждается в дальнейшем исследовании.
6. В связи с большим масштабом проблемы зависимости это исследование может иметь большую практическую значимость.



## Источники

- Мудрые советы святителя Феофана из Вышенского затвора. Сост. протоиерей Алексей Бобров. 1998. М.: «Правило веры». 700 с.
- Святитель Феофан Затворник, Вышенский. 2005. Начертание христианского нравоучения. М.: Лепта-Пресс. 752 с.

- Святитель Феофан Затворник. 2001. Что есть духовная жизнь и как на нее настроиться? М.: Сестричество во имя преподобномученицы великой княгини Елисаветы. 416 с.
- Святитель Феофан Затворник. 2004. Толкование послания апостола Павла к ефесянам. М.: ООО «Правило веры». 646 с.

## Литература

- Архимандрит Иоанн (Крестьянкин). 2019. Размышления о бессмертной душе. Свято-Успенский Псково-Печерский монастырь. 272 с.
- Радаев В. В. 2001. Как организовать и представить исследовательский проект. 75 простых правил. М.: ГУ-ВШЭ – Инфа-М. 310 с.
- Хьелл Л. А., Зиглер Д.Д. 2013. Теории личности. 3-е изд. СПб. «Питер Пресс». с. 491.
- Ядов В. А. 2007. Стратегия социологического исследования. 3-е издание, испр. М.: Омега-Л. 567 с.
- Исследование показало, сколько россиян погибают от алкоголя и наркотиков. - [РИА новости](#). 24.05.2021 [18.01.2024].
- Минздрав оценил число россиян с алкогольной зависимостью почти в 1,2 млн. – [Медвестник](#). 6.09.2022. [18.01.2024].
- ICD-11. МКБ-11. 2022. Глава 06. Психические и поведенческие расстройства и нарушения нейropsychического развития. Статистическая классификация. 2-е издание, переработанное и дополненное. — М.: «КДУ», «Университетская книга». с. 194.
- Алкоголизм. [Православная энциклопедия](#). [21.01.2021].