

РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ЛИЧНОСТИ КАК УСЛОВИЕ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ В ВУЗЕ*

© 2008 О.А.Ушмудина

Самарский государственный университет

В статье рассматривается модель развития психологической устойчивости личности как условие профилактики наркомании в вузе. Проведен анализ специфических особенностей студенческой среды, определены и описаны основные предпосылки развития наркотической зависимости в студенческой среде, рассмотрены основные подходы к профилактике наркомании. Автором предложена технология формирования психологической устойчивости личности к наркотической контаминации в вузе и исследование ее эффективности. *Исследование проведено при поддержке РГНФ (грант № 08 – 06 – 00391а).

Проведенный нами теоретический анализ психолого-педагогической, социально-психологической, социологической литературы, показал, что студенчество как особая среда, имеет специфические отличия по сравнению с любой другой молодежной группой: приобретение новой социальной роли «студент»; преобладание ориентации на профессиональное становление, и не межличностное общение по сравнению со школой; качественное изменение рефлексии, обусловленное личностным взрослением и профессионализацией; уменьшение внешнего контроля; расширение возможностей экономической независимости; изменение культурного статуса студентов и прямая эксплуатация имиджа молодости. Психологическое развитие личности студента – диалектический процесс возникновения и разрешения противоречий. Характерной особенностью социализации студенческой молодежи является переживание кризисных состояний: преодоление трудных жизненных ситуаций и решение конфликтов взросления. К основным психологическим кризисам, обуславливающим личностное развитие студента, нами отнесены: кризис идентичности, кризис профессионального самоопределения, возрастной кризис, ценностный кризис¹.

Резюмируя данные проведенного нами анализа литературы, практической деятельности и экспериментальных исследований, можно перечислить следующие особенности сту-

денчества, которые могут выступать предпосылками распространения негативной зависимости в студенческой среде, выделены К.С.Лисецким, описаны и проанализированы Н.Ю.Самыкиной, О.А.Ушмудиной:

1. *«Элитарность» студенческой субкультуры.* В общественном сознании существует представление об «элитарности» студенчества, которая ассоциативно связана с «особым» способом проведения времени, измененными состояниями сознания, дорогими и изысканными развлечениями и т.д. В современной молодежной литературе («Ибица», «Кокаин», «Электропрохладительный кислотный тест», «ДУХLESS» и т.д.) образ молодого человека (не только студента) включает в себя употребление наркотиков, причем зачастую сам факт употребления рассматривается как критерий принадлежности с «особой» культуре, престижности и недоступности со стороны взрослых или иных «непосвященных» людей.

2. *Волновая организация обучения:* сессия = напряжение; семестр = разрядка

Известное выражение «от сессии до сессии живут студенты весело» можно продолжить так «но было бы в сто раз веселее, если бы не сессия». Такой способ организации учебной деятельности, при котором студент в течение трех-четырёх месяцев не прилагает особых усилий и не упражняется в управлении временем, деятельностью, информацией и т.д., становится затем с ситуациями, требующими быстрой мобилизации, активного и эффективного участия. Эти ситуации переживаются как стрессовые, поскольку связаны с чрезвычайно высокой физической, психической и эмоцио-

¹ Ушмудина О.А. Психологические особенности студенчества: кризисы и проблемы развития // Известия Самарского научного центра РАН. «Актуальные проблемы психологии». – 2006. – №4. – С.125 – 131.

нальной включенностью в деятельность. Неспособность к быстрой разрядке и такому же быстрому восстановлению становится в данном случае предпосылкой для актуализации потребности в изменении собственного психического состояния, средством которого могут служить психоактивные вещества.

3. *Влияние на неустойчивых студентов бывших, отчисленных или «вечных» студентов.* Как уже было отмечено выше, студенческая среда отличается большей свободой по сравнению со школьной. Для многих неустойчивых, зависимых студентов эта свобода оказывается неуправляемой и провоцирующей к непоследовательному, безответственному поведению. Как следствие, у инфантильных студентов повышается тревожность и потребность в экстернализации своего поведения (т.е. приписывании причин своего поведения внешним обстоятельствам). В таких условиях студенты склонны искать внешнюю поддержку, которая бы позволила им совладать с напряжением, но не менять поведения. Обычно такую поддержку они получают из общения с «бывшими» или «вечными» студентами, которые своим примером показывают незначительность учебы, посещения вуза и активного участия в студенческой жизни.

4. *Контакты не по территориальному признаку* (как в школе), а из разных частей города и области, то есть из разных районов и «тусовок»; студент более мобилен и подвижен в городе, чем школьник или взрослый (родитель).

5. *Расцвет кафе и клубов* как дань моде и ответ на попытку перехода общества на новый (более цивилизованный) этап развития; свободное от учебы и работы время предположительно необходимое для общения, студент предпочитает проводить в новых, «интересных», гламурных местах, талантливо предложенных ему рекламными акциями и кампаниями, не замечая и неосознанно игнорируя выхолащивание самого понятия «интерес» или новый опыт, теряя собственное мнение и позицию.

6. *Подвижность студента во времени и пространстве*, возможность нерегламентированного рабочего графика. Современный рынок труда представляет большие возможности для частичной занятости и трудоустройства на неполный рабочий день (социальные

проекты, рекламные акции и проч.). Гибкость поведения, являющаяся неотъемлемой характеристикой студенческой жизни, позволяет ему «везде» успевать, сочетать обучение (даже на дневном отделении) и подработку и не вызывает удивления или волнения у родителей, привыкших или поддерживающих его псевдосвободу. Управление собой в данной ситуации становится важной задачей развития, поскольку связано с формированием внутри личности студента системы внутренней самоподдержки, позволяющей ему быть эффективным без негатива излишней напряженности и дальнейшего избавления от нее².

Студенчество – наиболее динамичная и сложная для описания и анализа среда по нескольким параметрам. Во-первых, в силу максимальной включенности ее представителей во все социальные процессы; во-вторых, в силу эмоциональной незрелости и неустойчивости личности, подверженной микровлияниям и макровоздействиям. Студент в силу своих возрастных, социальных, психологических, профессиональных и других особенностей может быть одновременно описан и взрослыми, и подростковыми характеристиками. Наличие множества противоречий делают студента уязвимым со стороны различных факторов, а студенческую среду – неустойчивой и психологически проблемной.

В течение нескольких лет нами проводился анализ существующих российский и зарубежных подходов к профилактике наркомании. Среди основных выделены следующие: основанный на распространении информации о наркотиках; на аффективном обучении; на влиянии социальных и средовых факторов на развитие человека; на формировании жизненных навыков; духовно-ориентированный подход; на развитии альтернативной зависимому поведению деятельности; на формировании здорового образа жизни и укреплении здоровья; досуговый подход; на изучении негативной зависимости как научной или социальной проблемы; этно-культурный подход; личностно-ориентированный подход и т.д.³

При всем многообразии подходов и моделей профилактики, практически все они

² Самыкина Н.Ю., Ушмудина О.А. Профилактика негативной зависимости в студенческой среде: вопросы и ответы. – Самара: Самар.отд-ние Литфонда, 2007.

³ Там же.

ориентированы на формирование той или иной совокупности знаний, умений и навыков (навыков здорового образа жизни, конструктивного общения, преодоления стрессовых ситуаций и др.), т.е. предполагается отсутствие в личности адресата профилактики каких-то качеств, дефицит навыков, неверные жизненные ориентации и др. Кроме этого, недостаточно уделяется внимание при разработке программ внутреннему миру личности, ценностям и потребностям участников программ⁴. Из сферы внимания разработчиков и пользователей профилактических программ ускользает, казалось бы, очевидная вещь: обучение не тождественно развитию, обученный – не значит зрелый. Редукция развития к трансляции знаний, умений, навыков означает, по сути, вынесение субъекта за границы самого процесса. Поэтому можно со всей уверенностью сказать, что личность в рамках существующих программ профилактики наркотизма выступает социальным объектом. И в данном контексте такие программы носят бессубъектный характер. В дополнение к этому, исследователи отмечают, что существующие профилактические программы продолжают оставаться в рамках причинно-ориентированных или факторных теорий, ограниченность которых уже обоснована. Трансляция социально приемлемых и желаемых форм поведения, которая происходит во время таких профилактических занятий, не учитывает индивидуальных особенностей участников и актуальных для него задач взросления. Кроме того, такая работа предполагает заданные образцы действий и тем самым лишает подростка возможности экспериментировать в социальном пространстве, проявлять спонтанность и ответственность, которые в неопределенных, но онтологических значимых ситуациях его жизни, выступают условием его взросления, развития субъектности⁵.

Критическая оценка перечисленных подходов правомерна не только на мероприятия, связанные с профилактикой аддиктивного

поведения подростков – как основных адресатов психопрофилактики. В рамках нашего исследования, посвященного профилактике наркотической зависимости в вузе, с одной стороны, обнаруживается в принципе отсутствие мероприятий такого рода. С другой стороны, они могут реализовываться под кальку как для более младших участников (подростков, старшеклассников). Таким образом, психопрофилактика в вузе либо отсутствует, либо ориентирована на «более детское» мироощущение и самопонимание, либо на здоровый трезвый взгляд на вещи как у взрослых, что опять же далеко от студенческой реальности.

В рамках исследований, посвященных развитию личности студента, выделению критериев и условий эффективной профилактики зависимого поведения и ситуаций риска нами предпринята попытка построения модели и разработки технологии развития психологической устойчивости личности студента.

В жизни человека психологическая устойчивость представляется способностями, умениями и навыками адаптивно реагировать на длительные нагрузки, удерживать ровное, спокойное настроение, вести плодотворную деятельность. Психологическая устойчивость позволяет своевременно реагировать на возникающие трудности, частые изменения путем оптимального снижения страха, тревоги, напряжения во всех сферах жизнедеятельности⁶.

Психологическая устойчивость многогранна, ее содержание свидетельствует о масштабности и фундаментальности этого качества личности. Психологическая устойчивость обладает характером открытой системы с собственными структурными и функциональными составляющими. Психологическая устойчивость дает возможность каждому психологическому процессу преобразовываться, совершенствоваться, не нарушая единства всей деятельности и развития человека, и способствует накоплению опыта в процессе деятельности. В развитом состоянии эти уровни находятся во взаимной преемственности и взаимном соотношении. Психологическая устойчивость представляет собой модель взаимодействия способностей, навыков, умений человека удерживать эмоциональные, когни-

⁴ Литягина Е.В. Нерешенные задачи взросления как психологические условия формирования аддиктивного поведения старшеклассников. Автреф... дисс... канд. псих. наук. – Калуга: 2004.

⁵ Лисецкий К.С. Психологические основы предупреждения наркотической зависимости личности. – Самара: Универс групп, 2007.

⁶ Куликов Л.В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. – СПб.: Питер, 2004.

тивные, конативные (поведенческие) процессы, а также процессы деятельности в равновесных состояниях⁷.

Л.В.Куликов выделяет три условия психологической устойчивости: стойкость, уравновешенность, сопротивляемость. Стойкость проявляется в преодолении трудностей как способность сохранять веру в себя, быть уверенным в себе, своих возможностях, как способность к эффективной психической саморегуляции. Данное условие соблюдается, если студент привержен избранным идеалам и целям, если присутствует экзистенциальная определенность (переживание удовлетворения своих основных потребностей). Вторым условием, определяющим личностно-психологическую устойчивость студента к наркотической контаминации, является наличие уравновешенности как способности соразмерять уровень напряжения со своими ресурсами. Уравновешенность проявляется в способности студента минимизировать негативное влияние субъективной составляющей в возникновении напряжения, в способности удерживать напряжение в приемлемых пределах, в способности избегать крайностей в силе отклика на происходящие события, в способности соразмерять приятные и неприятные чувства, сливающиеся в чувственном тоне. Третьим условием выступает наличие сопротивляемости личности как способности к сопротивлению тому, что ограничивает свободу поведения, свободу выбора, как в отдельных решениях, так и в выборе образа жизни в целом. Важнейшей стороной сопротивляемости является индивидуальная и личностная самодостаточность студента в аспекте свободы от зависимости (химической, интеракционной, акцентированной однонаправленной поведенческой активности)⁸.

Психологическая устойчивость – это целостная характеристика личности, обеспечивающая ее устойчивость к фрустрирующему и стрессогенному воздействию трудных ситуаций. Она вырабатывается и формируется од-

новременно с развитием личности и зависит от типа нервной системы человека, от опыта личности, приобретенного в той среде, где она развивалась, от выработанных ранее навыков поведения и действия, а также от уровня развития основных познавательных структур личности.

Модель формирования личностно-психологической устойчивости студента к наркотической контаминации должна быть разработана в соответствии со специфическими особенностями студенческой среды, описанными нами ранее.

Принимая за основу выделенные авторами основания, в структуре личностно-психологической устойчивости студентов к наркотической контаминации были выделены следующие элементы: эмоциональный, когнитивный, поведенческий, волевой, нравственный, ценностно-смысловой.

Модель личностно-психологической устойчивости студентов к наркотической контаминации предстает как существование в личности студента самоценных форм активности – устремлений, проявляющихся в различных сферах как:

- в интеллектуальной сфере – децентрация – способность к выходу «за пределы» проблемной ситуации при ее решении, критичности, рефлексии;
- в нравственной сфере – ответственность;
- в эмоциональной сфере – чувство юмора, креативность, открытость;
- в волевой сфере – саморегламентация – способность к самостоятельному определению границ, правил и способов деятельности, волевые качества личности – целеустремленность, настойчивость, решительность, уверенность;
- в поведенческой сфере – конструктивное действие в условиях неопределенности;
- в ценностно-смысловой сфере – сформированная система ценностных и смысловых ориентаций.

Поскольку личностно-психологическая устойчивость определяется нами как системная, совокупная характеристика качеств личности, мы определили, что формирование личностно-психологической устойчивости студентов к наркотической контаминации должно быть направлено на развитие этих ка-

⁷ Аршинова В.В. Психологическая устойчивость как фактор формирования антинаркотической установки у подростков: Автореф...дисс...канд. псих. наук. М., 2007.

⁸ Куликов Л.В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. СПб.: Питер, 2004. – 464 с.

ществ с помощью системы взаимосогласованных форм и методов работы.

Базовым условием реализации модели развития психологической устойчивости личности является развивающее взаимодействие. Критерии развивающего взаимодействия, вслед за М.В.Клариним, В.А.Петровским, Т.П.Скрипкиной, Н.Ю.Самыкиной мы определили как: отношение к личности студента как к субъекту развития; ориентация на развитие и саморазвитие студентов; создание условий для самореализации и самоопределения студента как в вузе, так и вне его; установление субъект-субъектных отношений; наличие доверия себе и доверия другому; создание атмосферы доброжелательности и взаимопомощи; введение положительных факторов, расширяющих шкалу ценностей; организация совместной деятельности⁹.

На основе теоретической модели развития психологической устойчивости личности студента, была разработана модель формирующего эксперимента. В эксперименте приняло участие 600 человек – студенты 2 – 4 курсов гуманитарных, естественных и социально-экономических факультетов Самарского государственного университета, Тольяттинского филиала Самарского государственного университета.

На первом этапе эксперимента исходя из теоретической модели автором исследования была разработана технология развития психологической устойчивости студентов на основе модификации программ «Задачи взросления» (С.В.Березин, К.С.Лисецкий, Е.В.Литягина, Н.Ю.Самыкина), «Само-проектирование профессиональной карьеры» (С.В.Березин, К.С.Лисецкий, О.А.Ушмудина) разработанных на психологическом факультете Самарского государственного университета. Кроме этого были проведены первичные диагностические замеры с использованием методик: опросник уровень субъективного контроля Е.Ф. Бажина, С.А.Гольянкиной, А.М.Эткинда; Тест Рокича; исследование самооценки и уровня притязаний по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.Прихожан; тест Томаса; методика определения устойчивого (доминирую-

щего) состояния (полный вариант) Л.В.Куликова; методика диагностики актуального психического состояния Л.В.Куликова; тест смысложизненных ориентаций.

Выборка была разделена на пять групп: одну экспериментальную и четыре контрольных. В экспериментальной группе диагностические замеры проводились до проведения технологии формирования психологической устойчивости студентов, после проведения (через полгода), через 2 года. В первой контрольной группе процедура полностью совпала с экспериментальной группой, но технология развития психологической устойчивости личности студента реализовывалась другим преподавателем (не автором настоящего исследования), для того, чтобы исключить возможность влияния на процесс и результат личности ведущего. Во второй контрольной группе диагностические замеры проводились вначале семестра, через полгода, через 2 года. Технология развития психологической устойчивости личности, как и другая психопрофилактическая технология, не проводилась. В третьей контрольной группе диагностические замеры проводились вначале семестра, через полгода, через 2 года, но содержанием занятий была другая психопрофилактическая технология. Четвертая контрольная группа составила плацебо-группу, ведущим была заявлена цель развития психологической устойчивости студентов к трудным жизненным ситуациям, но по факту проводился курс психологии общения.

Сама программа развития психологической устойчивости студентов к наркотической контаминации разработана таким образом, что в результате у участников происходит, во-первых, разрешение онтологически значимых задач взросления (принятие собственной внешности и тела; достижение новых и более зрелых отношений со сверстниками обоего пола; достижение полоролевой идентичности; достижение эмоциональной независимости от родителей; построение системы ценностей, выстраивание отношений со временем (будущим, смертью, жизнью), с Абсолютом (Богом); выбор профессиональной перспективы; принятие себя), а во-вторых, появляются самостоятельные способы разрешения конфликтов за счет формирования в личности самооценных форм активности – устремлений. Особое

⁹ Самыкина Н.Ю. Формирование личностной готовности психологов к первичной профилактике наркомании в среде старшеклассников: Автореф... дисс... канд. псих. наук. – Калуга: 2002.

внимание в процессе второго этапа эксперимента уделялось, во-первых, развитию компонентов психологической устойчивости личности, а во-вторых, установлению взаимосвязи между ними.

Сопоставление первичных диагностических срезов при помощи методов математической статистики показало отсутствие различий между выборками по какому-либо исследуемому параметру.

В результате сравнения первичных и последующих замеров внутри каждой отдельной группы, а также сравнение последних замеров между всеми пятью группами показало, что студентам экспериментальной и первой контрольной групп характерно изменение уровня общей интернальности в сторону ее повышения; преобладание стратегий поведения в конфликте, ориентированных на взаимодействие с другими участниками; сформированная система ценностей; изменение отношения к жизненной ситуации в сторону большей соб-

ственной активности; изменения в самооценках собственного самочувствия и жизненного тонуса в сторону бодрости, раскованности; в напряженных ситуациях переживание себя как «более спокойного и уравновешенного, чем раньше»; более эмоционально устойчивого; в целом удовлетворенного собой и жизнью (ее ходом, процессом самореализации) или способного (знающего, как и имеющего для этого необходимые ресурсы) изменить то, что не устраивает. Под психологической устойчивостью студентов к наркотической контаминации мы понимаем устойчивое, спокойное, «неагрессивное» отношение к проблеме наркотической зависимости и зависимым другим, отказ от употребления досуговых наркотиков.

В результате исследования был получен большой объем эмпирического материала, обсуждение и интерпретация, которого представляет перспективу настоящего исследования.

PERSON PSYCHOLOGICAL STABILITY AS A CONDITION OF PREVENTING DRUG ADDITION AT HIGHER SCHOOL*

© 2008 O.A.Ushmudina

Samara state university

The article considers the model of developing person psychological stability as a condition of preventing drug addition at higher school. It analyzes specific features of students' environment, defines basic preconditions of drug addition development in students' environment and describes basic approaches to preventing drug addition. The author offers the technology of forming person's psychological stability to drug contamination at higher school and the research of its efficiency. *The research has been carried with the support of RGNF (the grant № 08 – 06 – 00391á)