

ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ НЕВРОТИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ

Н.В.Павлык

кандидат психологических наук

*старший научный сотрудник отдела педагогической психологии и психологии труда
Института педагогического образования и образования взрослых АПН Украины*

Статья посвящена теоретическому анализу проблемы детерминации невротического развития личности особенностями характера. Рассмотрены нравственно-деструктивные характерологические особенности при различных формах невроза. Выделены направления духовно-психологической самопомощи.

Ключевые слова: невроз, невротическое развитие личности, характерологические тенденции, духовно-психологическая самопомощь.

Современное общество, как справедливо отмечают ряд психотерапевтов, является духовно больным и психологически деструктивным. Наши современники в преобладающем своем большинстве находятся в состоянии хронического душевного дискомфорта. Душевное смятение, потеря самообладания, безволие – именно от этого происходит множество ссор, конфликтов, болезней, семейных нестроений. Все эти психологические проблемы являются лишь печальным следствием невротического развития личности, которое в последние десятилетия приобрело характер так называемой «невротической эпидемии». Сегодня по данным Всемирной организации здравоохранения около 10 % населения индустриально развитых стран больны неврозами и за последние 65 лет их число возросло в 24 раза. Это только учтенная заболеваемость, которую можно рассматривать как вершину айсберга. Жертвами невротической депрессии становятся не только пожилые люди, но и молодежь, уныние, хандра, безрадостность, к сожалению, свойственны многим нашим современникам, несмотря на относительную успешность их внешней жизнедеятельности.

Вся эта печальная статистика настойчиво акцентирует внимание психологической науки и психотерапевтической практики на актуальность проблемы изучения психологических факторов невротического развития личности.

В данной статье сделана попытка теоретического обоснования определяющего влияния нравственно-деструктивных особенностей характера на процесс невротического развития личности. Далее рассмотрим основные формы психопатологического развития.

В психиатрии выделяют два основных уровня патологических изменений: психотические (связанные с генетическими, обменными нарушениями) и невротические (связанные с психологическими факторами: стрессами,

психотравмами, дефектами воспитания). Психозы относятся к области «большой психиатрии», их лечение осуществляется психиатром с применением медикаментозных средств и психотерапии. Проявления невроза (область «малой психиатрии») могут рассматриваться как потеря душевного мира, когда человек сохраняет ясную критику, тяготеет своим состоянием, но ничего не может с собой поделать. Зачастую на консультацию психолога обращаются клиенты, имеющие невротическую симптоматику и связанные с ней психологические проблемы. Поэтому в рамках данной статьи мы сосредоточим свое внимание на выделении психологических (в частности, характерологических) факторов именно невротического развития личности.

В современной психотерапии принято определение невроза как психогенного нервно-психического расстройства, которое формируется в результате нарушения особо значимых жизненных отношений человека [3].

Различные исследователи (З. Фрейд, К.Юнг, К. Хорни, В. Франкл, Э. Фромм, А. Маслоу, В.Д. Менделевич) выделяют ряд психологических факторов невротического развития личности: привычка неадаптивного поведения, вытеснение в бессознательное внутреннего конфликта, бескомпромиссность установок, догматический склад мышления, неумение прогнозировать конфликт и готовиться к нему, неверные стереотипы поведения, неудовлетворенность потребностей в самоактуализации, в обретении смысла своей жизни и т. д.

В процессе развития невроза выделяют невротическую реакцию, острый и затяжной неврозы и невротическое развитие. Часто страдания невротиков длятся годами, даже десятилетиями. По мнению современного российского психотерапевта Д.А. Авдеева, от невроза можно долго страдать, пока человек

не поймет истинных причин своих страданий: своего восприятия, оценочной шкалы, неверных установок, стереотипов поведения. Единственное, что ему нужно – это смирение, мир, доброта [1]. Но именно эти качества и отсутствуют в характере невротика.

Мы определяем понятие "*характер*" как набор устойчивых личностных тенденций, которые проявляются в поведении человека в виде определенных характерологических черт. Большею частью характер формируется в результате усвоения ценностей культуры. Немалую роль в развитии характера играет и сознательное самовоспитание личности. Еще древнегреческие философы считали, что характер человека определяет его судьбу.

Итак, развитие личности может быть как конструктивным, так и деструктивным (невротическим или психотическим). Конструктивное развитие проявляется в формировании гармоничной личности. Деструктивное развитие сопровождается формированием личностных дисгармоний и развитием невротического характера, который выступает как совокупность устойчивых патогенных (невротических) тенденций. О.В.Кебриков вводит термин «патохарактерологическое развитие». А.Е.Личко говорит о патохарактерологическом развитии, которое происходит на базе акцентуированного характера как чрезмерной выраженности некоторых характерологических черт. Часто акцентуации характера создают почву для невротических состояний. По мнению Д.А. Авдеева, духовной основой акцентуаций являются греховное повреждение души, издержки воспитания, вредные привычки.

При определенных обстоятельствах акцентуации могут трансформироваться в психопатию – личностную аномалию, которая характеризуется дисгармоничностью ее психического устройства. Психопатия занимает промежуточное место между психозами и неврозами. В отличие от невроза она является более глубокой психической патологией и не связана с психотравмирующей ситуацией. Психопатия как врожденная или приобретенная личностная дисгармония, характеризуется наличием выраженных дефектов нравственной сферы и является психологической предпосылкой патогенного (невротического или психотического) развития личности. Психопатия также характеризуется поведенческими нарушениями, снижением социально-этического уровня.

Любое патохарактерологическое развитие личности тесно связано с категорией «страдание»: если невротик доставляет страдания самому себе (своими болезненными переживаниями), то психопат заставляет страдать окружающих (благодаря своему безнравст-

венному поведению). В отечественной психиатрии классическое описание основных форм психопатий, как личностных дисгармоний дал П.Б.Ганнушкин [2], который приводит описание «антисоциальных психопатов», «патологических лгунов» и др., выделяемых на основании социально-поведенческих характеристик. Критериями психопатий являются: выраженность психических нарушений, приводящая к социально-психологической дезадаптации, тотальное изменение личности, относительная стабильность психических особенностей [2]. В отличие от неврозов, связанных с эмоционально значимыми переживаниями, психопат, как говорится, всегда психопат. Конечно, в некоторые периоды жизни поведение психопатической личности может полностью или частично декомпенсироваться, но общий аномальный психопатический фон остается.

Различают такие виды психопатий: возбудимая, истерическая, реактивно-лабильная и другие. В других классификациях можно встретить следующие разновидности: чудаки, фантасты, лгуны, эмоционально тупые, бесчувственные, раздражительные, депрессивные. Увы, наша действительность и современная массовая культура зачастую является «поставщиком» психопатических личностей.

Психологи и психотерапевты обратили внимание на определенные черты характера, свойственные тем или иным заболеваниям: например, у гипертоников наблюдаются внутреннее напряжение, нетерпимость, стремление к лидерству, эмоциональная неустойчивость; при бронхиальной астме в характере преобладают напористость, нетерпимость; при сосудистых заболеваниях – боязливость, а заболевания щитовидной железы могут быть вызваны неумеренностью. Очевидна также причинно-следственная зависимость между отсутствием нравственной саморегуляции и склонностью к заболеваниям: у сребролюбивых и завистливых нередко развиваются нервно-психические заболевания; за сластолюбие человек страдает болезнями кишечника, зубов; у чревоугодников развиваются ожирение, болезни желудка, поджелудочной железы; за унынием следует депрессия; гордость может стать духовной сущностью шизофрении; гнев провоцирует болезни сердечно-сосудистой системы [1, 305]. Отсюда можно сделать вывод, что в основе различных патогенных форм развития (акцентуированного, невротического, психопатического, психосоматического) лежит «характерологическая дефектность» – комплекс деструктивных черт характера, которые являются своеобразным «психологическим механизмом запуска» того или иного нервно-психического заболевания. А саму болезнь можно рассмат-

ривать как вторичное явление, следствие или индикатор деструктивности личностного развития.

Большинство современных исследователей сходятся во мнении, что невроз – это болезнь личности. Если нарисовать портрет «потенциального невротика», это будет целая галерея типов, каждый из которых имеет склонность к переходу скрытых болезненных сил в реальные. Стиль мышления у таких людей носит характер бескомпромиссности, в оценках сквозит выраженная категоричность.

Ряд таких исследователей как Д.А. Авдеев, Б.С. Братусь, Д.Е. Мелехов, В. Невярович, Л.Ф. Шеховцова и др. обосновывают свою научную позицию, опираясь на двухтысячелетний опыт святоотеческой традиции. Они утверждают, что страдания невротика являются следствием его личностно-характерологического склада, и едва ли не каждый невроз имеет духовные корни [1, 36-37]. Стоит отметить, что автор статьи разделяет данную точку зрения. Рассмотрим основные положения православной антропологии относительно этиологии (происхождения) психических расстройств.

Согласно святоотеческому учению, в сердце человека заложены скрытые семена пороков (страсти), которые во время искушений (психотравмирующих, стрессовых переживаний) дают свои ростки и плоды. Церковь рассматривает психические заболевания как одно из проявлений общей греховной поврежденности человеческой природы. Страсти – это греховные навыки души, укоренившиеся в личности и ставшие природными качествами (чертами характера). По отношению к страстям человек может относиться одним из трех способов: или он действует по страсти, или сопротивляется ей, или искореняет её.

Греховный образ жизни возбуждает страсти (аффекты), дезорганизует волю, выводит из-под контроля сознания эмоции и воображение и в результате влечет за собой невротические расстройства. Профессор Д.Е. Мелехов полагает, что в основе многих психических расстройств лежит несмирение. Неисповеданные грехи не только губят душу, но и держат в напряжении и разрушают тело.

Неврозы справедливо называют запущенной формой страстей, в глубинной основе которой лежит оскудение любви, равнодушие, неприязнь, нетерпимость, раздражительность, гневливость, страх, завистливость [1, 44]. Д.А. Авдеев убежден, что невроз является «чутким нравственным барометром» [1, 46] и «показателем нравственного нездоровья, духовно-душевного разлада» [1, 41]. Накапливаясь в душе, грехи формируют характерологические изъяны. Происхождение психосомати-

ческой патологии можно эскизно представить как процесс материализации греха: грех – характер – болезнь [1, 41].

Итак, можем заключить, что развитие невротических проявлений зависит от особенностей характера, связанных с отсутствием нравственной саморегуляции.

Выяснить, какие именно характерологические особенности детерминируют ту или иную форму невротического развития нам поможет анализ наиболее выраженных черт характера при различных невротических расстройствах. Опираясь на исследования Д.А. Авдеева, рассмотрим характерологические симптомы при каждом из видов невроза и возможные направления духовно-нравственной психотерапии.

Неврастения – проявляется нервной слабостью, раздражительностью, вспыльчивостью, глубоким истощением жизненных сил человека. Вспыльчивости, раздражительности всегда предшествует гордость, самомнение, самопревозношение. Д.А. Авдеев справедливо замечает: «Можно ли представить себе неврастеником человека смиренного, доброго, терпеливого. То есть, неврастению можно считать противоположностью кротости, смирения, терпения и мирного устройства духа» [1, 50].

Пути психотерапии:

- Возлюби ближнего как самого себя. В себе надо возлюбить богоподобие (человек – обладатель бессмертной души). Не приняв и не возлюбив себя, человек компенсирует это атаками нервозности.
- Самоосознание и борьба с гордостью: потерпи обиды, укоризны, несправедливость, осознавая себя достойным всяких скорбей «достойное по делам нашим приемлем».

Невроз навязчивых состояний (обсессивно-компульсивный невроз). Сам термин «обсессия», означающий навязчивые явления, переводится как одержимость. Навязчивые мысли, господствуя в сознании, порождают эмоциональную напряженность, способствуют социально-психологической дезадаптации человека.

Развитие навязчивости можно сравнить с этапами развития греховной страсти: 1) появление в сознании навязчивого помысла; 2) далее или человек его отсекает, или принимает его; 3) этап сосложения (помысл представляется достойным глубокого рассмотрения и собеседования с ним); 4) пленение – когда не человек руководит мыслью, а мысль человеком. И, наконец, собственно навязчивая мысль.

При неврозе навязчивых состояний раз-

личают страх не просто ситуативный, а и личностный, который связан с особенностями характера (страх показаться менее умным). Душевную крепость ослабляет потакание своим прихотям, гедонизм, отсутствие внутренней работы по самоконтролю, осознанному управлению своими мыслями.

Пути психотерапии:

- Когда человек смиряется, позволяет себе ошибку, думает больше не о том, как сказать, а что сказать, ситуация меняется, страх уходит, в душе обретаются мир и покой.
- С навязчивыми мыслями не нужно «собеседовать», а стараться их игнорировать;
- Не верить содержанию навязчивости.

Истерия – это греховное состояние души, которое приводит к болезненным страданиям. Духовная оценка этого патологического феномена может быть представлена как выставление себя напоказ. Истерические личности эмоционально неустойчивы, склонны к самолюбованию, театрализации, смене интересов, настроения, они характеризуются инфантилизмом, убежденностью в особой собственной значимости, лживостью. Для проявления истерии необходимы два условия: выгода и зритель.

Пути психотерапии:

- Борьба с тщеславием (истинная добродетель не ищет людской похвалы).
- Не стоит идти на поводу у истерика, необходимо сохранять достоинство и спокойствие, а если нужно, и разумную строгость (без зрителя истерика прекращается).

Ипохондрия – занятость человека только собой, когда мысли обращены исключительно к своему здоровью. За фасадом постоянных ипохондрических жалоб скрывается самовлюбленность, выраженный эгоизм.

Депрессия – сниженное, подавленное настроение. Исследовано, что характерологическими особенностями депрессивных личностей являются напористость, упрямство, что провоцирует состояние хронической фрустрации в связи с нереализованными потребностями (например, человек не получил ту сумму денег, на которую он рассчитывал, или его чувства были отвергнуты). По мнению Д.А. Авдеева, «значительная часть депрессивных состояний – следствие греховного образа жизни. Невротическая депрессия в духовной своей основе – это психопатологическое состояние, развившееся вследствие поработивших душу человека страстей уныния и печали. Это не плач о грехах, а мучение нераскаянной души, когда покаяние подменяется невротическим самоедством» [1, 102-103].

При невротической депрессии существует непосредственная связь с нравственным состоянием человека, так как истинная причина депрессий заключается в совершаемых человеком грехах.

Пути психотерапии:

- Борьба со страстями, шествие путем терпения, смирения, незлобия, любви.
- Развитие таких качеств характера как уступчивость, мягкость, спокойствие, что приводит к снижению фрустрационного напряжения.
- Оценка невротических симптомов с духовных позиций.
- Молитва со слезами раскаяния в одиночестве есть единственное средство утешения.

Таким образом, на основании теоретического анализа основных форм невроза можно заключить, что невротическое развитие личности детерминировано такими характерологическими особенностями как: гордость, самомнение, эгоцентризм, тщеславие, психическая напряженность, неадекватная напористость, гневливость, ригидность (застываемость), эмоциональная неустойчивость, слабый самоконтроль, лживость, меланхоличность. Стоит сделать оговорку, что проявление данных качеств в незначительных масштабах и в соответствующих ситуациях может быть оправдано, но выраженность их до уровня акцентуаций характера вызывает невротическое развитие и социально-психологическую дезадаптацию личности. Поэтому комплекс данных черт характера правомерно называть невротическим характером.

Альтернативой невротических черт характера выступают уступчивость, мягкость, спокойствие, смирение, терпеливость, доброта. Самовоспитание данных качеств лежит в основе психотерапевтической самопомощи в случае невротического развития личности.

Сложность осуществления квалифицированной психологической помощи клиентам с невротической симптоматикой обусловлена рядом культурологических факторов. Во-первых, сегодня в культуре практически отсутствуют образцы должного духовно-нравственного образа жизни, и наоборот рекламируются различные проявления психических девиаций, то, есть практически отсутствует понятие характерологической культуры личности. Во-вторых, в современной культуре существует ряд откровенных подмен духовно-нравственных ценностей прагматичным суррогатом западных идеологий (искренность подменяется вежливостью, любовь – любезностью, психология Д. Карнеги – это психология псевдогуманистических ценностей (конформность, умение манипулировать людьми,

способность произвести впечатление и добиться внешнего эффекта)). В-третьих, «плюрализм мнений» при огромном разнообразии философских концепций и психотехник, имеющих подчас далеко не гуманистическую направленность, отнюдь не способствует формированию у наших современников четких нравственных оценок. Сами психотерапевты зачастую не имеют в своем мировоззрении прочных методологических оснований, используют эклектически подобранные технологии, демонстрируя при этом варианты невротического поведения (терапевт не сможет облегчить душевное бремя другого человека, не имея собственных духовных ценностей).

Поэтому психотерапия сегодня призвана более не к словесному, а духовному воздействию на человека. Лечебное воздействие должно иметь иерархию целей: от ближайших (успокоить, вселить надежду) до главных (личностный рост и обращение к духовным ценностям). Д.А. Авдеев, Б.С. Братусь, В. Невярович, Л.Ф. Шеховцова активно работают в области православной психотерапии, принципами которой являются:

1. Исповедание Православной веры (терапевт, соприкасаясь с душой клиента, должен иметь чувство благоговения, ибо каждый человек – обладатель образа и подобия Божия).

2. Обучение клиентов самопознанию, нравственному самовоспитанию, духовному развитию.

3. Недопустимость в работе насилия над личностью (различных суггестивных методов).

Пациентам, прежде всего, надо дать любовь и тепло, а знания нужны для того, чтобы эту любовь лучше приложить. Задача психотерапевта состоит в том, чтобы клиент обрел мир с собой, а через это мир с другими людьми и с Богом. Одной из важнейших задач православной психотерапии является осознание клиентом греховных, страстных механизмов конфликтной ситуации и психологических проблем личности.

Анализ опыта православной психотерапии позволяет выделить основные направления духовно-психологической самопомощи:

- Важным компонентом психологической самопомощи является правильная оценка причин собственных грубых промахов [5].
- Против каждой страсти служит врачевством противоположная добродетель (против чревоугодия – воздержание, против гордости – смирение). Против уныния нет такой специальной добродетели и для своего врачевания она требует много сил и терпения. Кто победит свои страсти, тот изгонит

из своего сердца печаль и уныние.

- Душевный мир стоит на трех китах: любовь, смирение и терпение.
- Путь к исцелению от невроза лежит через покаяние и нравственное исправление своей жизни. Главное – понять греховные истоки своей болезни, осознать свою духовную немощь, возненавидеть грехи гордости, тщеславия, гневливости, уныния, лжи, блуда, захотеть изменить себя, с искренним покаянием обратиться ко Господу.
- Важно понять разницу между плачем о грехах, рождающим в сердце мир и покой, и невротическим самоедством, которое лишь усугубляет страдания.
- Рационализация: спокойно и трезво проанализировать ситуацию и возможные пути ее разрешения, найти доводы в пользу выдержки, самообладания, смирения, принять решение.
- Предусмотрительность (заранее готовить себя к трудностям, ответственным шагам).
- Переключение на что-то приятное (созерцание, искусство, творчество).
- Уединение и безмолвие (чтоб привести в порядок мысли и чувства, отключиться от забот).
- Путь благодушного терпения всех скорбей (представить себе последний день своей жизни и оценить свои переживания с этой точки зрения).

Все сказанное выше позволяет нам сделать следующие выводы:

1. Развитие личности может быть как конструктивным, так и деструктивным. Конструктивное личностное развитие направленно на гармоничное формирование личности. Деструктивное развитие сопровождается формированием личностных дисгармоний.

2. В основе патогенных форм развития (акцентуированного, невротического, психопатического) лежит «характерологическая дефектность» – комплекс деструктивных черт характера (гордость, самомнение, эгоцентризм, тщеславие, психическая напряженность, гневливость, ригидность, эмоциональная неустойчивость, слабый самоконтроль, меланхоличность), которые являются своеобразным «психологическим механизмом запуска» того или иного психического заболевания. А сам невроз является следствием или индикатором деструктивности личностного развития.

3. Духовно-психологическая самопомощь при невротическом развитии личности может осуществляться в таких направлениях: правильная оценка причин собственных ошибок; покаяние и нравственное исправление своей

жизни путем смирения и любви; благодушное терпение всех скорбей, сознательная борьба со своими страстями и развитие духовно-нравственных добродетелей; уединение, без-

молвие, рационализация; предусмотрительность; переключение на что-то приятное, самоактуализация в творчестве.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Авдеев Д.А.* Нервность: ее духовные причины и проявления / Д.А. Авдеев. – М.: «МБЦ Серафима Саровского»; «Омега», 2009. – 320 с.
2. *Ганнушкин П.Б.* Избранные труды / П.Б. Ганнушкин. – М.: Медицина, 1964. – 292 с.
3. *Мясищев В.Н.* Личность и неврозы / В.Н. Мясищев. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1960. – 426 с.
4. *Начала христианской психологии* / Отв. ред. Б.С.Братусь. – М.: Наука, 1995. – 233 с.
5. *Невярович В.* Терапия души / В. Невярович. – М.: Русский хронограф, 2001. – 319 с.
6. *Франкл В.* Человек в поисках смысла / Виктор Франкл: Сборн.: Пер. с англ. и нем.- М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

Стаття надійшла до редакції 14.06.2010 р.