

**О.А. Ушмудина**

## **Психологические условия предупреждения наркотической зависимости студентов**

*Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта РГНФ («Психологическая профилактика наркомании в вузе»), проект 08-06-00391 а*

В статье рассматривается модель психологической устойчивости личности как условие профилактики наркомании в вузе, проанализированы и описаны компоненты психологической устойчивости. Проведен анализ специфических особенностей студенческой среды, определены и описаны основные предпосылки развития наркотической зависимости в студенческой среде. Автором предложена технология формирования психологической устойчивости личности к наркотической зависимости в вузе и исследование ее эффективности.

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 немежличностное 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 [Самыкина, Ушмудина, 2008]. 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 кризис [Ушмудина, 2006].

Резюмируя данные проведенного нами анализа литературы, практической деятельности и экспериментальных исследований, можно перечислить следующие особенности студенчества, 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 («Ибиза», «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 к «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 б в сто раз веселее, если бы не сессия». Такой способ организации учебной деятельности, при котором студент в течение трех-четырех месяцев не прилагает особых усилий и не упражняется в управлении временем, деятельностью, информацией и т.д., сталкивает его затем с ситуациями, требующими быстрой мобилизации, активного и эффективного участия. Эти ситуации переживаются как стрессовые, поскольку связаны с чрезвычайно высокой физической, психической и эмоциональной включенностью в деятельность. Неспособность к быстрой разрядке и такому же быстрому восстановлению становится в данном случае предпо-

сылкой 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 незначимость 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 цивилизационный) этап развития, свободное от учебы и работы время, предположительно необходимое для общения, студент предпочитает проводить в новых, «интересных», гламурных местах, талантливо подsunутых 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 заня-

ности 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 нагнетания излишней напряженности и дальнейшем избавлении от нее [Самыкина, Ушмудина, 2007].

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 подходы: 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; лично-отно-ориентированный подход и т.д. [Там же].

При всем многообразии подходов и моделей профилактики, практически все они 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 программ [Литягина, 2004]. 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 онтологически значимых ситуациях его жизни выступают условием его взросления, развития субъектности [Лисецкий, 2007].

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 для более младших участников (подростков, старшеклассников). Таким образом, психопрофилактика в вузе либо отсутствует, либо ориентирована на «более детское» мироощущение и самопонимание, либо на здравый 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, спокойной настроение, вести плодотворную деятельность. Психологическая устойчивость позволяет своевременно реагировать на возникающие трудности, частые изменения путем оптимального снижения страха, тревоги, напряжения во всех сферах жизнедеятельности [Куликов, 2004].

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 взаимовлияния способностей, навыков, умений человека удерживать эмоциональные, когнитивные, конативные (поведенческие) процессы, а также процессы деятельности в равновесных состояниях [Аршинова, 2007].

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) [Куликов, 2004].

Психологическая устойчивость – это целостная характеристика личности, обеспечивающая ее устойчивость к фрустрирующему и

стрессогенному воздействию трудных ситуаций. Она вырабатывается и формируется одновременно 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 [Тышкова, 1987].

Психологическая устойчивость определяется нами как сложноорганизованная система внутренних психологических составляющих и свойств личности, позволяющая успешно действовать в усложненных условиях и ситуациях неопределенности, определяющая сопротивляемость личности к воздействию внешних и внутренних неблагоприятных факторов, обеспечивающая психологическое благополучие личности и успешность личностного развития.

Модель формирования психологической устойчивости личности студента к наркотической зависимости разработана в соответствии со специфическими особенностями студенческой среды, описанными нами ранее [Ушмудина, 2008].

Принимая за основу выделенные основания, в структуре психологической устойчивости студентов к наркотической зависимости были выделены компоненты когнитивного, эмоционального, интерактивного (поведенческого), ценностного и интегрального характера.

Когнитивная сфера представлена компонентами: положительный образ себя; осмысленность и направленность целей жизни, временной перспективы; способность строить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о смысле жизни, самоконтроль своей жизни, принятие решений.

Эмоциональная сфера состоит из компонентов: эмоциональная устойчивость; бодрость; спокойствие; отношение к жизни как интересной, эмоционально насыщенной; контактность, стремление к эмоциональным проявлениям в общении.

Компонентами поведенческой сферы являются активное отношение к жизненной ситуации; высокий тонус; раскованность; направ-



ленность на достижение общей цели; стремление добиться удовлетворения своих интересов.

Ценностно-смысловая сфера представлена непротиворечивыми группировками терминальных (счастливая семейная жизнь, любовь, интересная работа, наличие друзей, развитие, творчество) и инструментальных (твердая воля, смелость в отстаивании своего мнения, образованность, ответственность, независимость, жизнерадостность, эффективность в делах) ценностей.

Интегральная сфера представлена компонентами: ответственность; независимость внутренних стремлений от внешних обстоятельств; активное стремление участвовать в групповой жизни; физическое комфортное самочувствие.

Поскольку психологическая устойчивость определяется нами как системная, совокупная характеристика личности, мы определили, что ее формирование должно быть направлено на развитие этих качеств 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 деятельности [Самыкина, 2002].

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 универси-

тета, Тольяттинского филиала Самарского государственного университета.

На первом этапе эксперимента, исходя из теоретической модели и результатов пилотажного исследования, проведенного с использованием анкеты «Важность и удовлетворение потребностей» Л.В. Куликова и анкеты «Причины эмоционального дискомфорта» Л.В. Куликова, 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.

Результаты опроса показывают, что значимыми и сильно выраженными являются потребности в независимой, творческой деятельности, профессиональном, карьерном росте, важна удовлетворенность работой, наиболее сильна потребность в друзьях. В дополнение к результатам анкетирования был проведен опрос студентов 1-3 курсов, показавший, что наиболее значимыми для них являются следующие вопросы: управление свободой, организация времени и деятельности, финансовые трудности, необходимость преодоления зависимости от членов семьи, трудности установления социально значимых и близких межличностных отношений, повышение собственной эффективности во всех сферах жизни (физическая, трудовая, межличностная, интеллектуальная и т.д.), создание личностного и профессионального основания дальнейшей самореализации в будущем и т.д.

В тоже время наиболее негативно на состояние студента влияют следующие аспекты (по убывающей): забота о состоянии здоровья кого-нибудь из членов семьи; беспокойство о надежности места работы; финансовая ненадежность семьи; столкновения с руководством; проблемы с родителями; трудности в выборе жизненного пути; забота о своем здоровье; раздумья о смысле жизни; беспокойство, вызванное

внутриличностными конфликтами; чувство одиночества; трудности с возможностью выразить себя; недостаточность отдыха; неудовлетворенность своей работой; перегруженность делами.

Кроме этого, были проведены первичные диагностические замеры с использованием методик: методика определения устойчивого состояния Л.В. Куликова, методика диагностики актуального психического состояния Л.В. Куликова, методика «Ценностных ориентаций» М. Рокича, тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Лонтьева, методика «Определение способов регулирования конфликта» Томаса, методика «Q-сортировка» В. Стефансона, опросник «Уровень субъективного контроля» Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда.

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 совпадала 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 в начале 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 в начале 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 зависимости разработана таким образом, что в результате у участников происходит, во-первых, разрешение онтологически значимых задач взросления (принятие собственной телесности; достижение новых и более зрелых межличностных отношений; достижение полоролевой идентичности; достижение эмоциональной независимости от членов семьи; построение системы ценностей, выстраивание отношений со временем (будущим, смертью, жизнью), с Абсолютом (Богом); выбор профессиональной перспективы; принятие себя), а во-вторых, появляются самостоятельные способы эффективного решения проблем в усложненных условиях за счет формирования у студентов базовых компетенций – способности действовать в ситуации неопределенности. Особое 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.

Результаты сравнения первичных и последующих замеров внутри каждой отдельной группы, а также сравнение последних замеров между всеми пятью группами позволяют описать выделенные сферы психологической устойчивости личности.

Когнитивная сфера. Осознание целей жизни характеризуется наличием в жизни студента целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу [Леонтьев, 2000]. Осознание себя, своих социальных ролей и временной перспективы своего существования; самостоятельное и независимое определение жизненных целей являются основными задачами развития студенческого периода [Дубровина, 2003]. В результате исследования установлено, что любая эффективная психологическая деятельность влияет на уровень осознанности целей участников, но только на пер-

воначальном этапе, непосредственно в процессе психологического воздействия. В дальнейшем уровень осмысленности целей жизни продолжал изменяться в сторону увеличения только в группах формирующего эксперимента, что определяется действием саморазвивающего механизма, затрагивающего стремление личности к самоосуществлению и самоидентификации. Данная тенденция связана со способностью студента ставить перед собой цели, адекватные его внутренней сущности, является условием сохранения психического здоровья [Бюллер, 1931].

Способность строить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о смысле жизни характеризуют удовлетворенность жизнью или самореализацией, отражают оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна прожитая часть жизни [Леонтьев, 2000].

В результате анализа данных обнаружено, что уровень удовлетворенности пройденного этапа жизни выше в группах формирующего эксперимента, чем в других, однако ниже, чем выраженность других компонентов психологической устойчивости личности. По нашему мнению, такие показатели говорят об отсутствии принципиальной значимости оценки пройденного отрезка жизни, ощущения того, насколько продуктивна и осмысленна ее прожитая часть в связи с особенностями студенчества. В рамках занятий студентами неоднократно проговаривалась завершенность такого этапа жизни как обучение в школе. В тот же момент отрезок жизни обесценивался как «невзрослый», незначимый, давно пройденный. Следующим этапом жизни считается окончание вуза, в связи с тем, что этот этап еще не завершен, студент находится в ситуации между двух отрезков, оценить которые не всегда возможно.

С другой стороны, наличие в сознании студента самоконтроля своей жизни показывает существование представлений о возможности влиять на ход собственной жизни, веры в возможность контроля своей судьбы, свободного принятия решений и их воплощений в жиз-

ни. Участникам формирующего эксперимента свойственна более стабильная сфера самоконтроля и уверенности в возможностях контроля своей жизни. В процессе формирования психологической устойчивости личности развивается система внутриличностной самоподдержки (К.С. Лисецкий), которая при столкновении с разнообразными ситуациями, негативно влияющими на студента, является внутренним ресурсом, повышающим его эффективность и способствующим формированию положительного образа себя.

Положительный образ себя характеризуется адекватным образом себя, степенью принятия личностью себя и своих свойств. С другой стороны, он свидетельствует о достаточной искренности в ответах, выраженном стремлении к адекватности в оценке своих психологических особенностей и своего состояния, о критичности в самооценивании [Куликов, 2004].

В результате исследования обнаружена следующая закономерность. Несмотря на то, что испытуемым нескольких групп присуща оценка своего образа как положительного, только в группах формирующего эксперимента наблюдается устойчивое принятие себя и своих качеств, свойств, а также адекватная оценка себя. Таким образом, технология формирования психологической устойчивости, с одной стороны, развивает положительный образ себя, принятие себя, а с другой, способствует адекватной, критичной оценке себя и своих свойств.

Эмоциональная сфера. Состояние бодрости характеризуется повышенным настроением, преобладанием положительного эмоционального фона, расширением интересов, ожиданием радостных событий в будущем, выраженным желанием действовать [там же].

Анализ результатов показывал, что у группы формирующего эксперимента наблюдается ярко выраженная положительная динамика повышения настроения, эмоционально положительного фона и расширение сферы интересов по сравнению с испытуемыми других групп.

Состояние спокойствия характеризуется уверенностью в своих силах и возможностях, отсутствием генерализованной тревоги. Во-первых, необходимо отметить, что любые методы практической деятельности психолога несколько снижают уровень тревоги и повышают уровень спокойствия, но степень воздействия не может быть дифференцирована. В рамках настоящего исследования невозможно определить – профилактика, основанная на формировании протекционных качеств наркотической зависимости, или классический курс психологии общения больше снижает уровень тревоги и увеличивает спокойное состояние. Во-вторых, выявленная закономерность определяет, что участникам формирующего эксперимента в большей степени присуще повышение уверенности в своих силах и возможностях, склонности испытывать спокойствие в широком круге жизненных ситуаций, ожидание событий с благоприятным исходом. В-третьих, только у участников формирующего эксперимента наблюдается дальнейшее развитие уровня спокойствия, что объясняется нами «запуском» саморазвивающегося эффекта психологической устойчивости.

Уравновешенность как один из аспектов психологической устойчивости проявляется в способности минимизировать негативное влияние субъективной составляющей в возникновении напряжения, в способности удерживать напряжение в приемлемых пределах, избегать крайностей в силу отклика на происходящие события [*там же*].

При диагностике эмоциональной устойчивости личности было выявлено, что для участников формирующего эксперимента характерно наличие адекватного эмоционального фона. Принципиальным моментом является сочетание эмоциональной устойчивости и низкого эмоционального возбуждения. Таким образом, эмоциональная сфера представлена повышенным положительным эмоциональным тоном, спокойным протеканием эмоциональных процессов, адекватным эмоциональным состоянием и эффективной психической саморегуляцией. Кроме этого, спокойным реагированием на изменения ситуации, хорошим эмоциональным саморегулированием. Однако сами по себе

баллы по данным шкалам не являются очень высокими с точки зрения Л.В. Куликова, на наш взгляд это связано с особенностями целевой аудитории, участвующей в исследовании.

Таким образом, можно сделать вывод, что в рамках формирующего эксперимента развивается эмоциональная сфера психологической устойчивости по образу естественного развития и взросления личности, при этом качество эмоциональных процессов и характер связей между ними более ярко выраженные.

Анализ результатов исследования отношения к жизни как интересной и эмоционально насыщенной показал следующие закономерности. Во-первых, классический курс психологии общения оказал большее влияние на эмоциональную оценку жизни, чем профилактика, направленная на формирование превентивных навыков от наркотической зависимости. Во-вторых, по сравнению с другими группами, участникам формирующего эксперимента свойственна устойчивая, непротиворечивая эмоциональная оценка своей жизни. Постигание своей внутренней сущности, своего жизненного предназначения студентами связано с переживанием смысла жизни. В. Франкл отмечает, что понять себя и свое будущее, молодой человек может через постижение смысла жизни, определение своего места в жизни, своих реальных и будущих социальных ролей, определение целей – актуальных и потенциальных [Франкл, 1990]. Молодому человеку необходимо прожить период юности, создавая нечто личное и единственное в своем роде. Он должен выработать свой взгляд на ситуацию развития, открыть себя, свое Я [Ливехуд, 1994].

Поведенческая сфера. Анализ результатов исследования отношения к жизненной ситуации (активного – пассивного) показал следующую закономерность. Любое психологическое воздействие влияет на уровень активности личности, однако у групп формирующего эксперимента выше готовность к преодолению препятствий, вера в свои возможности, ощущение достаточных сил для преодоления препятствий и достижения своих целей, уровень жизнерадостности, чем у других.



Анализ результатов исследования уровня тонического состояния (тонуса) показал, что участникам формирующего эксперимента свойственно устойчивое повышение возможностей проявлять активность и расходовать энергию, развитие стенической реакции на возникающие трудности, формирование субъективного ощущения внутренней собранности, запаса сил, энергии, повышение готовности к работе, в том числе длительной.

Относительно уровня раскованности–напряженности необходимо отметить, что участникам формирующего эксперимента свойственно не усматривать вызова в актуальной ситуации, успешно решать стоящие проблемы, желаемые цели воспринимать и оценивать как вполне достижимые. При сложности разрешения ситуации, отсутствует ее активное отвержение, эмоционально острое неприятия, сильное стремление осуществлять какие-либо изменения в себе, своем поведении или в ситуации, интенсивно выполнять необходимые преобразования, расширять владение ситуацией.

Отметим, что общая ярко выраженная динамика показателей по шкалам активность, тонус, раскованность участников формирующего экспериментов объясняется нами спецификой защищаемой технологии, целью которой является формирования психологической устойчивости личности, с учетом всех выделенных возрастных и социально-психологических особенностей целевой аудитории – студенческой среды.

Стратегии поведения при решении проблемы (компромисс, соперничество) характеризуют так называемую конфликтологическую компетентность. За рамки исследования осознанно вынесены такие стратегии поведения как приспособление (принесение в жертву собственных интересов ради интересов другой стороны) и избегание (отсутствие как стремления к корпорации, так и тенденции к достижению собственных целей) в силу отсутствия активности личности в поведении и разрешении конфликтных ситуаций.

Формирование конфликтологической компетенции проходит двумя путями. Первоначально происходит формирование стратегий

поведения, направленных на взаимодействие, связанных с достижением общих целей. Причем в первом варианте – решение проблемы, а во втором – компромисс, что подтверждено результатами исследования (единственное рассогласование между ЭГ и КГ 1). С течением времени, при столкновении с ситуациями, с усложненными условиями происходит развитие поведения, направленного на достижение своих целей (соперничество).

Ценностно-смысловая сфера представлена непротиворечивыми группировками терминальных и инструментальных ценностей.

Противоречивость ценностных ориентаций невероятно затрудняет взросление современных студентов, которые вынуждены самостоятельно, не имея аналогов или социальных образцов, в своих собственных терминах формулировать представления о значимых ценностях.

В студенческий период происходит переоценка ценностей под воздействием внешней среды, которая предлагает определенную систему ценностей. Система ценностей человека является «фундаментом» его отношения к миру, определяющим поведение и отношение.

В результате анализа данных можно наблюдать следующую группировку ценностей в группах формирующего эксперимента, в то время как в других группах группировка отсутствует как таковая. Терминальные ценности: счастливая семейная жизнь, любовь, интересная работа, наличие друзей, развитие, творчество. Инструментальные ценности: твердая воля, смелость в отстаивании своего мнения, образованность, ответственность, независимость, жизнерадостность, эффективность в делах.

Наши результаты согласуются с результатами Яницкого, который показал идентичные группировки у студентов, ориентированных на ценности индивидуализации [Яницкий, 2000].

Интегральная сфера. Анализируя результаты исследования, можно сделать вывод об устойчивом благоприятном физическом самочувствии, ощущении телесного комфорта у участников формирующего эксперимента.

Другим компонентом выступает тенденция к зависимости-независимости. Анализ результатов исследования показал, что у участников формирующего эксперимента присутствует тенденция к независимости от групповых ценностей и мнений с устойчивым и саморазвивающимся характером. Психопрофилактическая технология, основанная на формировании протективных качеств, проводимая в КГ 2, никаким образом не связана с тенденцией зависимость-независимость, а в других группах начала формироваться тенденция к зависимости – внутреннее стремление субъекта к принятию групповых стандартов и ценностей: социальных и морально-этических.

Согласно концепции В.И. Слободчикова, Е.И. Исаева, студенческий возраст приходится на стадию индивидуализации, критического отбора общественных ценностей для своего развития. Начинается авторство своих способностей, их сознательное и целенаправленное развитие [Слободчиков, Исаев, 2000].

Ответственность (интернальность) в сфере достижений, неудач, профессиональных отношений, межличностного общения, здоровья в группах формирующего эксперимента носит отчетливый положительный устойчивый характер, в отличие от других групп.

Во всех группах, где осуществлялась практическая психологическая деятельность, наблюдается ярко выраженная положительная динамика по шкале «Им» – ответственность в сфере межличностных отношений.

Такие результаты можно объяснить предположением, что общение и построение доверительного межличностного взаимодействия является одной из ведущих потребностей студенческого возраста, а работа в группах психолога способствовала активизации ответственности к межличностным отношениям. Студенту, будучи, включенному в большое количество социальных групп и отношений, выделяющему референтное общение, свойственно наличие «рефлексивных ожиданий», неадекватность которых определяется отрицательным эмоциональным отношением к партнеру по взаимодействию, относи-

тельно которого формируется рефлексивное ожидание [Гуткина, 1982]. Таким образом, решением подобных задач и вопросов является формирование коммуникативной компетентности студента как развитого общения и межличностного восприятия.

Изменение интернальности в профессиональной сфере заметно только в группах формирующего эксперимента. Таким образом, можно сделать вывод о том, что кроме участников формирующего эксперимента, в других группах не происходило формирование интернальности к профессиональной сфере, и, соответственно, ответственности по отношению к ней.

Такие результаты свидетельствуют о формировании профессиональной рефлексии. Динамика рефлексивных свойств выступает индикатором профессионального развития студента [Ермолаева, 2006].

Эффективность личностно-профессионального развития напрямую зависит от уровня сформированности рефлексивной культуры студента, под которой понимается готовность и способность переосмысливать и творчески преобразовывать стереотипы своего личного и профессионального опыта, осуществлять пластичную и конструктивную интеграцию порожденных в результате этого инноваций в систему профессиональной деятельности и деловых межличностных отношений [Держак, 2004].

Выявлены противоречия в результатах по шкале интернальность в сфере здоровья в группах формирующего эксперимента (отрицательная динамика на уровне тенденции), что по нашему мнению согласуется с выводами исследования Е.В. Литягиной о незначимости ценности здоровья для молодежи [Литягина, 2004]. Кроме этого отметим, что студентам скорее свойственно поведение, компенсирующее нанесенный ранее вред здоровью, чем поведение, ориентированное на предупреждение проблем в сфере здоровья.

Однако в дальнейшем в группах формирующего эксперимента выровнялась тенденция повышения ответственности во всех сферах, в том числе, и в сфере здоровья.

Ответственность определяет личность как активную, сознательно действующую силу своей собственной жизни, способную принимать решения и отвечать за их последствия. Ответственность тесно связана с внутренней независимостью – следованием своим убеждениям и своей иерархии ценностей без пренебрежения мнением и убеждениями других и без их простого принятия [Куликов, 2004].

Анализируя общую тенденцию результатов исследования, отметим, что технология формирования психологической устойчивости личности к наркотической зависимости в студенческой среде по сравнению с другими группами имеет характер естественного взросления и развития личности (сравнение ЭГ, КГ 1, КГ 4). При этом принципиальным отличием является ярко выраженная положительная динамика основных показателей, устойчивая динамика основных показателей, их внутренняя согласованность и непротиворечивость. Таким образом, можно сделать вывод, что технология формирования психологической устойчивости имеет следующие особенности: носит системный характер, обладает устойчивым и необратимым эффектом, само развивающимся потенциалом.

### Литература

1. *Аршинова В.В.* Психологическая устойчивость как фактор формирования антинаркотической установки у подростков // Автореф. дисс. ... канд. псих. наук. – М., 2007.
2. *Бюллер Ш.* Что такое «пубертатный период» // Педология юности: сб. статей. – М., Л., 1931.
3. *Гуткина Н.И.* О психологической сущности рефлексивных ожиданий // Психология личности: Теория и эксперимент. – М., 1982. – С. 100-108.
4. *Деркач А.А.* Акмеологические основы развития профессионала. – М.: Изд-во Московского социального-института; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2004. – 752 с.

5. *Дубровина И.В.* Практическая психология образования. – М.: Просвещение, 2003. – 334 с.
6. *Ермолаева М.В.* Субъектный подход в психологии развития взрослого человека (вопросы и ответы): учеб.пособ. – М., Изд-во Моск.психолого-социального института; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК», 2006. – 200 с.
7. *Куликов Л.В.* Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. – СПб.: Питер, 2004. – 464 с.
8. *Леонтьев Д.А.* Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). – М., Смысл, 2000. – 18 с.
9. *Ливехуд Б.* Кризисы жизни – шансы жизни. – Калуга, Духовное познание, 1994. – 224 с.
10. *Лисецкий К.С.* Психологические основы предупреждения наркотической зависимости личности. – Самара, Универс групп, 2007. – 308 с.
11. *Литягина Е.В.* Нерешенные задачи взросления как психологические условия формирования аддиктивного поведения старшеклассников // Автореф. дисс. ... канд. псих. наук. – Калуга, 2004.
12. *Самыкина Н.Ю.* Формирование личностной готовности психологов к первичной профилактике наркомании в среде старшеклассников // Автореф. дисс. ... канд. псих. наук. – Калуга, 2002.
13. *Самыкина Н.Ю., Ушмудина О.А.* Предупреждение наркотической зависимости в студенческой среде: монография. – Самара, Изд-во Универс групп, 2008. – 160 с.
14. *Самыкина Н.Ю., Ушмудина О.А.* Профилактика негативной зависимости в студенческой среде: вопросы и ответы. – Самара, Самар. отд-ние Литфонда, 2007. – 124 с.
15. *Слободчиков В.И., Исаев И.Е.* Психология развития человека. – М.: Школьная пресса, 2000.
16. *Тышкова М.* Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудных ситуациях // *Вопр. психол.*, №1, 1987. С. 27-34.

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

18. *Ушмудина О.А.* Развитие психологической устойчивости личности как условие профилактики наркомании в вузе // Известия Самарского научного центра РАН. Специальный выпуск «Актуальные проблемы психологии», 2008. №2. С. 195-200.

19. *Ушмудина О.А.* Теоретическая модель психологической устойчивости личности к наркотической зависимости в студенческой среде // Психологические исследования: Сб. науч. трудов. Вып.7 / под ред. А.Ю.Агафонова, В.В.Шпунтовой. – Самара: Изд-во Универс-груп, 2009. С.161-170.

20. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. – М., 1990.

21. *Яницкий М.С.* Ценностные ориентации личности как динамическая система. – Кемерово: Кузбассвуиздат, 2000. – 204 с.