

成瘾行为的心理学分析*

梅松丽¹ 张明² 刘莉³

¹吉林大学公共卫生学院社会医学教研室, 长春 130021

²东北师范大学心理系, 长春 130024

³吉林大学基础医学院法医学教研室, 长春 130021

中图分类号 R395.6 文献标识码 A

成瘾是人类活动中复杂而又令人费解的一种行为模式,对成瘾行为的研究是一个跨学科的新兴课题。不同的学科对成瘾行为有着不同的解释,如医学、精神病学、心理学、生理学、社会学、生物学,都对成瘾行为有自己的理论分析和操作模式。随着生命科学技术的不断发展,对成瘾行为的生物学研究越来越引起学术界的关注,大多数的研究都从生物学角度以关注^[1-7],但是我们不能忽略人是社会的人,社会心理因素在成瘾行为中所起到独特的作用,本文就精神分析、行为主义、社会学习、认知主义、人格素质等社会心理学的理论观点对成瘾行为进行归纳分析。

1 精神分析心理学对成瘾行为的分析

1.1 精神分析的人格结构理论对成瘾的解释

Fred 的人格结构由本我,自我,超我三部分组成。本我指人的本能,欲望,是原始的力量源泉,有即刻要求满足的冲动倾向,处于潜意识的最深层,遵循的是享乐原则。因此精神分析理论学者认为,药物成瘾者要从药物中寻求“享乐”的感觉,以使得自己心理踏实,适应环境^[8]。克里斯特尔(Krystal)和拉斯金(Raskin)在 1970 年的研究中说:“在自我不足的人格中,毒品被用来逃避他们面临的也许对别人来说并不构成潜在损害的精神创伤……通过使用毒品,虽然现实被逃避开来,但这只是暂时的,当化学反应消退时,充满邪恶的现实世界又重新回到眼前,他们不得不再次从毒品中获得安慰,从而形成对毒品的依赖。”成瘾者的自我调节能力有缺陷;对于生活中的请客威胁缺乏警惕,如对药瘾的严重后果视而不见;当遇到困难时不善于冷静处理,摆脱困境;追寻人格发育史,发现未曾得到父母恰如其分的爱护,缺乏自尊心、责任感、理想和抱负,有过多的愤怒、仇恨、自暴自弃,感觉不到世界的美好。

1.2 精神分析的性发展理论对成瘾的解释

Fred 的性心理发展理论认为人的行为都是受

性的本能和欲望来支配的,性的背后就是潜在的心理能量叫力比多(libido)也就是性力或欲力,常常驱使人们去寻找快感。当然这个性不仅仅是指以生育为目的成熟的两性行为,它还包括广泛的身体愉快,甚至还包括心情的愉快和友谊。Fred 曾经指出,对成瘾者而言,毒品充当了其性满足的替代品,除非重建正常的性功能,否则戒断后的复发在所难免。Rado 称药物滥用是一种自恋障碍,是“对天然自我结构的人为的破坏”。当药物作用减弱后,用药者的抑郁情绪便会再度出现,与用药引起情绪高涨形成鲜明对比,个体自然会产生强烈的用药渴求。此时,自我形成了药物的奴隶,只好继续用药。一般认为,“阴胜阳衰”的家庭(即家庭中以母亲为主,而父亲处于被动地位,缺乏阳刚之气)易于培养出滥用药物的子女。Savitt 发现,药物滥用者大多性欲缺乏,多数成瘾者都可引出潜在的乱伦欲望,用药使性欲受到抑制,使其进一步退行到生殖器阶段,只视哺乳及进食为第一需要^[9]。

2 行为主义对成瘾行为的分析

2.1 强化理论对成瘾的解释

行为主义理论认为,人的大脑有三分之一的结构属于行为强化系统。反复做一件事情,就会使行为强化系统过度兴奋,交感神经系统高度变化,这样人便会对反复从事的行为成瘾。

人们首次使用成瘾物质后,由于体验到成瘾物质所带来的欣快感,成为一种阳性的强化因素,通过奖赏机制促使人们再次重复使用行为,直至成瘾。

而停用成瘾物质所引起的戒断症状,痛苦体验的出现是一种惩罚,又是一种阴性强化因素或阴性强化作用。为了缓解焦虑,驱除戒断反应,逃避这种惩罚,成瘾者只好继续使用成瘾物质,强迫觅药而避免戒断时的痛苦则产生间接的阳性强化作用,直接与间接的阳性强化协同形成一级强化。

除了成瘾物质的强化作用外,社会因素也有强化作用,形成物质依赖的情景和条件也可形成环境上的强化作用,即二级强化。依赖者受接触到的周

* 吉林大学创新基金,编号 2005101002

围人群的群体心理影响,更可构成社会性的强化,促使物质依赖更加顽固,如参加吸毒团伙,取得了情感上的交流,一起干违法的行为取得了经济效益,吸毒的环境,工具等都会强化行为。当成瘾的行为模式受到挫折而不能进行下去的时候,就会产生与吸食鸦片的人突然被强制戒毒时类似的反应。

这两级强化作用的叠加遂使人的行为固定,从而形成物质依赖。

2.2 条件反射理论对成瘾的解释

从生理学学习和记忆原理得出,“心瘾”的形成是通过操作式条件反射等执行的联合型学习过程。刚开始吸毒时,毒友、吸毒的环境、工具等刺激都是一些无关刺激,吸毒时则伴随这些刺激产生独特的欣快感。长期吸毒后上述无关刺激与欣快感反复同时出现,变成了条件刺激,吸毒者表现为吸毒成瘾后一见到毒友、吸毒环境、烟具、注射器、矿泉水等条件反射性引起对吸毒的欣快感的回忆以致于产生强烈的觅药渴求。由于上述操作式条件反射是通过反复操作,通过激活大脑内源性奖赏系统来完成的,所以吸毒成瘾机体的记忆表现为三级记忆,大脑皮质可有局部增厚,而这种“心瘾”可谓是刻骨铭心的。

3 社会学习理论对成瘾行为的分析

心理控制是 Rotter 在社会学习理论中首先提出的一个概念,指个体认为可以在多大程度上把握和控制自己的行为。Rotter 认为内控者能够看到自己的行为 and 后果之间的一致性,并体会到控制感;而外控者则往往把行为后果归结为机遇、运气,或自己无法控制的力量^[10]。

人的心理控制源倾向不是一种特质,也不是一种先天性倾向,而且会随着环境条件的变化而变化。如果一个人的生活需要长期受人照顾或受人约束,则其心理控制源会向外控方向转变。

国内的一些研究表明,毒品依赖者的内控性低,有比较高的外控倾向,高外控者更易产生焦虑、抑郁的情绪。他们较多地相信行为的结果由外部所控制,而较少的相信成功要依靠自己的努力。缺乏自我把握和控制能力,所以可能更多地将戒毒的失败归于外部因素。虽然导致毒品依赖者复吸的因素很多,但其内在的心理控制源的高外控倾向与其复吸的行为不无关系^[11,12]。

由于毒品依赖者的内控水平低,有着较高外控倾向,加上吸毒以后,由于社会、家庭对他们的行为不能接受、疏远,因而更容易导致他们严重的心理障碍和问题行为。也有研究表明,外控倾向与酒精依赖及饮酒问题的联系,即使在正常饮酒的范围内,外控者也倾向于比内控者更多的使用酒精,这表明心理控制源倾向于外控者,更易使用精神活性物质。

在男女成瘾者的性别之间也存在着控制源的差异。有研究表明,男性在外控倾向方面比女性高,两者有明显的差异。这可能是由于男性成瘾者在成瘾后会给家庭和社会带来危害,如暴力事件,犯罪等,使家庭和社会对男人的个人期望和要求要比女性更低,加上吸毒后,钱财散金,谋生能力比女性低,导致男性的自我控制能力降低^[13]。

4 认知心理学对成瘾行为的分析

4.1 注意缺陷对成瘾的解释

成瘾的认知过程,主要是由于成瘾者信息加工缺陷,或者认知方式的偏差所致。信息加工缺陷主要是指成瘾者的注意缺陷,过分的偏见和过分专注,如酗酒者一心一意的想着下一次饮酒,而病理性赌博者总想着下一次把钱能够赢回来。另外,成瘾者也有着独特的思维习惯,以特定的方式对信息加以歪曲并且这种歪曲与成瘾行为有着密切的关系。

4.2 自动加工对成瘾的解释

认知主义的研究者认为,大多数关于渴求的理论直接或间接地指出药物渴求的三种成分:

(1) 个体感到需要药物的主观体验;

(2) 伴随寻求药物及预期注射药物而产生的与享乐联系在一起的情绪状态;

(3) 来自于个体引发寻药行为体验的动机。

成瘾是由储存在长时记忆中自动化行为图示而控制。操作程序不需要注意(即自动)就可完成,并且显示出完整性和协调。自动化的操作图示有快速、省力、无意识等特征。不需要注意的特征提示,当环境刺激足够强时,某些行为就会不由自主地发生,一旦某种行为开始了,就几乎很难停止。表现出像子弹进入弹道一样的倾向,只要开始就意味着要进行结束。一些关于自愿(可控的)及不自愿(自动的)认知过程和技巧本质的实验研究直接或间接支持了这一提议。

觅药行为与用药行为已经被反复重复,这就形成了一种自动操作快速有效,经常不经注意就完成了而且很难阻止。

因此,成瘾可能是一种可以预见行为后果的由环境线索、不遗余力的觅药过程及躯体和植物神经适应所组成的混合体^[14]。

5 人格素质观点对成瘾行为的分析

吸毒是人们在空虚、挫折和压力之下,寻求解脱和逃避现实的一种方法。但是在一个开放、充满激烈竞争和迅速变迁的社会里,人们遭受挫折、失意和各种压力是不可避免的,只是程度有所不同。但是,在客观环境给人造成的心理压力或精神压力面前,为什么有的人心理承受能力强而有的人心理承受能力差而非要从毒品中寻求解脱呢?

心理学家认为,人的承受力主要取决于行为者

的人格素质和人格特点。人格发展越完善,就越能对自己作出正确的评价,在压力面前对自己态度、自我行为的调节能力就越强,也就越能形成稳定的心理特征,反之就容易出现心理不稳定和心理危机。一些心理承受能力差的人,由于缺乏自我调节能力,使他们无法摆脱心理危机,导致一些人使用毒品,来降低他们的不满和提供对快乐的满足^[15,16]。

心理发展是人们客观行为的一个准备过程,吸毒作为一种偏离和违反社会规范的行为,在它产生之前,吸毒者必定经历了一个心理准备的过程,更确切地说经历了一个心理危机的过程。科布尔的研究证实了这一点,他在调查中发现,在被调查的吸毒者中;有86%的人在吸毒以前是行为非正常者。成瘾者特别是年轻的吸毒者成瘾前的经历,大多都有某些品行障碍,如逃学、偷窃、斗殴和少年犯罪等。他们的成绩差,情绪不稳,与社会格格不入,常无法适应正常的社会生活^[17]。

性格是成瘾的基础,发生成瘾者,其人格往往有缺陷,称为“成瘾人格”。通常认为有三种人格缺陷者易产生物质依赖,即变态人格、孤独人格和依赖性人格。这些人格缺陷所表现的共同特征是,易产生焦虑、紧张、欲望不满足、情感易冲动、自制能力差、缺乏独立性、意志薄弱,外强中干、好奇、模仿。一些心理学家更多的使用“依附性人格”来解释吸毒的原因。它的特征是缺乏自我控制和自我尊重,享乐主义、缺乏对未来筹划的能力,精神和情绪经常处于抑郁状态。依赖附性的人格使他们一方面根据快乐原则从毒品中寻求最基本的满足,另一方面他们对吸毒行为的后果置若罔闻,只是寻求片刻的满足。极易对致瘾源产生依赖,但最终到底染上其中的哪一种瘾,则视外界的具体条件了。比如,听别人说吸食毒品后产生美妙的愉快感,就由好奇心、侥幸心、逆反心所致想去体验体验^[18]。

心理学家对海洛因吸毒者测试后发现,海洛因吸毒者存在一些人格弱点:敌意性、进攻性、叛逆性、不负责任、嬉戏性、冲动性。也有人发现,凡与酒依赖相一致的人格缺陷就可以造成其他物质依赖。成瘾者的这些人格特征证明了心理学家所持的这种观点。所以,成瘾行为也是一种自我伤害性疾病。伴有意志或道德缺陷。

此外,成瘾者的情感承受能力也有缺陷,不善于言语表达。缺乏沟通,依赖性很强,但是又找不到合适人来倾诉,只有把自己的情感封闭起来,一旦承受不了失去控制,就破罐破摔。

6 总结

以上的理论都从各自的角度对成瘾行为的心理进行了分析,彼此又有一种共通之处,如都成瘾者的自控性比较差等,但是没有任何一种理论能完全独立的把成瘾行为解释清楚,因此今后成瘾行为的研究有必要对各理论进行整和,也将生物心理社会三者有机的结合起来,为应对防治成瘾行为提出有力的理论依据。

参考文献

- [1] Leshner A I. Addiction is a disease, and it matters [J]. Science, 1997, 278: 45 ~ 47
- [2] Robinson T. E, Berridge K C. Addiction [J]. Annual Review of Psychology, 2003, 54: 25 ~ 53
- [3] 隋南, 陈晶. 药物成瘾行为的脑机制及其研究进展 [J]. 心理学报, 2000, 32 (2): 235 ~ 240
- [4] 肖琳, 谭北平, 李勇辉, 隋南. 成瘾现象中的奖赏效应和神经系统适应性 [J]. 中国药物依赖性杂志, 2004, 13 (4): 241 ~ 244
- [5] 张开镐. 药物成瘾的病理生理学基础 [J]. 中国药物依赖性杂志, 2002, 11 (2): 81 ~ 85
- [6] 邓林园, 方晓义. 尼古丁依赖的神经生物学机制 [J]. 心理科学进展, 2005, 12 (4): 534 ~ 543
- [7] 杨波, 秦启文. 成瘾的生物心理社会模型 [J]. 心理科学, 2005, 28 (1): 32 ~ 35
- [8] 张春兴. 现代心理学 [M]. 上海: 上海人民出版社, 2003
- [9] 师建国主编. 成瘾医学 [M]. 北京: 科学出版社, 2002
- [10] Rotter J B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement [J]. Psychol Monogr, 1966, 80: 1 ~ 28
- [11] 全东明, 刘珍妮, 李刚. 海洛因依赖者心理控制源 [J]. 中国药物依赖性杂志, 2001, 10 (3): 217 ~ 218
- [12] 马晓冬, 郭本禹. 成瘾行为研究中自我效能的几种类型 [J]. 心理科学, 2001, 24 (6): 744 ~ 745
- [13] 刘基, 杨玲主编. 吸毒与戒毒 [M]. 兰州: 甘肃教育出版社, 2003
- [14] Rebec G V. Addiction [J]. Encyclopedia of Cognitive Science. Nature Publishing Group, 2003: 32 ~ 38
- [15] Burger, J. M. 陈会吕译. 人格心理学 [M]. 北京: 中国轻工业出版社, 2000
- [16] Pervin L A, John O P. 黄希庭译. 人格手册: 理论与研究 [M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2003
- [17] Crawford A M. Parallel developmental trajectories of sensation seeking and regular substance use in adolescents [J]. Psychological of Addictive Behaviors, 2003, 17 (3): 179 ~ 192
- [18] D. Türk, G. Bühringer. 胡晶琼译. 成瘾的精神与社会原因 [J]. The Chinese - German Journal of Clinical Oncology, 2002, 17 (2): 115 ~ 117

(收稿日期 2006-05-11) (责任编辑 连祥卿)