

Drog és magatartás Személyiséglélektan IV. 4.előadás

Összeállította: Dr. Pék Győző

Forrás: Pék Győző: „Drog és magatartás.” Pék Győző:
„Élmények, mikro-grammatika, védőfaktorok.”

in: Murányi István (szerk): „**Drogfogyasztók
felsőfokon**” Debreceni Egyetem Mentálhigiénés
Program, Debrecen, 2004

Boldogságkeresés

Olyan boldogságra vágyunk, amely időtlen és változtathatatlan üdvösségszerű állapot.

Ára :

halhatatlanná kellene válnunk,
nem volna szabad megöregednünk,
még csak önmagunk tudatára sem ébredhetnénk,
hanem csupán passzív várakozásban
kívülről remélnénk azt,

ami boldogít.....

Boldogságkeresés

A gyermekkor **elveszett paradicsoma:**

- még nem volt időtudatunk,
- mintegy halhatatlanok voltunk
- mit sem tudtunk halálról-elmúlásról
- nem létezett még számunkra jó és rossz, félelem és bűn sem, mindent megkaptunk
- nem kellett megdolgoznunk érte
- örültünk a létnek,
- öntudatlanul mintha csak **álmodnánk**

Tökéletes élmény,

Cs.M.: életünk legszebb
élményei nem passzív,
befogadó állapotban
érnek bennünket

De:

megfeszített akarattal a
végletekig fokozott
teljesítmény
szándékosan hozzuk létre
meghaladjuk önmagunkat

Tökéletes élmény

„.....alapja a „flow”, vagyis az a jelenség, amikor annyira feloldódunk egy tevékenységben, hogy minden más eltörpül mellette, az élmény maga lesz olyan élvezetes, hogy a tevékenységet bármi áron folytatni akarjuk, pusztán saját magáért.”

Az áramlatélmény –flow (Csíkszentmihályi, 1998)

- Olyan észlelt ***kihívások*** vagy cselekvési lehetőségek, amelyek a meglévő készségekkel éppen teljesíthetők
- Egyértelmű, elérhető célok és ***közvetlen visszajelzések*** a folyamatról

- „**Áramlat-állapotban**”
- szinte észrevétlenül *lépésről lépésre* halad előre, miközben **mentális állapotára** az alábbiak a jellemzőek:
 - intenzív és fókuszált figyelem az adott pillanatban végzett tevékenységre
 - -a tevékenység és a tudat összeolvadása
 - a reflektív éntudatosság elhalványulása
 - a tevékenység **kontrolljának** átélése
 - az *időérzékelés* módosulása
 - magát a tevékenység végzését éli meg *jutalmazónak*

Csíkszentmihályi:

A művészek milyen úton jutnak el ötleteik megvalósításáig?

Érdekes felfedezésre jut: a festők a vászon előtt sokszor úgy viselkednek, mint akik ***transzba estek***.

Annyira leköti őket a munkájuk, hogy megfeledkeznek éhségről, szomjúságról, fáradtságról. Úgy tűnik ***maga a tevékenység***, ami hajtja őket, és nem az elismerés, dicsőség

FLOW:

minden áramlat-tevékenységben közös

- a felfedezés öröme
- kreatív érzés,
- a személy egy új valóságba helyezi
- a teljesítőkéesség magasabb szintjei
- újabb tudatállapotokba jutás

az Én összetettebbé válik, fejlődik

AZ ÁRAMLAT-ÉLMÉNY FELTÉTELEI

Sportjátékok: A tevékenységet a lehető legtávolabbra helyezik a mindennapi lét „valódiságától”.

Roger Caillois francia pszichológus-antropológus:

agon játékok: melyek legfőbb jellemzője a *versengés*

alea: minden *szerencsejáték*

mimikri: az *alternatív valóság* valamilyen formáját hozzák létre, úgymint tánc, színház és általában a művészetek

ilinx, avagy *szédülés* azoknak a tevékenységeknek a neve, melyek által változtatják a tudatot, hogy széttörik a közönséges érzékelést: az ejtőernyőzés vagy a körhintázás

AZ ÖRÖMTEELISÉG ELEMEI

1. A felkészültséget kívánó feladat

Amikor szabályozott és célirányos tevékenységet végzünk
A szükséges ismereteknek vagy felkészültségnek a birtokában kell lennünk.

Olvasás

Sport

A versengés az egyik leggyorsabb módja a komplexitás fejlesztésének.

„Az az ember, aki birkózik velünk, erősíti idegrendszerünket és fejleszti ügyességünket. Ellenfelünk valójában a segítségünkre van.” Edmund Burke.

De: öncélúság!!

2.A cselekvés és a figyelem egybeolvadása

Teljes erőbedobás

Nem marad fölösleges pszichikai energia

A tevékenység spontánná, csaknem automatikussá válik

- Táncos
- Hegymászó
- Sakkjátékos (89.o)

3. Világos célok és folyamatos visszacsatolás

Egy hatvankét éves asszony:

„Különleges elégedettséget nyújt számomra a növényekről való gondoskodás. Szeretem látni, ahogy napról napra növekszenek. Gyönyörűek.”

A **visszacsatolás** megelőlegezése:
pszichiáter/sebész,

Festő, zenész

Tizenévesek: „linkelés”, mi a jó húzás?

Dzsessz zene: improvizálás

3. Világos célok és folyamatos visszacsatolás

Sérülékeny én: folyamatos bátorításra van szükségük, és számukra az értelmezhető információ, ha győznek egy versenyhelyzetben.

Szeretethiány: csak a dicséret és elismerés a visszacsatolás

Fausto Massimini: **vak, vallásos nők** flow-ja:
a Braille-írást olvasása és az imádkozás,

Alapvető fontosságú a visszacsatolás érthető formában történő jelenléte

4.A feladatra való összpontosítás

Az áramlat: javítja az élmények minőségét a tevékenységek világosan megfogalmazott követelményei rendet parancsolnak és kiküszöbölik a tudatba betörő rendezetlenség zavaró hatását.

Hegymászó (95.o): **az idő szűk ablaka**

„pszichikai negentrópia”

5. A kontroll paradoxona

gyakran inkább a tevékenység feletti **kontroll lehetősége**, mint konkrét megvalósítása.

Kockázatot vállaló emberek – elmondásuk szerint – nem magából a veszélyből meritik az örömet, hanem abból, hogy ezt a veszélyt képesek csökkenteni.

Képesek potenciálisan veszélyes erők felett uralkodni.

Kivétel: a szerencsejátékok, de: a jövőbelátás érzése fontos

„Monte Carlo” effektus, tétemelés, külső-belső kontroll

Potenciális veszélyek !

Vladimír Nabokov novellája, „A Luchin-védelem” (100.o)

6. Az éntudat elvesztése

Az Énnel való foglalkozás fogyasztja pszichikai energiáikat Napjában százszor is emlékeztetnek minket arra, milyen sérülékeny az énünk és valahányszor ez történik, pszichikai energiánkat arra koncentráljuk, hogy megpróbáljuk helyreállítani a tudat rendjét.

Az áramlatban azonban nincs helye az önvizsgálatnak. Így hát az Én-tudat elvesztése nem egyenlő az Én hiányával, még kevésbé a tudatosság hiányával, csak az Énről való tudás hiányzik.

Az Én fogalma csúszik le a tudatküszöb alá.....(104.o)

Én-transzcendencia

7. Az Idő átalakulása

Az nem úgy múlik, ahogy máskor szokott

Lényeges eleme az örömrésznek.

Az idő rabságából való szabadulás

A balett-táncos (105.o)

AZ AUTOTELIKUS ÉLMÉNY

„*auto*” belőle, ön

„**telos**” cél

Ellentéte: „exotelikus”, a pusztán külső okokból végzett tevékenységek

Exotelikusból is lehet autotelikus (107.o)

Háborús tapasztalatok

Bűnözés

Robert Oppenheimer: „aranyos kis problémának” hívta az atombombán végzett munkáját

AZ ÁRAMLAT-ÉLMÉNY FELTÉTELEI

Sportjátékok: A tevékenységet a lehető legtávolabbra helyezik a mindennapi lét „valódiságától”.

Roger Caillois francia pszichológus-antropológus:

agon játékok: melyek legfőbb jellemzője a *versengés*

alea: minden *szerencsejáték*

mimikri: az *alternatív valóság* valamilyen formáját hozzák létre, úgymint tánc, színház és általában a művészetek

ilinx, avagy *szédülés* azoknak a tevékenységeknek a neve, melyek által változtatják a tudatot, hogy széttörik a közönséges érzékelést: az ejtőernyőzés vagy a körhintázás

Ilinx tevékenységek

Szédülés

Körbe-körbe forgás

Táncoló dervisek

Sámánok

„tudattágító” drogok

Hallucinogének

Mesterséges beavatkozások, az „anyag” ára:

A tudat feletti kontroll helyett a kontroll elvesztése

ERIK ERIKSON PSZICHOSZOCIÁLIS FEJLŐDÉSELMÉLETE

BIZALOM -BIZALMATLANSÁG

0-2 év csecsemőkor. Ezt a szakaszt
Erikson az ősbizalom szakaszának
nevezi.

Korai mindenség-élmény

Ez jeleníti meg a jót, a mindenhatót, ami ugyanakkor nem támaszt igényeket.

Az én beolvadása a kollektív tömegbe,

a droghasználat eksztatikus öröme,
a magányos meditáció élménye,

Olyan életszakasz konkrét emlékét aktiválja, amelyben még elmosódtak az énhatárok.

Az örökre elveszett egység nosztalgikus emlékként él tovább és indul virágzásnak a **misztika** teljesség-érzetében.

Teológiai kiejezések

"feloldódás az egységben",
"a mindenütt jelenlevő Isten"
vagy a misztikusok
"elveszett Paradicsoma"
hatásos képzetek.

tudattalan szinten erre az
eredeti szimbiózisra
emlékeztetnek.

Romain Rolland: a vallás egy eredendő
"óceáni érzésre" épül

A meditáló ember

kozmikus élményének
 lélektani elrendezése
 talán a csecsemő és
 az édesanya elválása
 előttről származó
 szimbiotikus öl
 élményének

felel meg

A vallásos szimbólumvilág
az egyénnek abban van
nagy segítségére –
kamaszkorában,
krízisekben, öregedése
idején és ha összetört
valami miatt -, hogy
önértelmezését és
**identitását olyasmihhez
kösse**, ami nincs kitéve
társadalmi változásoknak.

Mégis mit jelent a regresszió?

A későbbi pszichoanalitikus elmélet: neurotikus mellett létezik *egészséges regresszió* is: egy időben korlátozott, meghatározott, *szükséges* visszatérés egy "primitívebb" gondolkodási és cselekvési szintre.

A **felnőtt** számára a játszás és a szerepjátékok, ahol szabályozott körülmények között játssza el azt a szerepét, hogy számára érthetetlen erőknak van kiszolgáltatva - "*pihenés*" lehet, ami után megerősödve tér vissza a hétköznapi valóságába.

Regresszió:

A felnőtteknek szüksége van arra, hogy időnként kapcsolatra leljen önmaga "naiv" és nem-rationális részeivel.

Néha magával ragadhatják érzelmi igényei, különösen akkor, ha túlságosan egyoldalúan csakis *gondolati műveleteket* végez.

A lélek egyensúlyra törekszik.

A játék és a felelősségteljes viselkedés változtatásának képessége az érettség jele.

A társadalom megszabja a regresszió *módjait*:
futballmérkőzéseken,
a pop-világ rítusaiban
a kontrollálatlan kábulatban.

REÁLIS

percepciós érzék

valóságvizsgálat

nehezen letagadható események

logikai kapcsolatok

"nézd és lásd meg"-referenciák

aktuális események

tényleges igények

jelzések

ILLUZÓRIKUS

megzabolázott fantázia

vakmerő gondolkodás

rendezett képzelet

ösztönzött kapcsolatok

verbalizálható képek

imaginatív események

kulturális igények

szimbólumok

kreativitás

játszás

transzcendens tárgy

AUTISZTIKUS

műveletlen fantázia

omnipotens gondolkodás

kimondott szeszélyesség

szabad asszociáció

kimondhatatlan képek

hallucinációs események

egyéni szükségletek

tünetek

sterilitás

álmodás

belső tárgy (imago)

autisztikus

A teljesen privát világ.

Nehéz behatárolni, az álom..

amint el szeretnénk mondani valakinek az álmunkat, és a szimbólumokat egy pontosabb nyelven kellene megfogalmaznunk, az álom asszociációs tartalmának egy része abban a pillanatban eltűnik.

A hangulat nehezen kommunikálható.

Éppilyen képtelenség éber álmaink megjelenési formáját vagy tartalmát **teljességében** megosztani másokkal.

Antropológiai háttér

„**mámoros ünnepek**” az ókori Keleten
csillagászati ciklusok
az évszakváltozások
mezőgazdasági események

az **ünnep** az ember természetiségének
szabadjára engedését, illetve
felszabadítását is jelentette.

Antropológiai háttér

Ősi mezopotámiai kultúrák:

az esztendő utolsó napjaiban **rituálisan felidézett káosz**
emlékeztetett a társadalom előtti viszonyokra:
orgiasztikus túlkapásokkal
és a **társadalmi rend felfordításával** jártak.

Rómában: saturnáliák

szelídített formában egész napjainkig fennmaradtak, mint
újévi mulatságok, illetve farsangok.

Egyebek mellett éppen a *tudattágító, pszichotrop, illetve hallucinogén szerek* segíthetik elő a tudat ősi elemeinek felszabadítását.

az ember szüntelen tudatos aktivitásának, készenlétének, a világgal szembeni reflexív viszonyának fenntartása a **tudatot elfárasztja,**

így annak időről időre szüksége van a tudattalanba való alámerülésre

orgiasztikus rítusok

Henderson:

„kifejezték a beavatandó azon törekvését, hogy átadja magát saját állati természetének, és ezáltal a **Földanya** teljes megtermékenyítő erejét megtapasztalja”

Az öntudattalanba való visszatérés kettős természetű: egyszerre valósítja meg a **szellem** „**ájulását**”, illetve eksztázisát, felfokozottságát, a mámort.

Hamvas Béla

„Az **ájultság** is önkívület, de nem fölfelé, hanem a semmibe való szétfoszlás önkívülete.

A narkotikumok nagy része ilyen ájultság.

Az ember önmagát és szemét behunyva beleveti magát az értelmetlenségbe.

A **mámor** az ember minden képességét, az értelmet is, magasabb hőfokra emeli.

Az ájultság lefokoz, és erőtlenné tesz, bénít és megfojt.

A mámor minden emberrel és a világ egészével egyesít.”

„Van szakrális ittasság, mint a boré”

Sámánok világa

A természetvallásokban: **„normatív” önkívületi állapotok**

a *sámánok a túlvilággal,*

az ősök szellemével,

saját énjük legbensőbb lényegével kerülnek kapcsolatba

a görög orákulum, mely **Dodonában** a szent tölgyek susogásából és a rájuk függesztett fémtányérok csengéséből,

Delphoiban a püthia, a földből zajjal áramló füst és gőzök hangjaiból próbálja a valóság rejtett lényegét megfejteni.

Spirituális élmények

A drog ezek hiányát is pótolhatja

LSD- a hippikorszakban

meditációs igény,

belső egyensúly

a külső kontrolossá vált világot introverzióval
ellensúlyozó törekvések

távol keleti filozófia zene kultúra

alternatív életszemléletet, (Beatles)

egyes **pszichoterapeuták** is alkalmazták
pácienseik tudatának terápiás célú
befolyásolására..

Nincs teljesen meggyőző bizonyítékok a
személyiségvonások és a
drogfogyasztás közötti egyértelmű
összefüggésekre....

Drog és személyiség

Weil (1992):

a **korai empátiamegvonás** az örömszerzés kompenzációs mechanizmusait, alternatív útjait indítja el problémás csecsemő-, illetve kisgyermekkor

az empátiamegvonással sújtottak nagyobb számban mutatnak alkoholfüggést, drogfüggést és egyéb kompenzatórikus magatartásmódot.

Az örömszerzés alternatív módjai

Pl.: szélsőséges szexualitás

a munkamánia, a „workaholizmus”

Drogfogyasztási viselkedésformák *tipológiája*

kísérletező : tíznél kevesebb alkalom

szociális-rekreációs: kb. hetente használ drogot, szórakozáshoz kötődően

helyzeti: problémás helyzet, feladat megoldása, kezelése, gátlás, szorongás oldása

intenzifikált: hosszú időn keresztül naponta

kényszeres: naponta többször, illetve folyamatosan fogyaszt drogot, hosszú időn át.

Pszichoanalitikus megközelítés

„orális mohóság”

droghatás két fajtája

az analgetikus, szedatív, hipnotikus és narkotikus
(„**lassító**”): enyhítse a fájdalmas érzéseket, azok
kialakulását.

a stimuláns, dinamizáló, euforizáló, („**gyorsító**”) hatás az
örömelvet szolgálja.

érzelmi libikóka: „egyszer fent, máskor lent” az eufória és
a depresszió között

Pszichoanalitikus megközelítés

Énvédő mechanizmusként is felfogható.

A **drogok protektívek**, védik a használót a pszichotikus szintű regressziótól a személyiség konfliktusainak kivetítése révén.

előfeltételek és okok:

antiszociális, **borderline** és

narcisztikus személyiségzavar

A drogos **eufória** helyettesítő értékű, egyfajta „**kémiai mitológia**” (Gerevics, 2000) amely a normális érzéseket és értékeket pótolja

A drogfogyasztó **szubkultúra** is markáns mintákat és értékeket közvetít

A drogok védekezést nyújthatnak a nehezen tolerálható érzelmekkel és indulatokkal szemben valamiféle **„protézisszerű feladat betöltése révén”**

A „**szer**”

az érzelmi élet kifejezésének,
az önreflexiónak
s a szimbolizációnak súlyos zavarát is enyhítheti,
így segítségével a fogyasztó a **saját testéről és a
külvilágról alkotott képét elviselhetőbbé** formálhatja.

A drogfogyasztással „megvett” érzelmek átélhetőek,
de tűnékenyeknek,
vagy makacsul megragadónak bizonyulnak,
és később válik egyértelművé, hogy túl magas az ár és
nehéz kilépni a „fogyasztói kör”-ből.

a drogkeresés szinte egy valódi partner keresésével válik egyenértékűvé.

A drogos megátkozott Grál lovagként keresi a kifogyhatatlan kegyelmet adó szubsztrátumot

önbüntető jellegéből adódik, hogy sok esetben egyenértékű az öngyilkossággal szenvedélybetegség elnyújtott, tompított öngyilkossági kísérletnek is tekinthető.

duális tipológia

a „**feminin**” drogok a „lassítók”, azaz a központi idegrendszer izgalmát csökkentő, depresszív szerek,

a „**maszkulin**” drogok pedig a „gyorsítók”, azaz a stimulánsok.

A feminin drogok regresszívek

a maszkulin drogok pedig agresszívek