

DOI: 10.12731/2218-7405-2013-9-57

УДК 159.9.072

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ (НА ПРИМЕРЕ ТРУДОГОЛИЗМА)

Смирнова Ю.В.

В последние десятилетия, резко возросло число людей, страдающих нехимическими зависимостями — трудоголизмом, шопоголизмом, гемблингом и др. Ввиду большого разнообразия таких зависимостей, остро встали вопросы о поисках причин такого поведения и об эффективной его профилактике. Обычно, эти вопросы решаются в рамках специальной психологии. Автор же рассматривает эту проблему с позиций общей психологии. В статье приводятся данные исследования зависимого поведения трудоголиков в рамках культурно-исторической методологии и теории развития игровой деятельности. Целью данного исследования стало рассмотрение связи между проблемным развитием игры в дошкольном возрасте и последующим формированием трудоголизма во взрослом возрасте. Используя методы интервью и написания эссе, а также корреляционного и контент-анализа ответов трудоголиков и людей, с отсутствием зависимости, автор показывает, что зависимые от работы отличаются значительным недоразвитием игры в дошкольном возрасте, а также неспособны реализовать и/или управлять собственным игровым поведением во взрослом возрасте. Таким образом, делается вывод, что проблемное развитие игры может привести к становлению зависимого поведения и формированию черт зависимой личности. Полученные данные позволяют обеспечить профилактику трудоголизма, связанную с развитием игры в дошкольном возрасте и психотерапию зависимости от работы, связанную с развитием субъекта игровой деятельности у взрослых.

Ключевые слова: психологическая зависимость; зависимое поведение; игровая деятельность; трудоголизм; дошкольный возраст; культурно-историческая теория.

PSYCHOLOGICAL REASONS OF ADDICTIVE BEHAVIOR (ON THE EXAMPLE OF WORKAHOLISM)

Smirnova Ju.V.

The number of people, suffering from non-chemical addictions - workaholism, gambling, shopaholism etc. - is greatly increased during last decades. Due to the large variety of these addictions, the questions of the reasons of such behavior and its effective prevention became very urgent. Usually, these questions are tried to be solved in the field of special psychology, while the author tries to look at the problem from the position of general psychology. The paper offers the data of workaholics' addictive behavior research from the position of cultural-historical methodology and the theory of play activity's development. The goal of these study was the analysis of relations between problematic development of play in preschool age and later formation of workaholism in adult age. By using the methods of interview and writing of essay, as well as correlation and content analysis of workaholics' and non-addicts' answers, author shows that workaholics had significant underdevelopment of play in child age and also don't able to realize and/or control their play behavior in adult age. Thus, author concludes that the underdevelopment of child's play may lead to the establishment of addictive behavior and formation of addictive personality's features. Acquired data allows to provide the workaholism' prevention by the development of play in preschool age and psychotherapy of work addiction by the development of subject of play activity in adult age.

Keywords: psychological addiction; addictive behavior; play activity; workaholism; preschool age; cultural-historical theory.

Проблема зависимого поведения становится все более актуальной в последнее время. Если ранее проблемы психологических зависимостей, преимущественно, связывались с разного рода химическими зависимостями [4,5,10], то теперь современным наркологами все больше приходится сталкиваться с зависимым поведением, возникающем на другой почве: трудоголизм, гемблинг, интернет-зависимость и пр. При этом остро встает вопрос эффективных психотерапевтических методах. С одной стороны, терапевтические методы, уже существующие для лечения классических наркологических зависимостей, не всегда оказываются эффективными даже при лечении химических зависимостей. Одновременно, с другой стороны, проблемы зависимого поведения, не связанного с химическими раздражителями позволяют поставить проблему поиска психологических причин зависимого поведения [4,10].

Проблему зависимого поведения часто связывают с особенностями развития волевой сферы личности. Зависимому человеку свойственно ярко выраженное импульсивное поведение, как по отношению к предмету зависимости, так и в других сферах жизни [10].

В психологии развития накоплены убедительные данные, свидетельствующие о том, что развитие волевой сферы личности непосредственно связано с дошкольным периодом развития и его ведущей деятельностью- игрой. Согласно Л.С. Выготскому [1], дошкольный возраст отличается от раннего детства тем, что в нем возникают, так называемые, «отсроченные желания». Двухлетний ребенок не способен желать чего-то в течение нескольких дней. Он либо немедленно удовлетворяет свое стремление, либо отказывается от него. У четырехлетнего ребенка, напротив, неудовлетворенное желание никуда не уходит и сохраняется в течение продолжительного периода времени, что, кстати, является одной из причин возникновения игровой деятельности. В этом контексте, поведение зависимой личности очень похоже на поведение ребенка раннего возраста.

Кроме того, большинство исследователей игровой деятельности говорят о том, что в игре у ребенка формируется произвольное поведение [2,6,7]. Исследования Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, Ф.И. Фрадкиной [12,13] показывают, что любая игра основана на явных или скрытых правилах. Другими словами, невозможно играть, не подчиняясь правилам. Таким образом, в игре и через игру, развивается способность жить как в соответствии с внешними законами и моральными нормами, так и по внутренним правилам, установленным самим человеком для себя. Однако, при различного рода зависимостях мы наблюдаем противоположную картину — с одной стороны, человеку свойственно нарушать различные внешние правила (что является, по мнению многих авторов (Личко, 1987; Kushner, Sher, 1993; Camatta, Nagoshi, 1995), одной из черт зависимой личности), а с другой — он неспособен соблюдать свои собственные внутренние ограничения, в особенности если они ограничивают зависимое поведение.

Все это позволяет предположить, что психологическая причина, ведущая к зависимому поведению, связана с особенностями развития игровой деятельности.

Исследование особенностей развития игровой деятельности у трудоголиков подтвердили нашу гипотезу.

Трудоголики в детстве играли очень мало и практически не помнят своих детских игр. Подавляющее большинство из них считают игру баловством и предпочитают нагружать своих детей «полезной работой» (например делами по хозяйству). Также многие из них оправдывают свою невозможность игры с ребенком тем, что «постоянно не хватает времени». При этом, большинство мужчин трудоголиков заявили что взрослому человеку, особенно мужчине, играть в игры должно быть стыдно. В отличие, от независимых респондентов, в основном признающих важную роль игры в развитии ребенка, люди с зависимым поведением считают, что игры детям не нужны. Трудоголики, также как и игроманы, редко имеют какое-либо хобби, часто жалуясь на то, что

свободного времени не хватает даже на сон. Работа занимает непропорционально большое место в их жизни — вплоть до того, что многие из них утверждают что жизнь это и есть работа. Игра для трудоголиков остается в детстве. Также для трудоголика важную роль играет его образ серьезного, делового человека — практически все наши зависимые респонденты резко негативно отзывались об игровом, несерьезном поведении. В отличие от патологических игроков, которые, пусть и очень специфически, но фантазируют и разыгрывают в своем воображении различные сюжеты, трудоголики, в большинстве своем, считают что фантазии и реальная жизнь несовместимы. Для них фантазии — это что-то незрелое, что вредит «серьезной», «взрослой» деятельности. При этом почти половина из них утверждает, что любили выдумывать раньше, пока не начали работать. Сейчас же, трудоголики гордо называют себя реалистами, а не фантазерами. Что же касается театральных игр и литературных игр, то для трудоголиков они также являются «баловством, на которое не стоит тратить свое время». При этом почти треть наших респондентов не смотрит фильмы и не читает художественную литературу.

Для более качественного и детального анализа вопроса о связи зависимого поведения во взрослом возрасте с проблемами в развитии игровой деятельности в детском, мы предложили нашим респондентам написать эссе на темы: «Как я играл в детстве» и «Мои детские игры».

Полученные результаты значительно углубляют и расширяют наше понимание проблемы психологической зависимости.

Так, чуть более 10% трудоголиков могли сказать, что у них было хорошее детство, в отличие от почти 60% отметивших, что это было не так. Также более 60% респондентов сказали, что не помнят себя играющими. При этом подавляющее большинство из зависимых трудоголиков (79%) вспоминало наставления родителей, что «главное в жизни не игры, а труд», а 38% родители прямо запрещали играть. Последнее имеет особое отношение к мальчикам в

семьях в авторитарными отцами, часто говорившими, что «настоящие мужчины в игры не играют». Почти половина трудоголиков помнят, что все свое свободное время они проводили на занятиях в различных клубах, секциях или кружках. При этом, родители пророчили многим из них участь великого музыканта или художника. Также, больше половины трудоголиков вспоминают, что их постоянно нагружали домашними делами и заботами и времени на игры практически не оставалось.

У наших независимых респондентов практически не выявлены трудности с игрой в дошкольном возрасте. Почти 90% из них называет свое детство счастливым. Большинство говорит о том, что много играли в детстве, перечисляют свои любимые игры, вспоминают о том, что у них было много партнеров по игре — как среди родителей, так и среди сверстников. В отличие от трудоголиков, у большинства из них хорошие отношения в семье и они проводят много времени и играют уже со своими детьми.

Интервью людей с отсутствием зависимого поведения показывает, что у большинства из них нет особых трудностей на работе и хорошие взаимоотношения с коллегами.

Итак, полученные нами данные показывают, что развитие игровой деятельности в дошкольном детстве имеет огромное влияние в формирование зависимого/независимого поведения в более поздних возрастах.

Люди, зависимые от работы, имеют низкий уровень развития игры и не могут в достаточной мере управлять собственной игровой деятельностью. По нашим данным низкий уровень развития игры и невозможность управления собственной игровой деятельностью связаны и с неприятием игры их родителями, и с перегруженностью ребенка домашними делами, и с многочисленными секциями и кружками, и отсутствием условий взаимодействия со сверстниками, и с ранним появлением компьютера и т.п.

В психологии во многом стало аксиомой, что в игре формируется мышление, произвольность, эмоционально-волевая сфера личности,

закладываются основы образа «Я» и многое другое [6,7,13]. Одновременно, в психологической литературе отмечается, что у современных детей существуют серьезные проблемы с развитием игровой деятельности [6]. Это ведет не только к многочисленным трудностям и проблемам детства, но, согласно полученным нами результатам становится причиной становления и развития трудоголизма. Наши данные совпадают с выводами А.А. Максимова [7], показавшего, что недоразвитие игры приводит к игровой зависимости. Итак, можно заключить, что психологическая причина зависимого поведения связана со становлением и развитием игровой деятельности.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка // Вопросы психологии, 1966, №6, с. 62-68
2. Выготский Л.С. Записки конспекта Л.С. Выготского к лекциям по психологии детей дошкольного возраста // В кн.: Эльконин Д.Б. Психология игры, с. 289-294
3. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. М.: Просвещение, 1991. 93 с.
4. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Аддиктология: настольная книга. М.: Институт консультирования и системных решений, 2012. 536 с.
5. Егоров А. Ю. Нехимические зависимости. Спб.: Речь, 2007. 190 с.
6. Кравцова Е.Е. Разбуди в ребенке волшебника. М.: Просвещение, 1996. 160 с.
7. Максимов А.А. Личностные особенности людей с компьютерно-игровой зависимостью. Дисс. канд. психол. наук. М.: 2009. 166 с.
8. Маркова А.К. Психология профессионализма. М.: Международный гуманитарный фонд «Знание», 2006. 312 с.

9. Международная классификации болезней 10-го пересмотра (МКБ-10).
URL: <http://mkb-10.com/>
10. Руководство по аддиктологии / Под ред. Менделевича В.Д. СПб.: Речь, 2007. 768 с.
11. Старшенбаум Г.В. Аддиктология: психология и психотерапия зависимостей. – М.: Когито-Центр, 2006. 367 с.
12. Лехтман-Абрамович Г.Я., Фрадкина Ф.И. Этапы развития игры и действий с предметами в раннем детстве. М.: Медгиз, 1949. 76 с.
13. Эльконин Д. Б. Психология игры. 2 изд. / М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. 360с.
14. Bandura A. Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122-147
15. Porter G. Organizational impact of workaholism: Suggestions for researching the negative outcomes of excessive work. *Journal of Occupational Health Psychology*, Vol 1(1), Jan 1996, 70-84. doi: 10.1037/1076-8998.1.1.70
16. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition. American Psychiatric Association, Washington DC: 1994.
17. McMurrin M. The psychology of addition. London: Taylor&Francis, 1994.
18. Young K. Caught in the Net. New York: John Wiley & Sons, 1998.

References

1. Vygotsky L.S. *Voprosy psihologii*, no. 6 (1966): 62-68
2. Vygotsky L.S. Iz zapisok conspekta L.S. Vygotskogo k lektsiyam po psihologii detey doshkolnogo vozrasta. V kn.: Elkonin D.B. *Psyhologiya igri* [L.S. Vygotsky's abstract of his lectures of preschool children psychology. In the book: Elkonin D.B. Psychology of play. 2nd edition.] Moscow, 1999, pp. 289-294.
3. Vygotsky L.S. *Voobrazhenie I tvorchestvo v detskom vozraste* [Imagination and creativity in child age]. Moscow: Prosveschenie, 1991. 93 p.

4. Korolenko Ts. P., Dmitrieva N.V. *Addiktologija: nastolnaja kniga* [Addictology: table book]. Moscow: Institut konsultirovanija I semeinyh resheniy, 2012. 536 p.
5. Egorov E.Ju. *Nehimicheskie zavisimosti* [Non-chemical addictions]. Saint-Petersburg: Rech, 2007. 190 p.
6. Kravtsova E.E. *Razbudi v rebenke volshebника* [Wake up a wizard in a child]. Moscow: Prosveschenie, 1996. 160 p.
7. Maximov A.A. *Lichnostnye osobennosti ludey s komputerno-igrovoy zavisimost'ju* [Personal features of people with computer-gaming addiction]: PhD in psychology theses. Moscow, 2009. 166p.
8. Markova A.K. *Psihologija professionalizma* [Psychology of professionalism]. Moscow: Mezhdunarodniy gumanitarniy fond "Znanie", 2006, 312 p.
9. *Mezhdunarodnaya klassifikatsiya bolesney 10-go peresmotra (MKB-10)* [International Classification of Diseases 10th edition (ICD-10)]. <http://mkb-10.com/>
10. *Rukovodstvo po addiktologii* [Guide to addictology]: edited by Mendeleevich V.D.]. Saint-Petersburg: Rech, 2007. 768p.
11. Starshenbaum G.V. *Addiktologija: psihologija i psihoterapija zavisimostey* [Addictology: psychology and psychotherapy of addictions]. Moscow: Kogito-Tsentr, 2006. 367 p.
12. Lehtman-Abramovich G.Ja., Fradkina F.I. *Etapi razvitija igry i deystviy s predmetami v rannem detstve* [Developmental stages of play and object manipulations in early childhood]. Moscow: Medgiz, 1949. 76 p.
13. Elkonin D.B. *Psihologija igry* [Psychology of play]. Moscow: Gumanit. izd. Tsentr VLADOS, 1999. 360 p.
14. Bandura A. Self-efficiency mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37, 122-147

15. Porter G. Organizational impact of workaholism: Suggestions for researching the negative outcomes of excessive work. *Journal of Occupational Health Psychology*, Vol 1(1), Jan 1996, 70-84. doi: 10.1037/1076-8998.1.1.70
16. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition. American Psychiatric Association, Washington DC: 1994.
17. McMurrin M. The psychology of addiction. London: Taylor&Francis, 1994.
18. Young K. Caught in the Net. New York: John Wiley & Sons, 1998.

ДАННЫЕ ОБ АВТОРЕ

Смирнова Юлия Владимировна, аспирант кафедры проектирующей психологии Института психологии им. Л.С. Выготского
Российский Государственный Гуманитарный Университет
Миусская пл., д.6, ГСП-3, г. Москва, 125993, Россия
jiliya777@rambler.ru

DATA ABOUT THE AUTHOR

Smirnova Julia Vladimirovna, PhD student at the Projective Psychology Department of L.S. Vygotsky Institute of Psychology
Russian State University for the Humanities
6, GSP-3, Miusskaya pl., Moscow, 125993, Russia
jiliya777@rambler.ru

Рецензент:

Кравцова Е.Е., директор Института Психологии им. Л.С. Выготского, доктор психологических наук, профессор, Российский Государственный Гуманитарный Университет.