

*К.С. Лисецкий*

## **Решение задач взросления как основа разработки программ профилактики наркомании в среде старшекласников**

В статье описываются и анализируются результаты исследований проведенных на группе подростков, с целью определения их ведущих ценностей. Показано, что ценности здоровья и здорового образа жизни не являются актуальными для подростков и юношей, а значит, не могут служить основой для разработки профилактических программ. Главным условием профилактики наркомании среди подростков является решение актуальных для их возраста задач – задач взросления.

Одним из основных направлений практической работы психологов в образовательных учреждениях является психологическая работа с подростками. Эффективность организации этой работы зависит от принципов, которые положены в основу разрабатываемых тренингов и программ.

В последнее время в связи с эпидемиологической ситуацией распространения наркомании и других форм негативной зависимости (токсикомания, табакокурение, алкоголизм) актуальным для школьного психолога становится разработка и внедрение программ профилактики зависимого поведения среди школьников.

Учитывая тенденцию современной системы образования – изменение предметно-ориентированной парадигмы на личностно-ориентированную, основным принципом работы психолога должен стать приоритет личности школьника как субъекта учебно-воспитательного процесса и ориентация на те ценности, которые являются значимыми для подростка.

Анализ исследований ценностей и ценностных ориентаций показывает, что методы изучения ограничиваются в основном опросниками, которые позволяют опрашивать большое количество респондентов одновременно.

Решение задач взросления как основа разработки программ профилактики ...

Наиболее известное исследование ценностей проводилось в 60-70-х годах XX столетия в США Рокичем, на основе метода прямого ранжирования ценностей. Разработанный им метод в последствии был положен в основу исследований ценностей различных социальных групп.

Е.Б. Фанталовой на основе выделенных Рокичем «терминальных ценностей» и техники их попарного ранжирования (в авторской модификации) была разработана методика исследования мотивации и внутренних конфликтов. Используя эту методику в 1997г. коллективом авторов (Достанова М.Н., Кнорре Е.Б., Кривцова С.В. и др.) было проведено исследование по проблемам социальной адаптации подростков в процессе построения жизненных перспектив и оценивания своих субъективных возможностей. Подростков просили оценить, какие из представленных ценностей наиболее важны и привлекательны для них в будущей взрослой жизни. Однако в этой методике, во-первых, ценности задаются, а не выявляются; во-вторых, подростка просят оценить, что для него будет ценным в будущем. При таком подходе, учитывая, что личность подростка интенсивно развивается, и присутствует некоторая незавершенность, получается гипотетическая картина ценностей воображаемого «Я взрослого». Данные были получены на выборке школьников Москвы и Московской области. Исследование было проведено в 1997г. За пять лет социальная ситуация изменилась, а вместе с ней возможно изменились и ценности подростков.

Для нас было важно выявить ценности в актуальной жизни подростка, на которые он ориентируется в период взросления, которыми он живет, а не просто имеет о них представление. С целью определения наиболее значимые жизненные ценности подросткового возраста в настоящее время мы провели опрос 250 подростков в возрасте 15-16 лет (120 юношей и 130 девушек).

Нами была составлена программа исследования, включающая проективный метод исследования, метод прямого ранжирования, беседа.

Респондентам предлагалось написать 20 ценностей, которые для них являются значимыми в жизни. После этого необходимо было выбрать из написанного списка 10 самых важных ценностей и располо-

жить их в порядке значимости от 1 до 10. Первое место должна была занять самая важная ценность, 10 – наименее важная из выбранных.

В процессе исследований мы столкнулись с устойчивым противоречием между общепринятыми «взрослыми» представлениями о ценностях подросткового возраста и реальными ценностями периода взросления.

В десятку самых значимых ценностей (при отнесении той или иной ценности к соответствующему рангу более 12 % опрошенных подростков) вошли:

1.	Семья, Родители, Родственники	1-2 место (44% – 20% подростков)
2.	Друзья, Дружба	2,3,5 место (16%,12%, 20%)
3.	Образование (языки)	1, 3, 5 место (12%, 12%, 12%)
4.	Любовь	2, 5 место (12%, 12%)
5.	Жизнь	1 (12%)
6.	Свобода, Независимость	1, 4 место (12%, 12%)
7.	Благосостояние	4,6,8 место (16%, 12%, 12%)
8.	Мой город, мир, Родина	7 место (12%)
9.	Карьера, дело, работа	7, 9 место (12%, 12%)
10.	Здоровье (мое, близких)	10 место (12%)

Исследование красноречиво показало, что наиболее значимыми ценностями для подростков являются: семья, родители; друзья; образование. Они занимают первые три позиции в рейтинге. Далее идут: любовь как отношение с противоположным полом; такие абстрактные ценности как жизнь, свобода, независимость; материальное благополучие, карьера, работа. В рейтинге важных жизненных ценностей здоровье занимает 10 место, при чем здоровье близких (родителей, родственников) является более значимым, чем собственное здоровье.

Как показали наши последующие исследования подросток не имеет достаточного знания о себе, как здоровом или больном, но он знает, что такое здоровье и болезнь близких. Так как сфера отношений с родителями и близкими людьми для подростка является значимой, то естественное желание, чтобы они были здоровы.

В настоящее время, в основу программы профилактики зависимого поведения, как показал анализ, положен принцип формирования

Решение задач взросления как основа разработки программ профилактики ...  
навыков здорового образа жизни у подростков и молодежи, что не соответствует особенностям подросткового возраста.

Также нами было проведено исследование значения категорий «здоровье» и «здоровый образ жизни» (точнее смысла, который вкладывают подростки и взрослые в эти понятия) на выборке (181 респондентов) подростков в возрасте 15-17 лет (47 человек) и взрослых (от 25 до 35 лет – 45 человек; от 35 до 50 – 50 человек; от 50 до 67 – 39 человек). Исследование проводилось с использованием модификации метода семантического дифференциала. В результате выяснилось, что в определении рассматриваемых категорий подростками и взрослыми имеются существенные отличия.

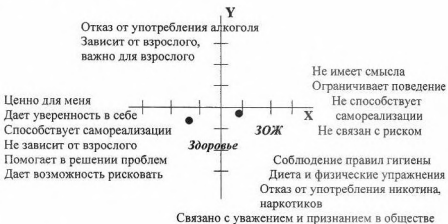
Для оценки использовались следующие критерии:

1. Соблюдение правил гигиены / Игнорирование правил гигиены
2. Ценно для меня / Не имеет смысла
3. Требуется волевого усилия / Не требует волевого усилия
4. Необходимо придерживаться диеты (питаться правильно) / Можно позволить себе не придерживаться особой диеты
5. Требуется постоянных физических упражнений / Не требует постоянных физических упражнений
6. Допускает употребление алкоголя / Отказ от употребления алкоголя
7. Отказ от курения / Можно курить
8. Отказ от употребления любых наркотиков / Некоторые наркотики можно употреблять
9. Дает возможность рисковать / Не связан с риском
10. Дает уверенность в себе / Не влияет на уверенность в себе
11. Ограничивает поведение / Не ограничивает поведение
12. Зависит от взрослых / Не зависит от взрослых
13. Сегодня это модно / Не зависит от моды
14. Дает ощущение «взрослости» / Не дает ощущение взрослости
15. Важно для меня / Важно для моих родителей
16. Важно для взрослых / Важно для меня
17. Позволяет быть независимым / Не позволяет быть независимым
18. Связано с уважением и признанием в обществе / Не связано с уважением и признанием в обществе

19. Способствует самореализации / Не способствует самореализации

20. Помогает в решении проблем / Не влияет на решение проблем

Приведем пример семантического пространства категорий «здоровье» и «здоровый образ жизни» так, как их оценивают подростки (для лучшего понимания мы приводим несколько упрощенную картину). Факторы X и Y обозначены нами соответственно как личностный и медико-социальный аспекты оцениваемых категорий «здоровье» и «ЗОЖ» (см. рис. 1).

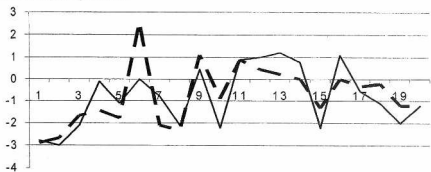


**Рис. 1.** Семантическое пространство категорий «Здоровье» и «ЗОЖ»

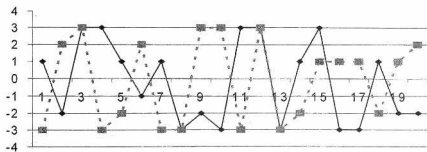
В медико-социальном аспекте в сознании подростка значение понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни» сближаются: и здоровье и здоровый образ жизни требует соблюдения правил личной гигиены, связано с физическими упражнениями и с соблюдением определенных правил питания (больше для понятия «ЗОЖ»), дает уважение и признание в обществе. Это можно увидеть из проекций рассматриваемых понятий на фактор Y. Для наглядности приведем сравнительный профиль этих понятий (см. диаграмму 1-2).

Из диаграммы видно, что в медико-социальном аспекте определение подростками рассматриваемых понятий во многом похоже. Однако, можно видеть принципиальные на наш взгляд отличия: 1) здоровый образ жизни предполагает правильное питание, а «здоровье», как его понимают подростки, позволяет человеку не придержи-

Решение задач взросления как основа разработки программ профилактики ...  
 ваться особых правил питания (критерий 4); 2) подростки считают, что «здоровый образ жизни» предполагает отказ от употребления алкоголя и табака, в отличие от «здоровья», который позволяет курить и употреблять алкоголь (критерий 6,7); 3) здоровье дает больше возможности рисковать и быть уверенным в себе, своих силах и возможностях, чем соблюдение правил здорового образа жизни (критерий 9,10); 4) здоровье важно для подростка больше, чем здоровый образ жизни (критерий 16).



**Диаграмма 1.** Сравнительный профиль понятий «Здоровье» и «ЗОЖ»



**Диаграмма 2**

«Здоровье», \_\_\_\_\_ «Здоровый образ жизни»

Следует обратить внимание на полярность фактора, отражающего медико-социальный аспект: употребление алкоголя и отказ от курения и наркотиков образуют разные полюса фактора. Этот факт не случаен. В профилактической работе в настоящее время упор делается на инфор-

мировании о вреде наркотиков и никотина на организм человека, алкогольные напитки (в частности пиво) наоборот рекламируются.

Из представленного семантического пространства видно, что ценность «здоровье» для подростков в том, что его наличие дает уверенность в себе, способствует самореализации, дает возможность рисковать, помогает в решении проблем и не зависит от взрослого. «Здоровый образ жизни» оценивается подростками как не имеющий смысла (т.е. не актуальный в подростковом возрасте); соблюдение правил ЗОЖ не связано с риском, ограничивает поведение и поэтому и не ведет к самореализации.

В дальнейшем человек начинает различать, что такое для него «здоровье» и «здоровый образ жизни», в отличие от подростков, для которых эти понятия во многом являются абстрактными. Обратимся к результатам исследования, полученным на выборке молодых людей в возрасте от 25 до 35 лет.

А. *Сходство*. Поддержание здоровья и соблюдение правил ЗОЖ зависят от самого взрослого и связаны с волевыми усилиями, требуют полного отказа от любых наркотиков, кроме этого быть здоровым и жить в соответствии с правилами ЗОЖ в настоящее время модно (критерий 3, 8, 12, 13).

Б. *Различие* рассматриваемых понятий можно увидеть в том, что:

- «ЗОЖ» предполагает соблюдение правил гигиены, правильного питания, отказа от употребления табака и алкоголя, здоровья дает возможность полностью или частично игнорировать эти правила (критерий 1, 4, 7);

- здоровье является большей ценностью, в отличие от ЗОЖ (критерий 2), его наличие позволяет быть взрослым и чувствовать себя уверенным и независимым, дает возможность рисковать, в сравнении с правилами ЗОЖ, которые ограничивают поведение (критерии 9, 10, 11, 14, 16);

- обладая здоровьем можно реализовать себя, оно помогает в решении проблем (критерии 19, 20).

Таким образом, мы видим, что человек даже в возрасте 25-35 лет осознает ценность здоровья как возможность собственной реализации, и не рассматривает ЗОЖ как условие сохранения здоровья.

Решение задач взросления как основа разработки программ профилактики ...

По результатам нашего исследования это понимание приходит в среднем в 40-60 лет, когда понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни» для взрослых становятся семантически близкими категориями. Для одной группы взрослых ЗОЖ является условием сохранения здоровья, и они стараются соблюдать правила ЗОЖ. Другая группа взрослых рассматривает ЗОЖ как условие сохранения здоровья в подростковом и юношеском возрасте. Эта группа характеризуется большей пассивностью собственного поведения и, как правило, «не ведут» ЗОЖ. Основная причина такого образа жизни в том, что здоровье уже потеряно в молодости.

Взрослый, формируя навыки здорового образа жизни, основывается на понимании категории «болезнь – здоровье», принятой во взрослом мире, где границы уже известны. Для подростка же здоровье ценно, в том смысле, что дает возможность экспериментировать с телом и собой, выявляя таким образом свои возможности и способности. Переживая физический риск, подросток острее ощущает реальность собственного «Я», узнает об особенностях личностных границ, и таким образом усваивает категории «болезнь – здоровье». Подросток не может разделить эти ценности, т.к. они не пережиты, отсутствуют в его опыте, а принять на веру – означает подчиниться, потерять свободу и попасть в зависимость от взрослого, снова оказаться в детской позиции. Здоровый образ жизни в том смысле, как его понимают взрослые (отсутствие наркотиков, ограничение потребления табака и алкоголя, здоровое питание, соблюдение режима дня и др.), ограничивает самопознание подростка, который может формально согласиться с задачами, поставленными взрослыми, но реально поступает в соответствии с собственными задачами взросления. Употребление, например, пива, компенсируя неуверенность и незрелость, обеспечивает психологическое благополучие, которое важнее отсроченного во времени (когда-то в старости что-то может болеть) физического здоровья. Таким образом, физическое самочувствие сильно зависит от психологического, и оно становится опережающим подростков, в отличие от взрослых, у которых физическое и психологическое самочувствие более уравновешены. («Я знаю от взрослых, что употреб-



лять алкоголь плохо, но сами взрослые это делают. Мне это дает ощущение собственной значимости, и я буду продолжать»).

Для более детального изучения индивидуального сознания подростков нами было проведено дополнительное исследование. Суть его заключалась в том, как подросток оценивает собственные субличности или внутренние образы через актуальную для него систему ценностей. Всего было обследовано 25 подростков в возрасте 16 лет. Результаты были обработаны с использованием процедуры факторного анализа.

Респондентам предлагалось оценить насколько предъявляемые ценности актуальны для следующие персонажей: «Я в 13 лет», «Я – взрослый», «Я – идеальное», «Я в настоящем», «Мои родители», «Типичный подросток», «Типичный взрослый», «Здоровый человек», «Счастливый человек», «Успешный человек».

Обратимся к результатам исследования и получившейся модели (см. рис. 2).

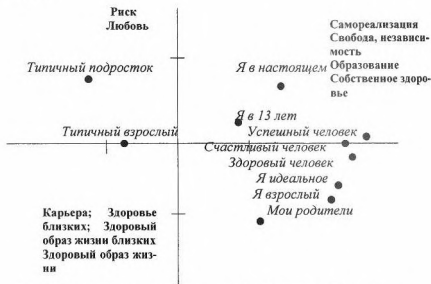


Рис.2. Семантическое пространство субличностей подростка

А. Фактор X образован такими высоко коррелирующими ценностями, как: самореализация, свобода и независимость, собственное

Решение задач взросления как основа разработки программ профилактики ...

здоровье, образование, уважение и признание – положительный полюс. Видимо, собственное здоровье и образование рассматривается подростками как условие личной успешности. Отрицательный полюс представляет ограниченность свободы и независимости, возможности самореализации, недостаточное признание в обществе.

Фактор Y образован такими ценностями, как «риск» и «любовь», с одного полюса, а другой включает осознание здоровья, близких как ценность, карьерный рост, наличие хорошей работы и здоровый образ жизни. Обратим внимание, что в сознании подростка любовь (отношения с противоположным полом) связывается с возможностью рисковать, кроме того, риск и любовь противопоставляется здоровому образу жизни.

**Б.** Себя в настоящем подростки оценивают как склонных к риску, стремящихся к установлению контактов с противоположным полом, не заботящихся о соблюдении правил здорового образа жизни, и в этом образ «Я в настоящем» совпадает с образом «Типичного подростка». Однако «Типичный подросток» представляется ограниченным в возможности самореализации, проявлениях свободы и независимости, его меньше волнует собственное здоровье и образование в отличие от образа «Я в настоящем», которое оценивается как более успешный.

**В.** Образы успешного, счастливого и здорового человека практически сливаются в оценках подростков и характеризуются высокой степенью личной успешности.

**Г.** Близость образов «Мои родители», «Я-идеальное», «Я-взрослый» объясняется тем, что они складываются под влиянием родителей. Ребенок как бы запрограммирован быть похожим на своих родителей.

**Е.** В сознании подростка образ «Типичного взрослого» близок по значению с образом «Типичного подростка». Подросток приписывает взрослому достаточно высокую вероятность проявления риска и допущение несоблюдения правил здорового образа жизни. Подросток рассуждает примерно так: «Если сами взрослые поступают не так, как учат меня, значит, чтобы быть взрослым я тоже не буду соблюдать правила ЗОЖ».

Таким образом, необходим принципиально иной основополагающий принцип в разработке психологических программ работы с подростками и молодежью, в том числе и по профилактике зависимого поведения. Таким принципом в организации психологической работы с подростками и молодежью мы считаем решение задач взросления. Проблемой определения задач взросления занимались Шпрангер, Хавигхерст, Ремшмидт. В нашей стране эта проблема освещается в работах Березина С.В., Лисецкого К.С., Литягиной Е.В., Самыкиной Н.Ю. и др.

С 1996 года в Самарском государственном университете мы изучаем предпосылки и условия возникновения различного рода негативных зависимостей у старшеклассников. На факультете разработана, апробирована и успешно реализуется программа первичной личностно-ориентированной профилактики.

В период взросления перед подростком неизбежно возникают задачи, от решения которых зависит развития своего «Я». Это, прежде всего, отношение к собственному имени (как будет звучать и представляться для меня и других мое имя); к внешности: телу и лицу (что я могу позволить телу, как за ним буду ухаживать и др.); отношения с противоположным полом; с родителями; с другими (с группой); со временем (будущим, смертью, жизнью, Богом); самоотношение; усвоение специфики поведения и образа мужской или женской роли; формирование социально-ответственного поведения (см. таблицу 1).

Из сравнения выявленных ведущих ценностей подросткового возраста и основных задач взросления можно сказать, что именно решение задач взросления является ценным для подростка.

Таким образом, приоритет личности подростка, как основного принципа построения работы психолога, выражается в ориентации программ на ценности подросткового возраста, а не на декларациях взрослых, вести к эффективной социализации, содействовать решению задач взросления, которые, как правило, противоположны педагогическим ожиданиям некомпетентных воспитателей. Подросток осваивает ценности взрослого мира, не теряясь в нем, а приобретая ощущение уникальности и неповторимости собственного Я, которое

Решение задач взросления как основа разработки программ профилактики ...  
 переполнено желаниями и активностью в поисках проверки своих  
 возможностей.

*Таблица 1*

Ценности	Задачи взросления
* Я и мое имя,	Отношение к имени.
Риск, сила признание	Задача отношения к внешности: телу и лицу.
Любовь, дружба, природо- сообразность	Задача отношения с противоположным полом. Усвоение специфики поведения и образа муж- ской или женской роли.
Семья, родители, родствен- ники Здоровье близких Свобода, независимость	Задачи отношения с родителями. Эмоциональ- ная независимость от взрослого.
Друзья, дружба, доверие, преданность	Задача отношения с другими (сверстниками обоих полов). С группой.
Жизнь как целое Образование; карьера и профессиональная перспек- тива, благосостояние и бла- гополучие	Задача отношения со временем (будущим, смер- тью, жизнью, Богом / Абсолютом).
Собственное здоровье (больше психологическое, чем физиологическое)	Задача отношения к себе.
Мой город, мир, Родина	Задача формирования социально-ответственного поведения (подготовка к участию в деятельно- сти общества и усвоение политической и обще- ственной ответственности гражданина).

\* задача отношения к имени, видимо, решается в младшем подростковом  
 возрасте

## Литература

1. Березин С.В., Лисецкий К.С., Назаров Е.А. Психология нарко-  
 тической зависимости и созависимости. Монография. – М.: МПА,  
 2001. – 213 с.
2. Кривцова С.В. и др. Подросток на перекрестке эпох. – М. Ге-  
 незис, 1997. – 288 с.
3. Леонтьев Д.А. «Ценностные представления в индивидуальном  
 и групповом сознании»// Психологическое обозрение, 1998, №1.

4. *Мастеров Б.М.* Психология саморазвития: психотехника риска и правила безопасности. – Рига: ПЦ «Эксперимент», 1996. – 190 с.

5. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании/ Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2001. – 256 с.

6. *Ремшмидт Х.* Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. – М.: Мир, 1994. – 320 с.

7. *Фанталова Е.Б.* Об одном методическом подходе к исследованию мотивации и внутренних конфликтов // Психологический журнал. 1992, Т.13, № 1. – с.107-117.

*Е.А. Митькина*

## **Развитие профессионально важных качеств студентов-психологов в условиях специально организованного тренингового обучения**

*Научный руководитель А.Г. Смирнов*

Социально-психологический тренинг как активный метод обучения студентов в вузе имеет определенный психологический смысл, так как посредством такой формы организации образовательного процесса студенты имеют возможность иным образом получить научные знания и практически развить свои личностные и профессиональные качества. Специфика данного метода обучения состоит в том, что студенты потенциально могут овладевать разными типами поведения, перестраивать неэффективные или малоэффективные принципы деятельности, тем самым, научаясь регулировать особенности своего поведения целесообразно ситуации [4].

В настоящее время психологический тренинг как активный метод работы проводится в Марийском государственном университете для студентов-психологов в качестве практических занятий в контексте учебной дисциплины «Теоретические и методические основы тренинга». Такой метод работы со студентами позволяет эффективно решать не только задачи традиционного академического обучения, но и до-