

5. Для подростков важным условием употребления наркотических веществ выступает социальное окружение, для взрослых таким условием является отношение образов его внутреннего мира.

6. В семантических полях наркотицизирующих личностей отражаются возрастные и половые особенности структурирования опыта.

ПОДРОСТКОВАЯ Я – КОНЦЕПЦИЯ В СИСТЕМЕ ФАКТОРОВ НАРКОРИСКА

К.С. Лисецкий, Н.Ю. Самыкина

Проблема наркомании давно уже перестала быть проблемой каких-то отдельных людей и обществ: теперь наркомания стала проблемой всего человечества. Наркомания молодеет, поэтому профилактику возникновения наркотической зависимости необходимо проводить уже в 11-12 лет, когда подростковый возраст только начинается.

Подростковый период известен в литературе как кризисный, а следовательно, наиболее уязвимый: со стороны физиологии (происходит мощная перестройка всех система организма), социальных факторов, в частности, семьи, школы, молодежной субкультуры, и в том числе, со стороны собственной личности. Таким образом, в этот период происходит перестройка не только систем организма, но и личности в целом. Проблемы общения, нестабильность самооценки, неорганизованность, физиологическая, социальная и психологическая неоформленность, высокая подверженность стрессам, а также высокая степень склонности к различным экспериментам (как способу поиска чего-то «своего»), стремление быть принятым каким-либо социальным образованием, – все это может стать причиной формирования и развития у подростков склонности к употреблению наркотиков, что создает благоприятную почву для приобретения подростком нового статуса – статуса наркомана [15].

Итак, рассмотрим проблему подростковой уязвимости. Мы считаем, что основная причина уязвимости может быть рассмотрена с точки зрения неустойчивости подростковой Я – концепции, которая является одновременно базой как для увеличения влияния факторов наркотизации, так и для увеличения степеней личностной свободы. Поэтому профилактика наркомании и социальной дезадаптации среди подростков должна быть направлена, прежде всего, на выявление и осознание причин уязвимости подростка и преобразование ее в общую устойчивость личности, а следовательно, и в наркоустойчивость.

Особенности представлений о себе являются основополагающими в

развитии и формировании личности подростка: рисуя образ «Я», подросток как бы предопределяет собственный путь развития, «пишет сценарий» своей жизни, начинает жить и действовать, стремясь не покинуть намеченной линии.

В возрасте 13-14 лет у человека меняются представления о своем теле, происходят значительные физиологические изменения, проявления которых дают о себе знать в различных сферах его жизни. Именно в этом возрасте интенсивно формируется и изменяется взгляд подростка на самого себя, на других людей, переосмысливаются старые и обнаруживаются новые варианты решений жизненных проблем и конфликтов. [14] Меняется и развивается подростковая Я-концепция. Очевидно, что изменение представлений о себе может являться процессом болезненным, так как в подростковом возрасте он протекает наиболее интенсивно и динамично. Кроме того, в данный период становится актуальной тема поиска себя, а те «муки самотворчества», которые испытывает подросток в своем развитии, являются для него не менее стрессогенным фактором, нежели конфликт или неудача в школе.

Содержание Я-концепции является одним из наиболее важных результатов воспитания и обучения, т.е. того, что составляет содержание и формы социализации ребенка. Однако результат не бывает завершенным полностью, что также оказывает непосредственное влияние на реакции ребенка в повседневной жизни [5].

Я-концепция есть совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой. Описательную составляющую Я-концепции часто называют «образом Я» или «картиной Я». Развитие Я-концепции в подростковом возрасте начинается с уяснения качеств своего «наличного» Я, оценки своего тела, внешности, поведения, имени, способностей. Например, принятие подростком своего тела определяет принятие себя. Отношение к себе с точки зрения довольства или недовольства своим телом, различными его частями и индивидуальными особенностями является существенным компонентом сложной структуры самооценки и имеет огромное влияние на самореализацию личности во всех сферах жизни.

Составляющую, связанную с отношением к себе или к отдельным своим характеристикам, называют самооценкой или принятием себя. [5] Кроме того, Я-концепция определяет не только то, что собой представляет индивид, как себя оценивает, но и как мыслит свое бытие и развитие в будущем.

Мак-Кендлес рассматривает Я-концепцию как совокупность ожиданий, а также оценок, относящихся к различным областям поведения, с которыми эти ожидания связаны. Ожидания подростка и отвечающее им поведение определяются его представлениями о себе [5].

Выделение описательной и оценочной составляющих в Я-концепции позволяет рассматривать ее как совокупность установок, направленных на самого себя. Применительно к Я-концепции элементы установки можно описать следующим образом:

1. Когнитивный элемент Я-концепции представлен образом Я, т.е. представлением индивида о самом себе, о своем теле, о своих характерных чертах, отличающих его от других, о своих социальных отношениях.

2. Оценочный элемент Я-концепции представлен в виде самооценки-аффективной реакции на собственное представление, которая может обладать различной интенсивностью, поскольку конкретные черты образа Я могут вызывать более или менее приятные эмоции, связанные с их принятием или отвержением.

3. Поведенческий элемент – это конкретные действия, которые могут быть обусловлены образом Я и самооценкой. Они направлены на подтверждение своих представлений о самом себе и формируют определенный стиль поведения, а также механизм формирования поведенческих реакций. Кроме того, вокруг образа Я формируется определенный вид психологических защит, направленных на сохранение этого образа, поэтому стиль поведения – это совокупность действий, направленных на стабилизацию и развитие принятых представлений о себе.

Каждый из элементов Я-концепции может существовать в трех модальностях:

1. Я-реальное: представление индивида о том, каков он есть на самом деле.

2. Я-зеркальное (социальное): представление индивида о том, как его видят другие люди.

3. Я-идеальное: представление индивида о том, каким бы он хотел быть.

В подростковом возрасте содержание этих модальностей Я становится значимым и определяющим в развитии личности. Очевидно, что вопросы «Кто Я?», «Кто Я для других?», «Каким бы Я хотел быть?» в той или иной форме, прямо или косвенно задает себе любой подросток, и поиск ответов на эти вопросы продолжается на протяжении многих лет, прежде чем сформируется более или менее устойчивое представление о собственной личности.

Представления личности о самой себе кажутся ей убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными.

Самоотношение есть личностное образование, а поэтому его строение и содержание может быть раскрыто лишь в контексте реальных жизненных отношений субъекта, «социальных ситуаций развития», а также тех видов деятельности, за которыми стоят мотивы, связанные с самореализа-

шей субъекта как личности. [9]

Качества, которые человек сам себе приписывает, не всегда являются объективными, и с ними не всегда готовы согласиться другие люди. В попытках охарактеризовать себя присутствует сильный личностный момент, момент пристрастной, субъективной оценки.

Я-концепция – это не только констатация, описание черт своей личности, но и вся совокупность их оценочных характеристик и связанных с ними переживаний. Большая часть оценок себя обусловлена соответствующими реальными стереотипами, бытующими в той или иной социальной среде. Подростку свойственна тенденция экстраполировать даже внешнюю дефектность собственного Я на свою личность в целом: если подросток имеет какие-то недостатки (иногда только кажущиеся), то он начинает ощущать (или придумывать) негативные реакции окружающих, сопровождающие его при любом взаимодействии с окружающей средой. В этом случае на пути развития позитивной Я-концепции могут возникать серьезные затруднения. Иногда даже эмоционально нейтральные (на первый взгляд) характеристики содержат элемент скрытой оценки.

Самооценка предполагает критическое отношение к себе, постоянное примеривание своих возможностей к предъявляемым жизнью требованиям, умение самостоятельно ставить перед собой осуществимые цели, оценивать течение своей деятельности и ее результаты. Самооценка – субъективное основание для определения уровня притязаний, т.е. тех задач, которые личность ставит перед собой в жизни и к реализации которых она считает себя способной.

Самооценка не является постоянной, она изменяется в зависимости от обстоятельств. Источником оценочных значений различных представлений человека о себе является его социокультурное окружение. Куперсмит называет самооценкой отношение индивида к себе, которое складывается постепенно и приобретает привычный характер; оно проявляется как одобрение или неодобрение, степень которого определяет убежденность индивида в своей самооценности, значимости. Таким образом, самооценка – это личностное суждение о собственной ценности, которое выражается в установках, свойственных индивиду, а низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к своей личности (5).

Самоотношение подростка изменяется в соответствии с получаемой индивидом обратной связью. Само по себе присутствие других людей может влиять на манеру поведения подростка и на оценку им своего поведения. Подросток может усиливать социально желаемые и исключать социально неприемлемые формы поведения, и это оказывает определенное влияние на его самовосприятие.

Развитие устойчивости самооценки идет параллельно развитию про-

извольного поведения, таким образом уменьшая подверженность самооценки влияниям извне; и тогда она начинает проявляться как мотив поведения.

Повышение устойчивости самооценки способствует повышению устойчивости личности, поскольку Я-концепция действует как внутренний «фильтр», который определяет характер восприятия человеком любой ситуации. Проходя сквозь этот «фильтр», ситуация осмысливается, получает значение, соответствующее представлениям человека о себе. [5]

Анализ литературы и практическая деятельность позволили нам выделить главные, на наш взгляд, факторы развития наркотической зависимости:

- 1) стресс;
- 2) любопытство;
- 3) внушаемость;
- 4) педагогическая запущенность, инфантильность;
- 5) последствия травм;
- 6) недостаточное развитие навыков поведения в условиях проблемных жизненных ситуаций [4].

Стресс как фактор формирования наркотической зависимости.

Как показывают наши исследования, подростки различаются уровнем стрессоустойчивости: дети, обладающие индивидуальной способностью, навыком или умением преодолевать стрессовые ситуации, трансформировать их в различного рода поисковую активность значительно более устойчивы к наркотикам, чем дети, не умеющие этого делать. Данное личностное качество может быть сформировано психологическими средствами и служить целям профилактики наркомании.

Стресс можно определить как состояние организма и личности, возникающее в результате несоответствия между нагрузкой и имеющимися в наличии ресурсами, сопровождаемое такими эмоциями, как страх, гнев, удрученность, шоковыми реакциями и т.д.

Каковы бы ни были источники стресса, сущность его сводится к глубинным конфликтам в системе Я-концепции: либо между Я-реальным и Я-идеальным, либо между Я-реальным и Я-зеркальным.

Если представить Я-концепцию как динамическую структуру, то между ее различными элементами существует определенный уровень напряжения. Напряжение уровня выше среднего есть энергия психического развития, направленная на сравнение и утверждение элементов Я-концепции. Это потенциал самосозидания. Однако повышенное напряжение становится неуправляемым, и зачастую подросток, не зная, как справиться с ним, вместо того, чтобы искать новые выходы из «тупика саморазвития», прибегает к «легким» и доступным способам снятия напряжения, таким, как наркотики.

Возрастание напряжения обусловлено расхождением в оценках, дан-

ных индивидом самому себе и данных ему значимыми другими, что является сильным «генератором тревожности». [14] Возникновение напряжения связано с восприятием угрозы своему Я как целостной системе.

Большое расхождение между Я-реальным и Я-идеальным или Я-реальным и Я-зеркальным ставит подростка в такие условия, что он вынужден либо осознавать и принимать источник расхождения в оценках, делая, таким образом, выбор в сторону своего развития и сохраняя ядро своей личности, либо накапливать напряжение, а затем искать «легкие» способы его снятия. Большое расхождение между Я-реальным и Я-идеальным считается тревожным симптомом, т.к. нередко ведет к нарушениям поведения и социально-психологической адаптации ребенка.

В литературе встречается точка зрения, что это расхождение можно рассматривать как признак процесса взросления. Но у подростков зачастую Я-идеальное начинает «поглощать» Я-реальное, и личность, пытаясь вести себя в соответствии с Я-идеальным, на самом деле демонстрирует неличностное поведение, вводя в заблуждение окружающих и увеличивая тем самым расхождение между Я-реальным и Я-зеркальным. Так появляются утверждения типа: «Меня не понимают», «Меня отвергают», «Меня не любят» и т.д.

Задача психокоррекционной работы с Я-концепцией, на наш взгляд, заключается в том, чтобы в буквальном смысле обучить подростка навыкам нейтрализации психического напряжения, неизменно возникающего в процессе его развития, а еще лучше – переводу психической энергии, составляющей содержание напряжения, в энергию, направленную на собственное развитие, на приобретение и раскрытие новых возможностей.

Базовой причиной расхождения между различными модальностями «Я» считается дефицит сторон образа «Я»: чем меньше у подростка осознанных и приятых «Я», тем больше шансов быть вовлеченным в конфликт между Я-реальным и Я-идеальным или Я-реальным и Я-зеркальным.

В развитии Я-реального большое значение играет освоение подростком ролевого поведения, т.е. умения смотреть на окружающий мир глазами других людей: способность к ролевому поведению помогает подростку вырабатывать несовпадающие концепции реального и идеального Я. Тогда имеет место коперниканское понимание личности: «Я нахожу свое «Я» не в себе самом (его во мне видят другие), а во вне меня существующем – в собеседнике, в любом, в природе, а также в компьютере, в системе».

Стрессоустойчивость у подростков может быть повышена путем увеличения собственных степеней личностной свободы (ролей) через присоединение к своему осознанному Я еще множества других Я-образов. Тогда вероятность расхождения между модальностями Я будет сведена к минимуму.

Любопытство.

Любопытство – один из человеческих "пороков", ради которого люди преодолевают немислимые препятствия и ставят под угрозу собственную жизнь. Часто ожидания оказываются значительно хуже результата. Интерес – это самый сильный мотив личности, т.к., во-первых, есть личностное отношение (и, следовательно, субъектная активность) к объекту интереса, а во-вторых, личность так начинает строить ситуацию, что ее ресурсы обязательно проявляются на пути достижения объекта любопытства.

Однако мы считаем, что любопытство напрямую связано с внушаемостью: чем выше внушаемость, тем больше любопытство.

Задача психокоррекционной работы в данном случае – обучить подростка навыкам преодоления и удовлетворения любопытства социально приемлемыми способами.

Внушаемость.

Внушаемость мы рассматриваем как склонность личности к восприятию информации без критического осмысления. Она зависит от многих причин, но одной из центральных является несформированность Я-концепции.

Если представить обобщенный образ «Я» как соединение множества частных образов «Я», то можно предположить следующее: создавая картину себя в процессе своего развития, подросток, не осознавая или не принимая какую-либо информацию о себе, оставляет, таким образом, «белые пятна» в картине Я, которые требуют заполнения. И тогда под действием других факторов внушаемости происходит «закрашивание» этих «белых пятен» в своей картине.

Подростки, имеющие опыт употребления наркотиков, часто завязят от других людей, которые за них «закрашивают» пустоты на их картине Я, и краской часто становится именно наркотик.

Задачей психокоррекционной работы является осознание подростком причин собственной зависимости, развитие устойчивости самооценки и развитие у подростка навыков самостоятельного принятия решений.

Педагогическая запущенность. Инфантильность.

Педагогическая запущенность напрямую связана с недостатками в развитии Я-концепции. Упущения в воспитании оказываются одним из распространенных факторов, обуславливающих формирование наркотической зависимости. Это влияние может быть как прямым, так и опосредованным.

Прямое влияние педагогической запущенности выражается в том, что ребенок не получает элементарных знаний об опасности даже единичного приема наркотиков. Зачастую это связано с неграмотностью родителей в этом вопросе, но может также являться следствием того, что у родителей

тема наркомании становится запретной, она ими отрицается в силу того убеждения, что «их ребенок никогда не станет наркоманом». Кроме того, педагогическая запущенность может являться прямым условием наркотизации подростка, если за ребенком не ведется наблюдение, если родители не имеют представления, где и с кем общается их сын или дочь. В этом случае для подростка открывается безграничный мир, где не существует родителей и учителей, норм и правил, а следовательно, нет контроля, сдерживающего его импульсивные побуждения на пути утоления интереса, в данном случае, к наркотикам. [6]

Опосредованное влияние педагогической запущенности проявляется прежде всего в том, что подросток, не усвоивший норм и правил существования в социуме, часто сталкивается с этим социумом, требующим от него заранее заданных реакций. Однако подросток с недостатком воспитания не умеет вести себя в соответствии с требованиями среды, и, не встречая ожидаемой реакции от других людей на свое поведение, переживает фрустрацию. [14] Так рождается напряжение, которое он, также из-за недостатка воспитания, снимает социально неприемлемыми способами – алкоголем или наркотиками.

Кроме того, результатом педагогической запущенности является инфантильность подростка: это недостаточное развитие «внутреннего Родителя» – субстанции самоконтроля подростка, играющей немалую роль в формировании у личности таких качеств, как стрессоустойчивость, критичность, ответственность за собственные поступки, активность в достижении целей и т. д.

Задача психокоррекционной работы в данном случае – работа с конкретными клиентскими случаями.

Последствия травм.

Травма, физическая или психическая, всегда связана с утратой какой-либо функции организма или психики. Она влечет за собой различные последствия, в том числе, постоянную физическую боль (и в этом случае наркотик может оказаться болеутоляющим средством), формирование у подростка комплекса неполноценности (наркотик позволяет «уйти» от переживаний своей несостоятельности в мир грез и фантазий), потерю смысла жизни и переживание экзистенциального кризиса (и тогда наркотик является именно тем средством, который быстро и без особых затрат заполняет вакуум, образовавшийся в душе подростка).

Важно помочь подростку принять себя в ином качестве, отличном от того, который был изначально им задан. И это может быть осуществлено путем «дорисовывания» в картине Я еще нескольких деталей, являющихся отражением новых свойств.

Недостаточное развитие навыков поведения в условиях проблемных

жизненных ситуаций.

Навыки поведения в условиях проблемных жизненных ситуаций являются показателем подростковой коммуникативной компетентности. Под коммуникативной компетентностью обычно понимается способность устанавливать и поддерживать контакты с другими людьми. Для подростков наиболее значимой становится сфера общения со сверстниками; для них делается важным знакомство с понравившимся человеком, свободное ощущение себя в компании, возможность разделять нормы и правила значимой для него группы [14]. Часто препятствием здесь является неуверенность подростка в своих силах, страх быть непринятым и т.д., и тогда любая ситуация общения становится стрессовой.

Поэтому важно для подростка выработать у себя чувство уверенности в себе, которое может быть приобретено им в процессе групповой работы посредством коррекции самооценки и образа Я (в том числе и принятия себя разным).

В заключение хочется отметить, что групповая психокоррекционная работа, используемая нами, позволяет воссоздать условия реальной жизни, показать подростку возможности его развития, «сильные» и «слабые» стороны его Я-концепции. Поэтому психокоррекционная работа с подростками направлена на формирование у них субъектной позиции, повышение динамической устойчивости образа «Я», развитие адекватной самооценки, формирование навыков преодоления трудных жизненных ситуаций, ведущих к саморазвитию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алякринский Б.С. Беседы о самовоспитании. М.: Знание, 1977.
2. Бахур В.Т. Это неповторимос «Я». М.: Знание, 1986.
3. Белогуров С.Б. Популярно о наркотиках и наркоманиях. Спб, 1998.
4. Березин С.В., Лисецкий К.С., Мотынга И.А. Психология ранней наркомании. Самара, 1997.
5. Бернс Р. Развитие Я- концепции и воспитание. М., 1986.
6. Братусь Б.С. Аномалии личности. М.: Мысль, 1988.
7. Как построить свое «Я» / Под ред Зинченко В.П. М.: Педагогика, 1991.
8. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. СПб.: Питер-Ком, 1998.
9. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание. М.: Политиздат, 1984.
10. Кон И.С. Открытие «Я». М.: Политиздат, 1978.
11. Мастеров Б.М. Психология саморазвития: психотехника риска и правила безопасности. Рига: ПЦ «Эксперимент», 1996.
12. Муздыбаев К. Психология ответственности М., 1983.
13. Нартова – Бочавер С.К. "Coping behavior" в системе понятий психологии

личности. // Психологический журнал, 1997. №5. Т. 18.

14. Подросток на перекрестке эпох. Под ред. Кривцовой С.В. М.: Генезис. 1997.

15. Психологические особенности наркоманов периода взросления (опыт комплексного экспериментально – психологического исследования) / Под ред. Березина С.В., Лисецкого К.С. Самара: Изд-во «Самарский университет», 1998.

16. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М.: Изд-во МГУ, 1991.

17. Сафин В.Ф. К проблеме самоопределения личности и ее активности. В сб. «Вопросы самоопределения личности и ее активности»: Межвузовский сборник научных трудов. – Уфа, Изд-во Башкирского пединститута, 1985.

18. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание. М., 1972.

19. Столин В.В. Самосознание личности. М.: Изд-во МГУ, 1983.

20. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. М.: Интерпракс, 1994.

ИЗУЧЕНИЕ РОДИЛЬНОЙ ОБРЯДНОСТИ В ТРАДИЦИОННОЙ РУССКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК КЛЮЧ К ПОНИМАНИЮ ИСТОКОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОБЛЕМАТИКИ БЕРЕМЕННОСТИ И РАННЕГО МАТЕРИНСТВА

А.В.Сидорова

Быть матерью стало не престижно. Все больше и больше молодых женщин отказывают себе в материнстве. Рождение ребенка воспринимается отнюдь не как естественное продолжение общего круга жизненного цикла, а как тяжкая обязанность, большая помеха на пути к карьере и улучшению благосостояния. Растет число молодых матерей-одиночек, брошенных, отказных детей, браков в связи с незапланированной беременностью невесты. Все это, в конечном счете, не только и не столько ведет к ухудшению демографической ситуации в стране, но и в первую очередь отражается на психическом здоровье и психологическом благополучии появляющихся на свет детей и женщин, становящихся матерями. Данная ситуация является порождением нашего времени. И тем актуальнее оказывается возможность и перспектива обращения к исконно русским традициям и обычаям, связанными с беременностью и родами.

Беременность – это последний срок, отведенный природой на то, чтобы женщина осознала свое главное предназначение – быть продолжательницей рода, и «заложила первые кирпичики» в построении гармоничных отношений мать – дитя.

Анализ литературы и собственное экспериментальное исследование