

## **КОГНИТИВНО ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ ДЛЯ ЗАВИСИМЫХ ОТ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ: СТЕПЕНЬ РАЗРАБОТАННОСТИ И ПРАВИЛА ПРИМЕНЕНИЯ В РЕАЛЬНОСТИ**

**Аллахвердиев Рамин Фазиль оглу**

Бакинский государственный университет, Азербайджан, г. Баку

### **COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY IN THE TREATMENT OF PSYCHOACTIVE SUBSTANCE ABUSERS: LEVEL OF DEVELOPMENT AND IMPLEMENTATION RULES**

**Ramin Allahverdiyev**

*Baku State University, Azerbaijan, Baku*

**Аннотация.** При лечении злоупотребления психоактивными веществами преследуются три цели. Это устранение физической зависимости от наркотиков, устранение психологической привязанности, преодоление таких психологических состояний, как агония и депрессия, вызванные злоупотреблением этими веществами, а также повышение уровня жизни. Последняя цель – это работа по предотвращению рецидива заболевания. Наиболее важным нехимическим методом лечения является когнитивно-поведенческая терапия. Показано, что когнитивно-поведенческая терапия злоупотребления психоактивными веществами эффективна как в качестве монотерапии, так и в составе комбинированных лечебных стратегий. Хотя для когнитивно-поведенческой терапии характерны гетерогенные методы лечения, такие, как стратегии оперантного обучения, когнитивно-мотивационные элементы и вмешательства, основанные на навыках, в контексте психоактивных веществ выделяются несколько основных элементов, направленных на устранение сильных и усиливающих эффектов психоактивных веществ. Многочисленные крупномасштабные эксперименты и количественные анализы помогают когнитивно-поведенческой терапии эффективно реагировать на любое злоупотребление психоактивными веществами. Когнитивно-поведенческая терапия расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ, включает несколько различных вмешательств, которые могут применяться как комплексно, так и изолированно, могут проводиться как индивидуально, так и в групповых форматах. Когнитивно-поведенческая терапия для наркозависимых описана во многих исследованиях, и есть много подтверждений ее эффективности. Полученные данные ясно показывают, что когнитивно-поведенческая терапия является полезным средством для решения проблем наркомании, а также эффективна для снижения риска рецидива заболевания.

**Abstract.** Three goals are targeted in the treatment of substance abuse. Primarily, the elimination of physical dependence on drugs, the removal of psychological attachment, the reduction of psychological conditions such as agony and depression caused by substance abuse, as well as the improvement of living standards are in the second step, and the last step is to prevent the recurrence of the disease. The most important non-chemical treatment method is cognitive behavioral therapy. Cognitive-behavioral therapy against psychoactive substance abuse has been shown to be effective both as a monotherapy and as a part of the combination of treatment strategies. Although cognitive-behavioral therapy has been characterized by heterogeneous treatments such as operant learning strategies, cognitive and motivational elements, and skill-based interventions in the context of psychoactive substance, several core elements focusing on

eliminating the strong and strengthening effects of psychoactive substances appear throughout the protocols. Numerous large-scale experiments and quantitative analyzes support cognitive-behavioral therapy to be effective respond to any psychoactive substance abuse. Cognitive-behavioral therapy against substance use disorders, involves several different interventions that can be used either complex or isolated, which is able to be carried out both individually and in group formats. Cognitive behavioral therapy for drug addicts has been recounted in many studies and there are numerous evidences about its satisfactory effects. The findings clearly show that cognitive behavioral therapy is a beneficial treatment for solving problems of addiction diseases, as well as it is effective for reducing the risk of recurrence of the disease.

**Ключевые слова:** зависимость; лечение; психоактивные вещества; когнитивно-поведенческая терапия.

**Keywords:** dependence; psychoactive substances; treatment; Cognitive Behavioral Therapy.

Как подчеркивалось выше, когнитивно-поведенческая терапия расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ, варьируется в зависимости от используемых конкретных протоколов, с учетом характера и разнообразия эффектов различных психоактивных веществ, и целевого вещества. Однако в протоколах фигурирует ряд ключевых элементов. Последовательным во всех вмешательствах является использование основанных на обучении подходов, нацеленных на неадекватные модели поведения, на изменение мотивационных и когнитивных барьеров и дефицит навыков [1]. Один из основных принципов, лежащих в основе когнитивно-поведенческой терапии расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ, заключается в том, что вещества, которыми злоупотребляют, служат мощными поведенческими стимуляторами. С течением времени эти положительные и отрицательные стимулирующие эффекты привязываются к широкому спектру как внутренних, так и внешних факторов.

Основные элементы когнитивно-поведенческой терапии направлены на смягчение мощных мотивационных эффектов злоупотребления вредными веществами либо за счет увеличения непредвиденных обстоятельств, связанных с неупотреблением, либо за счет развития навыков, которые облегчают сокращение употребления и облегчают возможности вознаграждать деятельность, не связанную с наркотиками [2].

**Мотивационное интервью.** При начале лечения следует учитывать мотивацию лечения и вероятность соблюдения больным режима лечения. Мотивационные методы должны быть разработаны и протестированы для преодоления барьеров на пути к мотивации. Мотивационное интервьюирование — это подход, основанный на расчет на амбивалентность в отношении изменения поведения, связанного с употреблением психоактивных веществ, с постмотивационным применением когнитивно-поведенческой терапии к широкому спектру поведенческих расстройств, включая повышение комплаентности при тревожных расстройствах [3].

Лечение, основанное на модели мотивационного интервьюирования, можно использовать в сочетании как с автономными вмешательствами, так и с другими стратегиями лечения расстройств, связанных с употреблением психоактивных веществ. Обзор метааналитических вмешательств, основанный на мотивационном интервьюировании, выявил небольшие и средние величины эффекта для алкоголя и средние величины эффекта для употребления наркотиков по сравнению с плацебо или контрольными группами без лечения, а также при сравнении активного лечения с аналогичной эффективностью. Чаще всего мотивационное интервью предлагается в индивидуальном формате, состоящем из относительно коротких лечебных эпизодов (хотя были разработаны и групповые форматы). Более высокая эффективность может быть достигнута, если лечение проводится в более высоких дозах [4].

**Проведенные исследования.** В исследовании, проведенном Греем Мак-Кембриджем и Сренгой, изучалось влияние одного сеанса мотивационного интервьюирования в области

когнитивно-поведенческой терапии, проведенного молодежными работниками, на употребление подростками алкоголя, никотина и каннабиса. В течение 3 месяцев после лечения пациенты, перенесшие ИМ, сказали, что они употребляли алкоголь меньше дней, чем те, кто этого не делал; тем не менее, не было обнаружено существенной разницы для курения или употребления каннабиса, что позволяет предположить, что величина пользы от ИМ более ограничена, чем признано в исследованиях эффективности. Результаты улучшения мотивационного подхода к развитию в исследованиях эффективности оказались более многообещающими [5].

Результаты исследования Маами и Амири в Иране под названием «Эффект когнитивно-поведенческой терапии при лечении наркоманов психоактивных веществ с использованием систематического метода и метода метаанализа» показали, что когнитивно-поведенческая терапия эффективна при лечении зависимости. Учитывая, что большое значение в снижении зависимости имеет когнитивно-поведенческая терапия, этот метод можно охарактеризовать как общий в лечении зависимости от психоактивных веществ [6].

В исследовании Шариати, Иззати Кха, Мулави и Салехи «Сравнительный анализ когнитивно-поведенческой терапии и лечения по улучшению образа жизни в лечении наркозависимых от психоактивных веществ» было показано, что изучение значимого эффекта лечения, основанного на улучшении образа жизни наркоманов психоактивных веществ, в данном исследовании все еще находилось на стадии наблюдения [7].

Из анализа данных, полученных в результате исследования Моллазаде и Ашури под названием «Исследование влияния когнитивно-поведенческой терапии на психотерапию зависимых от психоактивных веществ и при рецидиве заболевания» было установлено, что до и после выдвижения гипотезы изменения в психологическом состоянии обеих групп очевидно, и когнитивно-поведенческая терапия показала свой эффект у потребителей психоактивных веществ в предотвращении рецидива заболевания [8].

В исследовании Равсона когнитивно-поведенческая терапия использовалась как часть терапевтических программ. Разработанная им программа лечения применялась к лицам, зависимым от алкоголя и психотропных препаратов, в течение 16 недель, и результаты показали, что эта терапия сыграла эффективную роль в реадaptации человека к обществу, предотвращении рецидивов и реактивации позитивных мыслей [9].

Многими исследователями установлено, что когнитивно-поведенческая терапия более эффективна в предотвращении рецидивов, а также в лечении депрессии и при социальном воздействии в зависимости от осознания снижения зависимости от психоактивных веществ, продолжительности лечения и приверженности лечению. Результаты этих исследований еще раз показали, что редукция привычки, основанная на ее подсознательном знании, методом группового лечения показала свой положительный эффект в терапии зависимых от психоактивных веществ и может сыграть важную роль в улучшении психологического состояния пациента. В результате этих исследований стало ясно, что когнитивно-психологическое вмешательство имеет важное значение в лечении зависимости. Этот метод привел к созданию стимула для отказа от психоактивных веществ, увеличению общественной поддержки в этом направлении и обучению определенным навыкам борьбы с зависимостью от психоактивных веществ [10].

**Выводы.** Наркозависимость есть хроническое и разрушительное явление. При этом наносится вред не только потребителю, это может стать причиной многих смертей, а также нанести вред семье и обществу, в котором живет человек. Зависимость от психоактивных веществ является одним из самых разрушительных социальных заболеваний и причиняет гораздо больше вреда, чем просто шизофрения. Это может привести к низкому образовательному уровню, социологическим проблемам и умственной отсталости.

Здесь важное место занимают индивидуальные, экологические и социологические факторы, поэтому при лечении зависимости их следует учитывать. Консультативные группы когнитивно-поведенческой терапии лечат нездоровое мышление людей, зависимых от психоактивных веществ, и выступают в качестве передового метода лечения в решении проблем когнитивной психологии. При изучении приемов схема-терапии было обнаружено, что зависимые от

психоактивных веществ могут пользоваться этими приемами на протяжении всей жизни, и это приводит к уменьшению нездоровых мыслей у зависимого от психоактивных веществ.

### **Список литературы:**

1. Compton WM, Thomas YF, Stinson FS, Grant BF. Prevalence, correlates, disability, and comorbidity of dsm-iv drug abuse and dependence in the United States: Results from the national epidemiologic survey on alcohol and related conditions. Arch Gen Psychiatry. 2007
2. Hasin DS, Stinson FS, Ogburn E, Grant BF. Prevalence, correlates, disability, and comorbidity of dsm-iv alcohol abuse and dependence in the united states: Results from the national epidemiologic survey on alcohol and related conditions. Arch Gen Psychiatry. 2007
3. Simpson HB, Zuckoff A, Page JR, Franklin ME, Foa EB. Adding motivational interviewing to exposure and ritual prevention for obsessive-compulsive disorder: An open pilot trial. Cogn Behav Ther. 2008
4. Westra HA, Arkowitz H, Dozois DJ. Adding a motivational interviewing pretreatment to cognitive behavioral therapy for generalized anxiety disorder: A preliminary randomized controlled trial. J Anxiety Disord. 2009
5. Gray E, McCambridge J, Strang J. The effectiveness of motivational interviewing delivered by youth workers in reducing drinking, cigarette, and cannabis smoking among young people: Quasiexperimental pilot study. Alcohol & Alcoholism. 2005
6. Mami, Shahram and Kamran Amirian. Meta-analysis and systematic method of behavioral therapy in the treatment of psychoactive substance users in Iran, Qom University of Medical Sciences newspaper, 10th edition, number 12, 2017
7. Shariati, Mohammad Ibrahim, Izzadi Khah, Zahra Molavi, Husyn Salehi and Mehrdad. A comparative analysis of the effect of behavioral therapy based on improving the quality of life of drug addicts. Journal of Cognitive Behavioral Sciences, 11th Edition, Number Four, 2014
8. Javad Mollazade, Ahmed Ashuri. The effect of behavioral therapy in improving the psychological health of drug addicts and preventing use, Shahid University scientific research, 16th edition, number 34, 2010
9. Rawson RA, Obert JL, McCann MJ. Cocaine treatment outcome: cocaine use following inpatient, outpatient and no treatment. 2005
10. Epstein EE, McCrady BS. Behavioral couples treatment of alcohol and drug use disorders: Current status and innovations. Clinical Psychology Review. 1998