

К ПРОБЛЕМЕ ПСИХОПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У МОЛОДЁЖИ КОЛЬСКОГО СЕВЕРА (по материалам эмпирического исследования)

Н. С. Сергеева, Д. А. Семенова

Мурманский государственный гуманитарный университет

Сегодня формирование склонности к аддиктивному поведению у молодых людей нашей страны представляет серьёзную проблему. Под аддикцией понимается такое понятие как склонность, пагубная привычка. Это состояние опасно тем, что вынуждает искать способы избавления от него. Человек вынужден искать способы заглушения собственной чувствительности – способы маскировки неприятных ощущений и эмоций (это способы создания утопического благополучия и самообмана). Или же человек вынужден искать способы искусственного взбадривания и веселости. Зачастую поиск в этих направлениях приводит к формированию различных форм аддиктивного поведения. Аддиктивное поведение – одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активностях, что сопровождается развитием интенсивных эмоций [1, с.1-2]. Этот процесс настолько захватывает человека, что начинает управлять его жизнью. Человек становится беспомощным перед своим пристрастием. Волевые усилия ослабевают и нет возможности противостоять аддикции. Выбор аддиктивной стратегии поведения обуславливается в трудностях адаптации к проблемным жизненным ситуациям, таким как сложные эмоциональные условия, разочарование, крушение идеалов, конфликты в семье и на производстве, утрата близких, резкая смена привычных стереотипов.

В последние годы стало ясно, что зависимость может развиваться не только от какого-либо вещества, но и от определенной формы деятельности. Аддикции могут быть химические и нехимические и промежуточная форма

аддикции – к еде. К химическим аддикциям относятся: алкоголизм, наркомания, табакокурение, токсикомания.

В настоящее время больше всего внимания уделяется нехимическим аддикциям, существующим в молодёжной среде, когда именно поведенческий паттерн является объектом зависимости, а не психоактивное вещество. А.Ю. Егоров в своей книге «Нехимические зависимости» [4] классифицирует нехимические формы зависимого поведения следующим образом:

- ◆ гемблинг, т.е. влечение к азартным играм;
- ◆ эротические аддикции, которые делятся на любовные и сексуальные;
- ◆ работолизм;
- ◆ аддикции отношений;
- ◆ спортивные аддикции;
- ◆ компульсивный шопинг (аддикции к трате денег);
- ◆ религиозные аддикции;
- ◆ зависимость от мобильного телефона, интернета, тамагочи, телевидения;
- ◆ пищевые аддикции, которые выражаются в голодании или переедании.

На сегодняшний день процесс воспитания и развития молодёжи проходит в сложных условиях, характеризующихся социально-экономическими преобразованиями в обществе, формированием новой системы ценностных ориентаций и социальных норм, наличием молодёжных субкультур и, как следствие, проявлением различных девиаций [2]. Все перечисленные факторы неблагоприятно влияют на здоровье и образ жизни молодого поколения.

Одна из острейших социальных проблем современной молодёжи – стремление избежать сложностей реальной жизни путем изменения состояния своего сознания, что неизбежно приводит к возникновению у молодых людей склонности к аддиктивному поведению.

Наиболее распространенная классификация причин, обуславливающих возникновение аддиктивности среди молодёжи включает причины следующего характера: социально-экономического, конституционально-биологического, социального, индивидуально-психологического. К социальным причинам относят влияние на личность семейной обстановки, референтной группы, в целом социальной среды, в т.ч. огромное влияние средств массовой информации и успешность или неуспешность адаптации молодого человека к тем или иным социальным условиям общества. Традиционные причины – это причины, свойственные только нашей стране, отдельным ее регионам, слоям и группам населения, например, толерантное отношение к таким явлениям как алкоголизм и табакокурение. К причинам конституционально-биологического характера относят наследственную отягощенность

подростка нервно-психическими заболеваниями, из-за которых он не может реализовать себя иным способом и ищет веселья и необычных ощущений в приеме спиртного или наркотиков.

Причинами индивидуально-психологического характера обычно являются: подражание более старшим или авторитетным сверстникам; стремление соответствовать значимой для личности группе людей; аномальные черты личности такие, как гедонизм, авантюризм, завышенная или заниженная самооценка, повышенная конформность, неустойчивость характера. Именно личностные особенности вызывают отклонения в поведении, напряженность в социальных контактах, что, в свою очередь, может быть связано с возникновением у человека потребности изменить свое психическое состояние; а также попытки нейтрализовать отрицательные эмоциональные переживания [4].

Молодежная популяция Кольского Севера крайне разнообразна и при этом остается наименее изученной частью общества. Теоретический аспект проблем, с которыми сталкивается современная молодежь Кольского Севера, изучение превентивных мер и профилактических технологии являются актуальными вопросами XXI века.

В нашем регионе проблема аддиктивного поведения молодежи наиболее актуальна, и связана она прежде всего с уходом личности от реальных переживаний в виртуальный мир социальных сетей, поиска поддержки в субкультурах, зависимости от химических препаратов, тотальным погружением в компьютерные игры, острое непонимание молодежи города и сельской местности и, как следствие, молодежь затрудняется говорить о своих проблемах, не знает, к кому можно обратиться за помощью в сложной жизненной ситуации.

Кольский Север является особым субъектом Российской Федерации со своими климато-географическими, социокультурными, экономическими особенностями, поэтому проблему зависимости молодежи нашего региона необходимо исследовать непосредственно на выборочной совокупности, состоящей из представителей разных социальных групп Заполярья.

Предварительный анализ проблемы позволил выдвинуть следующую гипотезу: у молодых людей, склонных к аддикциям, преобладают эпилептоидный и лабильный типы личностных акцентуаций, определяющие девиантное поведение личности и характеризующиеся более низкими параметрами жизнестойкости и самооценки, мотивации к социально – активной деятельности, малозначимостью основных жизненных ценностей как на уровне идеалов, так и на уровне поведения.

Экспериментальное исследование аддиктивного поведения у представителей молодежной среды Баренц-региона проводилось с использованием следующего диагностического инструментария: Тест личностных акцентуаций

модифицированный вариант методики ПДО – модификация В.П. Дворщенко, тест «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич), тест смысловых ориентаций (Д.А. Леонтьев), тест-опросник самооценки (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев), Диагностика мотивационной структуры личности (Л.А. Верещагина), «Определение уровня мотивации достижения успеха» (Л.Г. Почебут), «Оценка уровня самоактуализации» (Л.Г. Почебут), «Психологическая готовность к риску» (Шуберт), а также методы количественной и качественной обработки эмпирических данных.

В эксперименте принимали участие представители разных социальных групп Кольского Севера такие, как: студенты высших учебных заведений и среднеспециальных учебных заведений; молодые инвалиды; представители неформальных молодежных объединений; лица, оказавшиеся в тяжелой жизненной ситуации; сельская молодежь; участники волонтерских организаций; активисты творческих объединений; представители религиозных направлений; военнослужащие. Методом независимой выборки было отобрано 300 респондентов в возрасте от 18 до 25 лет.

Приведем примеры результатов исследования по некоторым методикам.

По данным исследования частота встречаемости акцентуаций характера методом ПДО выявлено следующее распределение типов: большое количество молодых людей, у которых выявлен эпилептоидный тип «акцентуации характера» – 38,46%, далее следуют лабильный и гипертимный типы акцентуаций с одинаковым процентным соотношением – 12,82%. Психастенический тип находится на третьем месте по частоте встречаемости – 7,69%. Таким образом, в исследуемых группах, преобладают эпилептоидный, лабильный, гипертимный и психастенический типы. Наличие дополнительных шкал в методике ПДО дали нам следующие показатели: частота встречаемости эмансипированных лиц в исследуемой выборке – 87,17%, по параметру «алкоголизация» – 56,41%. Меньше число лиц с «риском начала употребления наркотических веществ» – 46,15% и лиц с «риском социальной дезадаптации» – 46,15%.

При сопоставлении данных, полученных в результате проведения «Теста личностных акцентуаций» В.П. Дворщенко и анкетного опроса с помощью теста «Склонность к зависимому поведению» В.Д. Менделевича, получены следующие показатели: у 100% испытуемых по данным модифицированного варианта ПДО, определена психологическая склонность к алкоголизации. Из них больше половины опрошенных (66,7%) посещают вечеринки и употребляют алкоголь. Согласно анкетным данным 83,3% опрошенных – конфликтуют с друзьями, родителями, преподавателями, сослуживцами, начальниками. По результатам «Теста личностных акцентуаций», у 66,7% наблюдается выраженная реакция эмансипации, 33,4% опрошенных регулярно курят. У 50% испытуемых, по данным ПДО, выявлен риск употребления наркотических

веществ. По анкетным данным он составил – 16,7%. Также истинный характер суицида встречается у 66,7% испытуемых.

При анализе результатов, полученных с помощью используемых методик, среди представителей молодёжи, которым присущ лабильный тип акцентуации характера вырисовывается следующая картина: 66,7% испытуемых автоматически попадают в группу риска по девиантному поведению, т.к. проживают отдельно от своих семей. Кроме того, все они имеют психологическую склонность к употреблению алкоголя по данным «Теста личностных акцентуаций». Результаты анкетных данных подтверждают употребление спиртных напитков – 66,7% опрошенных. Реакция эмансипации у 50% – умеренная, у второй половины – слабая. У 100% испытуемых с указанным типом акцентуации имеются признаки повышенной конфликтности.

Гипертимный тип. 50% испытуемых, имеющих данный тип акцентуации составляют группу риска в отношении аддиктивного поведения, т.к. проживают либо в неполной семье либо отдельно. Практически у всех определена психологическая склонность к алкоголю. Анализ анкетных данных показал – 50% часто посещают вечеринки, где употребляют спиртные напитки. 75% опрошенных регулярно курят и имеют высокий риск употребления наркотических веществ. Согласно анкетным данным, лишь 25% респондентов признались, что пробовали наркотические вещества. У всех испытуемых в данной группе выявлен риск социальной дезадаптации, при этом у 50% – высокий. У половины испытуемых с указанным типом акцентуации наблюдается очень сильная реакция эмансипации, в то время как у остальных – слабая. Демонстративный характер суицида, по данным модификации ПДО, наблюдается у 75% испытуемых.

По результатам дополнительных шкал, проведенной методики ПДО определена наибольшая склонность к аддиктивному поведению у молодёжи, акцентуации характера которых относятся к эпилептоидному и к лабильному типам. Эти данные подтверждаются и результатами анкетных данных. При сопоставлении выявлено, что у эпилептоидного типа и лабильного типа очень высокие процентные показатели, определяющие аддиктивности.

Анализ смысложизненных ориентаций показал, что для личностей, склонных к зависимости, по сравнению со здоровыми характерны более низкие значения общего показателя осмысленности жизни, целей в жизни, интереса и эмоциональной насыщенности жизни, удовлетворенности самореализацией, представления о себе как о сильной личности, а также управляемости жизнью. Таким образом, зависимой личности не свойственны цели, придающие жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. Эти молодые люди не склонны воспринимать процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный, они не считают себя сильными и обладающими свободой выбора, а убеждены в том, что не способны контролировать свою жизнь самостоятельно.

Значительные различия были обнаружены среди респондентов практически по всем параметрам самоотношения, в результате которых стало очевидным следующее: для представителей молодёжной среды Кольского Севера, склонных к аддикциям, характерны: более низкие значения всех трёх уровней самоотношения, отличающихся по степени обобщённости, а также более низкий уровень глобального самоотношения. Зависимые респонденты негативно относятся к своим способностям, энергии, самостоятельности, негативно оценивают возможности контролировать свою жизнь, не доверяют себе, имеют более низкую самооценку. Им свойственны ожидание того, что за них кто-либо решит их жизненные проблемы при наличии таковых, а также отсутствие интереса к социально-активной деятельности.

Таким образом, полученные результаты эксперимента позволяют утверждать, что выдвинутое предположение нашло своё подтверждение. Действительно, для личности, склонной к аддиктивному поведению, по сравнению со здоровой личностью, характерны более низкие инициативно – личностные значения.

Данные эмпирического исследования можно использовать в качестве основы для разработки и апробирования социально-психологической программы, направленной на профилактику возникновения аддикций среди молодёжи Мурманской области и Республики Карелия. Эта информация необходима для обретения свободы выбора, для развития адаптивных способностей у молодых людей и понимания важности умения жить в реальной жизни и решать жизненно важные проблемы без страха перед действительностью.

Следует отметить, что большую роль в профилактике аддикций играют молодёжные общественные организации, в рамках деятельности которых проводится профилактика аддиктивного поведения, проводящаяся с помощью следующих инструментов:

- ♦ информирование о последствиях употребления психоактивных веществ, участия в азартных играх, а также длительного использования компьютера;
- ♦ формирование навыков здорового образа жизни и антизависимых установок;
- ♦ формирование эффективных стратегий преодоления кризисных ситуаций (стрессоустойчивость);
- ♦ развитие коммуникативных навыков, способности противостоять давлению извне;
- ♦ формирование мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, о нравственно – эстетических ценностях, ценности здорового образа жизни, законопослушности, уважении к человеку, окружающей среде и др.

Особенно эффективен такой метод работы, часто используемый в рамках деятельности молодёжных общественных организаций, как комплекс

тренинговых занятий, тематика которых охватывает спектр проблем, охраны психофизического здоровья и профилактики аддиктивного поведения молодежи Кольского края.

Работа с семьёй также является составляющей системы профилактики молодёжной зависимости. Она может осуществляться в нескольких формах: индивидуальная работа с членами проблемных семей; работа с семьёй в целом; специальные родительские группы; работа с массовой родительской аудиторией, куда входят все члены семьи [6, с. 14]. Не маловажен тот факт, что работа с родителями либо с другими членами семьи может осуществляться как параллельно с другими формами профилактики, так и независимо от них.

Таким образом, существует множество различных направлений работы по профилактике аддиктивного поведения в молодёжной среде, в которой в равной степени принимают участие представители различных сфер: реализация образовательных и профилактических программ и проектов среди молодёжи; изготовление печатной продукции; организация массовых молодёжных мероприятий; организация досуга подростков и молодёжи и т. п. Названные способы профилактики аддикций в молодёжной среде могут использоваться как по отдельности, так и в комплексе. Основным фактором эффективности в данном случае является именно раннее выявление зависимости, если она уже есть.

Литература

1. **Кольцов М.Е.** Психопрофилактика аддиктивного поведения // http://www.pomochnikvsem.ru/kopilka/otklonenie/psikhoprofilaktika_addiktivnogo_povedeniya.doc .- [дата обращения 04.11.2014]
2. **Портал психологических изданий PsyJournals.ru** // http://psyjournals.ru/addictive_behavior/issue/46004.shtml [Особенности аддиктивного поведения студенческой молодёжи – Аддиктивное поведение: профилактика и реабилитация].- [дата обращения 04.11.2014]
3. **Проблемы специальной психологической помощи детям и подросткам: материалы региональной научно – практической конференции, 8 – 9 декабря 2009 г. /** отв. Ред. А.В. Гущина, Т.В. Кузьмичёва. – Мурманск: МГТУ, 2011. – 104 с.
4. **Психология девиантного и аддиктивного поведения** // <http://www.anypsy.ru/content/osnovnye-vidy-addikticii> . – [дата обращения 04.11.2014]
5. **Рожков М. И., Ковальчук М. А.** Профилактика наркомании у подростков: Учебное методическое пособие. – М.: Гуманитарное издание центра ВЛА-ДОС, 2003. – 144 с.
6. **Социальная активность молодёжи как фактор профилактики аддиктивного поведения: Международная студенческая научно – практическая конференция. 2 – 3 декабря 2008 года** // Сб. статей / Под ред. В.Р. Рыбкина, В.В. Кострова и др. – Мурманск: МГТУ, 2009. – 224 с.