Российский университет дружбы народов

**Анализ статьи**

Выполнила студентка 4 курса

Группа ФСС-43

Хлендовска Мариель

Москва, 2010



**Зависимость: понять и избавиться**

"Зависимость коснулась всех моих подруг. Похоже, назрела тема для обсуждения", - задумалась Алиса Абрикосова, корреспондент Cosmopolitan Питер.



Традиция незыблема вот уже пять лет. Круг приглашенных стабилен, как курс иены. Список тем обкатан, как горнолыжная трасса для чайников. Блондинка-брюнетка-рыжая-переменная (никто не знает, в каком цвете придет Таня на очередную встречу) еженедельно обсуждают, строго по песне, в порядке убывания значимости: звоночки, цветочки, загадки, переглядки, тетрадки и мармеладки. Все то, из чего сделаны наши девчонки.

Обсуждают – но не осуждают. А еще не плачут и не жалуются. Только смеются или (в тех случаях, когда жуют и запивают) радостно мычат и пожимают плечами. Ведь в их жизни все просто и давно отлажено, как бег лиссабонского трамвая. Они живут в свое удовольствие, никому не должны и абсолютно независимы. Ни сердечных привязанностей, затянутых тугими узлами, ни мужей, ни детей, ни порочной страсти к шоколаду, бриллиантам и социальным сетям.

Даже курить бросили! «Секс в большом городе», второй сезон. В чистом виде и высоком разрешении.

В ролях:

* IT-специалист, великолепная Марина, чьи видимые достоинства умещаются в букву D, а краткий обзор скрытых не уместится даже в трехметровый папирус;
* сотрудница архитектурного бюро, загорелая, влюбленная в скалы и волны Татьяна, шесть раз в год вызывающая приступы комплекса неполноценности у виндсерферов в Бильбао и на Кабо-Верде;
* управляющая шоурумом эмоциональная кудряшка Наташа с огромными глазами-маслинами и, пожалуй, еще более огромными амбициями и самолюбием;
* редактор… ну, была-не была, смешливая Алиса, которая оттачивает свое остроумие на всех, кто попадется на язык, но при этом несъедобен.

Счастливые, свободные, разумные и независимые девушки, одна из которых, ко всеобщей гордости, на днях поступила получать второе высшее на психфак. И, к собственному ужасу, неожиданно сходу обнаружила в учебниках по типам зависимостей всех своих подруг.

***Во-первых, Марина***

Всего два раза в жизни мы видели лучезарную Марину не в духе. Да что там не в духе – такую разъяренную фурию и захочешь забыть, не получится.

Однажды за двадцать минут до священной четверговой встречи коллега нечаянно опрокинул в ее декольтированную блузку остывший кофе. Сочувствующая часть офиса ринулась спасать наряд народными средствами (мужская половина, понятное дело, надеялась застать момент Марининого разоблачения и переодевания), но не удалось. Шеф выдал любимой сотруднице футболку с корпоративным логотипом. В ней подруга и приехала. За весь вечер она ни разу не посмеялась. Зато с лицом сосредоточенного молотобойца съела суп, пасту, рыбу, хлебную корзинку и две порции тирамису.

В другой раз от Марининого корсета прямо во время спектакля в Мариинском вероломно оторвался крючок. Ей пришлось скрывать свои ошалевшие от нежданной свободы D за наглухо застегнутым жакетом. Во время антракта Марина, мрачнее тучи, сделала буфету недельную кассу на бутербродах с горбушей.

У зависимого человека резко портится настроение и самочувствие, если он не получает свою «дозу». В случае с Мариной ее наркотик – липкие, восторженные, голодные мужские взгляды. Причем сами мужчины в комплекте со взглядами ее не интересуют. Скорее, раздражают. «Пялятся!» - удовлетворенно отмечает Марина и методично отшивает всех, кто посмеет от взглядов перейти к разговорам. Она действительно независима от мужчин – материально и морально. Но без постоянных подтверждений своей сексуальности теряет контроль над собственной жизнью, впадает в панику и отчаяние.

В клинической психологии существует такая точка зрения, что аддиктивная (то есть склонная к зависимостям) личность, не имея возможности удовлетворить основную свою потребность, с тем же фанатизмом переключается на другую. Когда Марину никто не поедает глазами, она сама начинает поедать все подряд – стартуя с верхней строчки меню или полки холодильника.

У нее в шкафу нет ни одного свитера и ни одной водолазки. Зато имеется полная коллекция пуш-апов всех мировых производителей, из которых можно сшить один огромный силиконовый батут и установить его в «Диво-Острове».

Если в двадцатиградусный мороз, сидя в кафе у буржуйки, протянуть ей шарф, температуру еще больше понизит ее ледяное презрение.

Ах, да, то, что у нее размер D, ты уже знаешь. Это все знают. А кто не знает, обязательно узнает. Потому что для Марины очень важно, чтобы знали, смотрели и восхищались.

***Во-вторых, Таня***

Таня не рассказывает нам про свое увлечение. Точнее говоря, она пыталась, но на общем голосовании было решено, что вместо текста «А я поднимаюсь и фдыщ, волна, соль везде, у-у-у, ветер вымпельный, спин-аут, фдыщ, фдыщ, фдыщ!» лучше показывать нам картинки. Таня без энтузиазма ковыряет салат, смотрит на фото и мечтательно вздыхает. Мы смотрим на ее гипс и пару синяков на предплечьях и вздыхаем тоже. Она удивляется и говорит, что эти травмы – «совсем не больно».

Таня живет от отпуска до отпуска. Жизнь начинается в тот момент, когда она заныривает в гидрокостюм, и заканчивается, когда снимает его. В унылое безвременье, что тянется между этими двумя поворотными точками, Таня хлюпает носом, пересматривает фото из последней поездки и не экономит на водительских штрафах, гоняя по ночному городу, как Маленький Мук в скороходах.

У нее сильная адреналиновая зависимость. Придумавший этот термин доктор Харт, декан Высшей школы психологии в Калифорнии, считает, что такая зависимость носит не психологический, а химический характер – подобно наркомании или курению. Только в этом случае «наркотик», вызывающий зависимость, производится самим организмом. Гормон адреналин, попадая в кровь, дает прилив энергии, обострение эмоций и способностей при одновременном снижении чувствительности к боли – физической и душевной. Учащается пульс, ускоряется пищеварение, страдает иммунитет. Высокий уровень адреналина подвергает риску систему пищеварения. Гастриты и язвы – постоянные спутники людей, живущих в искусственном стрессе.

***В-третьих, Наташа***

Она всегда влетает на встречу последняя. И для этого обязательно есть уважительная причина – козел на дороге, баран на заправке, сыч в магазине, хрыч на парковке.

Наташа так задорно разыгрывает в лицах сценки со встретившейся ей фауной, что мы не можем сдержать смеха и риторического вопроса «Где же ты их находишь?..».

Но не так давно нам представился случай узнать где. Как-то на встречу Наташу с загородной вечеринки подвозил знакомый. Полдороги она извивалась на пассажирском сиденье, вертела головой, как филин на дубе, и сетовала на то, что тяжело «отключить в себе водителя», когда «на трассе столько идиотов».

Наконец приятель, то ли чтобы успокоить девушку, то ли чтобы успокоиться самому, предложил Наташе перебраться назад, посмотреть кино на DVD. Хозяин барин. Как только шумный пассажир вполз на заднее сиденье, шторка между ним и водителем опустилась. Из-за тонированных задних стекол не было видно никаких баранов, в плеере стартовала благообразная комедия с Мерил Стрип… Наташа приехала вялая и недовольная. Когда в ее сторону раздалось «Вы готовы сделать заказ?», нашу подругу явственно закоротило.

Сверкая красными лампочками в глазах, подобно Терминатору, Наташа медленно повернулась к официанту и с металлическим лязгом в голосе произнесла:

– А вы готовы извиниться?

Официант опешил:

– Д-да… но что случилось?

– Сейчас случится. Зовите управляющего. Может, он научит вас манерам.

За пропущенное в обращении приветствие Наташа распекала бы весь штат ресторана хоть час, но мы решили сменить место, чтобы спасти остаток вечера.

Так опытным путем выяснилось, что наша подруга – настоящая drama queen, которая безо всякой волшебной лужи превращает иванушек в козлят.

Обычно считается, что таким скандалисткам просто не хватает внимания окружающих, которое они надеются привлечь с помощью криков. Но психологи и неврологи уверены – дело не в этом. Внимания Наташе должно с лихвой хватать и так, зато, постоянно находясь в состоянии дальнего или ближнего боя, она поддерживает уровень адреналина на привычном уровне.

***И в-четвертых…***

Пока Алиса набирала этот текст, беззвучно охая и переживая за своих замечательных подруг, она успела отправить каждой из них по 12 смсок. С уточняющими вопросами и избранными местами. А еще с рассказом про сегодняшний случай в редакции. Ну и анекдот один… Два…

В общем, зависимость, или, выражаясь научно, аддикция, коснулась всех. У нас, похоже, назрела серьезная тема для обсуждения. Так что в ближайший четверг мы обязательно встретимся. Но вот это – мы с учебником психологии готовы подтвердить – не аддикция. Это уже – традиция!



***Незавидные виды***

Зависимость (или аддикция) бывает двух видов – химическая (от алкоголя, наркотиков и сигарет) и поведенческая. Распространенные поведенческие зависимости тоже делятся на виды.

Адреналиновые зависимости – те, что провоцируют человека на постоянное переживание ситуации опасности, краха, охоты – находятся на тонкой грани между поведенческими и химическими зависимостями:

* клептомания (мелкие кражи бесполезных предметов)
* игромания (чрезмерное увлечение азартными играми)
* шопоголизм (увлечение ненужными покупками)
* трудоголизм (искусственное создание рабочих стрессов)
* инсультомания (от английского to insult, «оскорблять», страсть к скандалам и перепалкам)

Более или менее простыми в лечении считают компульсионные расстройства. Когда руки сами делают что-то совершенно ненужное – бесконечно переключают каналы, проверяют почту, закидывают в рот чипсы… Грань между дурной привычкой (расчесывать ссадины или грызть ногти – тоже компульсионное расстройство) и зависимостью проста: зависимость начинается там, где к рукам подключается голова:

* телемания (пристрастие к просмотру ТВ-программ нон-стоп)
* интернет-зависимость
* смс-зависимость
* переедание (булимия)

Самой тяжелой по праву считается **любовная зависимость**, но она – тема отдельного большого разговора.

***Зона риска***

От невинного увлечения и простительной страсти настоящую зависимость отличают несколько важных признаков:

* навязчивость, необоримость желания – ты думаешь о предмете своего вожделения 24 часа в сутки и ни на что не можешь отвлечься
* сны тоже видишь об ЭТОМ
* возбуждение и прилив энергии появляются только в связи с удовлетворением желания, в остальное время чувствуешь вялость и подавленность
* все остальные мысли и потребности при ближайшем рассмотрении оказываются завуалированными шагами к удовлетворению твоей ключевой зависимости
* при неудовлетворении желания наступает резкое ухудшение настроения и самочувствия
* люди, которые мешают удовлетворению желания, воспринимаются как враги
* ради того чтобы достичь желаемого, ты прибегаешь к вранью, скрывая истинный предмет страсти от посторонних
* ради этой цели ты пренебрегаешь своими основными социальными функциями – работой, учебой или заботой о собственном ребенке
* после удовлетворения желания появляется чувство вины – в диапазоне от легкого до гнетущего

Опасность того, что ты страдаешь от зависимости, существует, если ты признаешьcя в наличии хотя бы пяти признаков из перечисленных.

**Алиса Абрикосова**   
**Фото: MARC BAPTISTE**

**Анализ.**

Данная статья носит психологически - развлекательный характер. Практически идентична размышлениям всеми любимой Кэри Брэдшоу из «Секса в большом городе». 4 героини, 4 судьбы, 4 зависимости. О которых, автор Алиса и рассказывает в этой статье.

Моя задача – проанализировать эту статью с точки зрения массовых коммуникаций. Выявить функции МК.

Первая функция, которая больше всех остальных бросается в глаза – ***функция эмоциональной разрядки.*** Автор текста передаёт довольно серьёзные вещи в шуточной форме. У каждого человека есть зависимость от чего – либо, но наверно ни один из нас не может открыто в этом признаться, это что – то внутри нас, к чему мы очень привыкли, но мы не видим этого. И заметим, лишь когда кто – либо нам на это укажет. Сама статья опубликована в журнале Космополитан, из чего следует, что миллионы женщин открывают этот журнал, чтобы почерпнуть что – то новое, интересное, эмоционально разрядиться. И наткнувшись на эту статью, каждая будет искать что – то для себя интересное, будет сравнивать себя с героинями, и, конечно же, поддерживать ту, с которой у неё есть что-то общее. Из этого вытекает ***утилитарная функция***. Читая что – либо связанное, например, с психологией мы сами того не подозревая, ищем себя же в строках, свои проблемы, и возможные пути разрешения этих проблем. В статье 4 героини и я уверена, что каждая из нас любит красоваться перед мужчинами, либо не может и дня прожить без ругани, споров и ссор. Все мы так устроены, что у нас есть зависимости. От чего угодно. Приведу пример. Героиня статьи Настя – самая настоящая «drama queen», если в течение дня с ней не произойдёт чего – либо эмоционального, она не покричит на «тупых ослов» на дороге, то она будет чувствовать себя не полноценно. Мы часто срываемся на людях, без особой на то причины, кричим на них, ругаемся, а потом сидим и думаем, а собственно, почему я так сделал/ла. И лишь немногие, знают, что просто не получили этих эмоций от привычных людей. То это будет пробка, то официант или продавец. Некоторым нужны некие «мешки для битья». И как говориться, кто предупреждён – тот вооружён ☺. Поэтому многие девушки, прочитав эту статью – узнают себя и возможно поймут причины своего иногда странного поведения.

Следующая функция – функция ***контакта с другими людьми.*** При написании этой статьи Алиса обзванивала своих подруг и уточняла многие детали. Девушки собираются каждый четверг и обсуждают последние сплетни, у кого что нового. Девочки сравнивают друг друга, подсмеиваются, как например в случае с Наташей «Наташа так задорно разыгрывает в лицах сценки со встретившейся ей фауной, что мы не можем сдержать смеха и риторического вопроса «Где же ты их находишь?..» К этой статье было оставлено более 60 комментариев на сайте www.cosmo.ru. Читателям понравилась статья, они согласны со многими тезисами, следовательно произошёл контакт, связь автор-читатель. Что радует.

***Функция аффиляции*** – героини статьи объединены в некую группу. Группу подруг, которые всегда понимают и поддерживают друг друга. Это подталкивает читателя к мысли тоже собраться любимой компании и обсудить последние новости каждого из них.

И наконец, ***функция самоутверждения***. Данную статью пронизывает идея дружбы, взаимовыручки и осознания собственных недостатков. Тут прямая поддержка этих ценностей. Взгляд каждой из героинь поддерживается тремя остальными.

Подытожим, каждый автор хочет быть ближе к читателю. И получается это лишь у тех, кто правильно пользуется функциями массовых коммуникаций. Это небольшой, но очень действенный эффект. У Алисы, автора этой статьи, на мой взгляд, это отлично получилось.