

Психологические детерминанты склонности подростков к аддиктивному поведению

**Л.В. Орлова, канд.психол.наук, доцент,
кафедра психологии и предметных методик**

Удовольствие является побочным продуктом смысла, и поэтому искание следует посвятить не поиску удовольствия, а поиску смысла.

В. Франкл

Ключевые понятия: аддиктивное поведение, склонность, психологические детерминанты, психоэмоциональная неустойчивость, конформность, сензитивность возраста, локус контроля, потребность,

Современное общество особое внимание уделяет проблеме раннего выявления склонности к аддиктивному поведению молодежи. В Минском городском институте развития образования был проведен семинар с психологами учреждений образования города (школы, гимназии, профтехучилища). На семинаре обсуждались вопросы профилактики аддиктивного поведения личности, критерии раннего выявления склонности подростков к аддиктивному поведению, методики диагностики. Содержание статьи знакомит с результатами обсуждения.

Потребность ощущать эмоциональный комфорт является естественной потребностью человека. Потребность определяется в психологии как состояние нужды в чем-либо, нехватка чего-либо, внутреннее напряжение, которое является источником активности человека. Однако потребность сама по себе еще не способна предоставить деятельности четкого направления. Она должна найти себе предмет, который способен ее удовлетворить, «опредметиться» [6]. Например, наличие у подростка потребности испытывать положительные эмоции имеет различные способы ее удовлетворения: достижение значимых целей, занятия спортом, содержательный досуг, общение с интересными людьми, творческая деятельность, самореализация и т.д. Однако могут быть неадекватные способы регулирования психоэмоционального состояния, например, употребление ПАВ.

Анализируя психологические механизмы, лежащие в основе различных аддикций, Ц.П. Короленко утверждает тот факт, что начало формирования аддиктивного процесса происходит всегда на эмоциональном уровне [5]. Аддиктивное поведение личности представляет собой попытку бегства от реальности при помощи изменения своего психического состояния, обеспечивающего мнимую безопасность и эмоциональный комфорт. Взрослому сообществу следует обратить внимание на возраст подростка, который в психологии определяется, как «возраст бурь и натиска», возраст эмоциональной нестабильности. Каждый возраст в нормативно-ценностном плане характеризуется специфическими жизненными задачами, от своевременного решения которых зависит как личностное развитие в целом, так и успешность перехода на следующий возрастной этап. Подростковый возраст - период завершения детства и начало длительного периода перехода ко взрослости. «Чувство взрослости» является новообразованием подросткового возраста. Это чувство стимулирует активность подростка. «Чувство взрослости» определяет стремление подростков иметь те личностные качества, которые характеризуют, по их мнению, взрослого человека. При отсутствии благоприятных условий для реализации этого стремления, «чувство взрослости» может проявляться в искаженной форме. Например, подросток, для того, чтобы ощущать себя взрослым, может стремиться в референтную группу старших по возрасту, которые курят, употребляют спиртные напитки.

Причины аддиктивности несовершеннолетних сложны и многоаспектны. Традиционно подростковый возраст рассматривается в психологии развития как возраст установления тесных межличностных связей со сверстниками. Интимно-личностное общение является ведущим видом деятельности этого периода. Стремление подростка занять соответствующее место в коллективе сверстников сопровождается повышенной конформностью к ценностям и нормам данной группы. Включаясь в референтную группу, подросток может бессознательно стремиться к компенсации своей личностной дефицитарности (к примеру, неадекватной самооценки). Привлекательность группы для подростков заключается в том, что она дает им то, чего не могут дать ни семья, ни школа: эмоциональную поддержку, одобрение, ощущение безопасности и собственное признание. Потребность добиться признания среди сверстников обуславливает стремление подростков соответствовать их требованиям и оказывает влияние на определение нравственных ориентиров поведения. Качество компании подростков в первую очередь должно интересовать родителей и классных руководителей. Одна из сложных проблем подросткового возраста – это проблема отвержения в группе. С утверждением своей позиции среди сверстников связано

стремление подростка любой ценой завоевать уважение. Сила влияния сверстников оказывает особое воздействие на эмоциональное самочувствие. У подростка появляются немотивированные резкие перепады настроения, то он ведет себя по-детски сумасбродно, то угрюм и демонстрирует негативное отношение ко всему. Появляется потребность в немедленном удовлетворении своих желаний, нетерпимость и импульсивность. Как отмечает В.А. Петровский, феномен «жажды острых ощущений», готовность к риску характерна для аддиктивных личностей [7]. В условиях группы стремление к риску проявляется сильнее, чем при действиях в одиночку, и зависит от групповых ожиданий. Готовность к риску была выделена участниками семинара как один из основных критериев склонности подростка к аддиктивному поведению.

Свойственные подросткам реакции эмансипации и протеста, амбивалентность чувств, конфликт зависимости и независимости, первые сексуальные переживания и, связанные с ними страхи, вызывают внутренний дискомфорт и переносятся с неудовлетворенности собой на недовольство окружающим миром. Личные жизненные трудности, переживаемые подростками, вызывают выраженное, нередко очень сильное психическое напряжение, которое непременно требует разрядки, и они ее находят. Вероятность приобщения к ПАВ имеет место и в том случае, если личностные особенности подростка не позволяют ему противостоять давлению группы. Группа чаще всего является центральным этиологическим фактором в аддиктивном процессе. Чем сильнее связь с группой, тем в большей степени подросток поддается ее воздействию. Особое влияние группы испытывают на себе тревожные, конформные подростки. Понятие «конформность» [лат. *conformis* - подобный, сходный] рассматривается в социальной психологии как сознательная уступчивость реальному или воображаемому давлению группы с целью избежания с ней конфликта и проявляется в изменении поведения и установок личности в соответствии с позицией большинства [1]. Для подростков конформного типа характерна несамостоятельность, безволие, отсутствие критичности, как в отношении себя, так и своего ближайшего окружения. Эти характеристики могут послужить причиной асоциального поведения. В подростничестве конформность поведения самая высокая.

Участникам образовательного процесса необходимо обратить внимание на такую группу причин аддиктивного поведения, которая связана с личностной незрелостью, безответственностью, низким уровнем волевого контроля. Появление новых влечений в период полового созревания, предъявляет высокие требования к воспитанию волевых черт характера. В то же время ученые психологи отмечают недостаточность развития воли в подростковом возрасте. Л.И. Божович, анализируя

подростковый возраст, обращает внимание на отставание развития волевых качеств подростка [3]. Наш соотечественник Л.С. Выготский выделяет особенность подросткового возраста - наличие «волевой слабости». Волевая сфера подростков весьма противоречива. Это связано с тем, что при значительно возросшей общей активности подростка механизмы его волевой активности еще недостаточно сформированы. Внешние же стимуляторы (воспитательные воздействия и пр.) в силу стремления подростков к независимости, не всегда вызывают соответствующую реакцию. Происходит снижение дисциплины, усиливается проявление негативизма. Эмоционально-волевая незрелость подростка проявляется в стремлении к получению удовольствия, отсутствии умений подчинять свое поведение требованиям. Низкий уровень волевого самоконтроля, подражательность действий объясняют интерес подростков к психоактивным веществам. Эмоциональные проблемы и трудности развития волевого самоконтроля являются ощутимой проблемой подросткового возраста. Для анализа уровня развития волевого самоконтроля психологи и классные руководители могут использовать тест-опросник «Волевая саморегуляция» - (ВСК). Авторы: А.В.Зверькова, Е.И.Эйдман.

Почему взрослое сообщество упрекает молодежь за отсутствие ответственности? Сами взрослые не всегда показывают пример ответственного поведения. Качество, характеризующее склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам или собственным способностям ученые психологи называют локализацией контроля волевого усилия или локусом контроля (лат. locus – место). Локус контроля определяет тип личности в зависимости от взглядов на причины событий, происходящих в жизни человека. Понятие «локус контроля» было введено в 1954 году Дж.Роттером и характеризует свойство человека соотносить все происходящие события жизни с причинами их возникновения, социальную зрелость личности. Выделяются два типа личности с экстернальным и интернальным локусом контроля. «Интернальный» - от английского «internal», внутренний. «Экстернальный» - от английского «external», внешний. В первом случае человек считает, что большинство важных событий в жизни являются результатом собственных действий, что он может ими управлять, и таким образом, он чувствует ответственность за эти события. Результаты экспериментальных данных позволяют сделать вывод о том, что интернальный тип поведения личности характеризуется уверенностью в себе, осознанностью целей, относительным психоэмоциональным равновесием и позитивной направленностью на окружение. Экстернальный тип личности не видит связи между действиями и событиями жизни,

не считает себя способным контролировать их развитие, полагает, что большинство событий жизни является результатом случая или действия других людей. В психологии личности описана склонность экстерналов к риску и совершению асоциальных поступков. Их отличает конформность, меньшая терпимость к другим, агрессивность. Измерение уровня субъективного контроля широко применяется в исследованиях характера и его связи с поведением. В отечественной психологии эта проблема нашла свое отражение в работах Е.Ф.Бажина, Е.А.Галынкина, А.М.Эткинд. Они разработали тест-опросник «Уровень субъективного контроля (УСК)». Он может быть использован психологами, классными руководителями для выявления склонности подростков к социальной дезадаптации. Результаты опроса помогут своевременно оказать профилактическую помощь.

При обсуждении причин аддиктивного поведения, практически каждый участник семинара обратил внимание на взаимоотношения в семье. Воспитание в семье это тот фундамент, на котором возводится здание – Личность. Психологические факторы, стимулирующие употребление психоактивных веществ, во многом связаны с родительскими проблемами и типами неадекватного воспитания. Выделяются деструктивные тактики взаимодействия родителей с детьми. Определенную опасность несет в себе гиперпротекция. Повышенная опека ребенка, лишение его самостоятельности, чрезмерный контроль поведения, все это является причиной безволия, подверженности влиянию отрицательного лидера. Неблагоприятна тактика пониженного внимания к ребенку в семье или гипопротекция. Родители крайне мало интересуются делами, успехами, переживаниями подростка. Воспитание по типу гипопротекции, по сути, оставляет ребенка "один на один" с жизненными трудностями. В этом случае психоактивные вещества выступают для него универсальным средством для решения всех его жизненных проблем. Еще более негативные последствия дает альтернатирующее воспитание, т.е. неустойчивое эмоциональное отношение к ребенку со стороны родителей, особенно матери. С целью изучения тактик взаимодействия в семье рекомендуем психологам использовать опросник Э.Г.Эйдемиллера, В. Юстицкис АСВ (анализ семейных взаимоотношений), тест детско-родительских отношений А.Я.Варги и В.В.Столина.

Социальные причины имеют особое значение для формирования аддиктивной личности. И это не только воспитание в семье, но и влияние референтной группы, средств массовой информации, успешность или неуспешность адаптации ребенка в образовательном учреждении и т.д. Основная мысль, которую необходимо осознать участникам образовательного процесса, заключается в том, что общение с подростком

должно перейти на новый уровень. Необходимо учесть китайскую мудрость: с ребенком до 5 лет нужно обращаться как с царем, с 5 до 12 лет как с рабом, а с 12 лет как с равным. Современная психологическая наука это подтверждает.

По результатам проведения семинара был сделан вывод, что образовательные учреждения города должны проводить профилактическую работу по профилактике аддиктивного поведения обучаемых. Профилактическая деятельность имеет определенные этапы: диагностический, информационно-просветительский, коррекционно-развивающий. Диагностический этап включает в себя диагностику личностных особенностей, которые оказывают влияние на формирование аддиктивного поведения. Информационно-просветительский этап имеет цель развитие компетенций взрослых в таких важных областях, как: психология развития, социальная психология, педагогическая психология, психология здоровья. Просветительская деятельность может иметь различные формы: семинары для педагогов, тематические классные часы, тематические консультации для родителей, представление информации на стенде, выпуск стенгазеты и т.д. Коррекционно-развивающий этап включает в себя самые разнообразные виды деятельности. В современной психологии все большее значение приобретают «стратегии преодоления трудностей» (копинг-стратегии). Основная цель коррекционно-развивающей работы: активизация личностных ресурсов подростка. Для этого используются тренинги личностного роста с элементами коррекции отдельных личностных особенностей и форм поведения. Тренинг резистентности (устойчивости) к негативному социальному влиянию. Тренинг асертивности или аффективно-ценностного обучения, повышающий самооценку. Тренинг конструктивного взаимодействия. Тренинг инокуляции стресса и другие интерактивные формы работы с подростками. Интерактивные формы работы способствуют появлению чувств того, что подросток понят и принят группой сверстников, он не одинок со своими проблемами.

Литература.

1. Андреева, Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – М. : Изд-во «Аспект Пресс», 2007. – 384 с.
2. Батищев, В. В., Негериш, Н. В., Смирнова, Е. В. Аддиктивное поведение / В. В. Батищев . – Ставрополь : Учиздат, 2000. – 27 с.
3. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности. Избр. Псих. Труды. 2 – изд. – Под ред. Д. И. Фельдштейна. –М. –Воронеж, 1997. - 352 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Психотерапия зависимостей / Зинкевич-Евстигнеева . – СПб.:2001. 174 с.

5. Короленко, Ц. П. Психосоциальная аддиктология / Ц. П. Короленко. – Новосибирск : Изд-во «Олсиб», 2001. – 284 с.
6. Леонтьев, А.Н. Деятельность, сознание, личность /А.Н. Леонтьев. – М.: Изд-во «Смысл», - 2005. – 431 с.
7. Петровский, В. А. Психология неадаптивной активности /В.А. Петровский. – М. : ТОО «Горбунок», 1992. – 224 с.