

DOI 10.25588/CSPU.2019.91.79.017

УДК 157:614

ББК 88.48: 51.1(2)5

Г. В. Валеева¹, З. И. Тюмасева²

¹ORCID № 0000-0003-3140-1627

Доцент, кандидат психологических наук,
доцент кафедры безопасности жизнедеятельности и медико-биологических
дисциплин, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический
университет, г. Челябинск, Российская Федерация.

E-mail: valeevagv@cspu.ru

²ORCID № 0000-0001-5895-0605

Профессор, доктор педагогических наук,
заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности и
медико-биологических дисциплин, Южно-Уральский государственный
гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Российская Федерация.

E-mail: zit@cspu.ru

СУБЪЕКТИВНЫЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Аннотация

Введение. В статье проблема зависимого поведения (наркозависимость) рассматривается как субъективная проблема, формирующаяся в процессе компенсации односторонности развития человека. Представлены субъективные предпосылки формирования зависимого поведения: «Я-концепция», «жизненный сценарий» и стиль взаимоотношений.

Обоснована актуальность реализации технологии консультативной деятельности по вопросам субъективной составляющей здоровья как обучающее взаимодействие, направленное на оздоровление студентов через достижение их внутренней целостности.

Цель статьи — обосновать и раскрыть субъективные предпосылки формирования зависимого поведения и апробировать технологию консультативной деятельности по вопросам субъективной составляющей здоровья для профилактики аддикций.

Материалы и методы. Методами проведенного исследования являются логико-теоретический анализ психолого-педагогической и эколого-валеологической литературы, посвященной проблемам самосохранительному поведению и здоровью; диагностические методики, включающие наблюдение, описание, беседу, анкетирование, тестирование, методы статистической обработки данных.

Результаты. Выявлены и описаны субъективные предпосылки развития аддикций у студентов педагогического вуза, а также условия, препятствующие их развитию. Разработана технология консультативной деятельности по вопросам субъективной составляющей здоровья как технология профилактики и коррекции зависимого поведения.

Обсуждение. На основании проведенного исследования отмечается, что зависимость от внешних обстоятельств и чужой воли снижает уровень субъектности студентов и приводит к различным проблемам здоровья, поэтому профилактика и психокоррекция зависимого поведения (оздоровления человека) рассматривается как разрешение внутренних противоречий «Я-концепции». Решение этой проблемы происходит в рамках консультирования по вопросам субъективной составляющей здоровья.

Заключение. Авторами делается вывод, что у студентов существуют субъективные предпосылки формирования зависимого поведения. Для достижения внутренней целостности через устранение противоречий «Я-концепции» необходима психологическая помощь. Такой помощью может быть применение технологии консультативной деятельности по вопросам субъективной составляющей здоровья как обучающего взаимодействия, направленного на оздоровление студентов, через достижение их внутренней целостности.

Ключевые слова: «Я-концепция», консультативная деятельность, здоровье, субъективная составляющая, зависимое поведение, оздоровление, взаимоотношение, студенты вуза.

Основные положения:

- выявлены субъективные предпосылки формирования зависимого поведения студентов вуза;
- раскрыт механизм формирования наркозависимого поведения на субъективном уровне;
- апробирована технология консультативной деятельности по вопросам профилактики и коррекции зависимого поведения.

1 Введение (Introduction)

В настоящее время тревожной проблемой является распространение наркомании среди молодежи. Повышение осведомленности обучающихся должно уберечь их от наркозависимости и смотивировать на сохранение своего здоровья. Прогресс общества и будущее России обеспечивается здоровым поколением: людьми психически и физически здоровыми, способными к саморазвитию, имеющими общечеловеческие устремления, социальные эталоны жизни, ценностные ориентации и позитивно реализующие себя в обществе. Исследования Л. Г. Буйнова, Э. Н. Гайнуллиной, А. Е. Личко, Л. П. Макаровой, Т. И. Петраковой, М. Е. Поздняковой, В. П. Соломина, П. В. Станкевича, З. И. Тюмасевой, Г. М. Хасановой и др. показали, что подростки начинают принимать наркотики по многим причинам: неблагополучные семьи, тлетворное влияние сверстников, желание выглядеть «крутым» и независимым в глазах знакомых, случайное или насильственное первичное употребление и слишком быстрое привыкание к наркотическому веществу.

Однако большинство специалистов (С. А. Шеин, Г. В. Талалева, Т. Л. Чугунова, В. М. Ялтонский, Н. А. Сирота и др.) сходятся во мнении, что проблема наркомании должна рассматриваться как физиологическая и личностная проблема, отмечая, что развитие зависимости определяется как генетической предрасположенностью, так

и условиями среды: в 50–60 % случаев вероятность наркомании связана с генетическими факторами, а на 40–50 % зависимость обусловлена внутриличностными противоречиями. Выявлено, если родитель имеет зависимость от наркотиков или алкоголя, риск развития зависимости для ребенка возрастал в 8 раз [1].

Мы рассматриваем зависимость как компенсацию односторонности развития человека, как недостаток опыта развития [2]. Не существует конкретной психологической причины для формирования зависимости, есть совокупность нарушений субъективных факторов («Я-концепция», «смысл жизни», «иерархия приоритетов развития», «тип отношений с Миром» (доминирование, подчинение, партнерство, изоляция)). При определенном характере взаимодействия природно-социальных условий среды с субъективными факторами происходит формирование зависимого поведения (употребление веществ, изменяющих психическое состояние человека, и вызывающих органические поражения в теле). Совокупность нарушений субъективных факторов относится к субъективной составляющей здоровья. При этом *субъективная составляющая здоровья* выполняет интегрирующую и направляющую роль, поэтому психологическая помощь направлена прежде всего на нее.

2 Материалы и методы (Materials and methods)

Исследование субъективных предпосылок формирования зависимого поведения обучающихся проводилось на базе Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета в течение 8 лет (с 2011 по 2018 гг.). В нем принимали участие 2010 студентов первого курса, из них 1340 девушек в возрасте от 17 до 19 лет.

Для сбора эмпирических данных использовали «Программу комплексной диагностики субъективной составляющей здоровья «Гармония» и «Самоактуализационный тест (А. Маслоу)» [2]. Для изучения «Я-концепции» как системообразующего фактора, который дает возможность описать субъективную составляющую здоровья, была

использована технология личностного развития «Психология образа». Исследование склонности студентов к отклоняющемуся поведению проводилось при помощи методики А. Н. Орла [3].

3 Результаты (Results)

В процессе исследования выявлено отношение студентов к факторам, противоречащим понятию «здоровый образ жизни». Из 159 студентов первого курса 30,2 % не курят; курящих составило 37,08 %, не употребляющих алкоголь — 14,4 %; употребляющих алкоголь — 24 %; иногда пьют спиртное — 61,5 %. У студентов (37,6 %) наблюдается страх перед употреблением наркотиков; 53,8 % студентов с сочувствием относятся к тем, кто уже принимает наркотические вещества, и в группу риска входит 8,6 % обучающихся.

Изучая склонность к отклоняющемуся поведению у первокурсников (девушки 17–19 лет) по методике А. Н. Орла, отмечаем, что у 20 % студентов наблюдается предрасположенность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению; у 20 % — уход от реальности посредством изменения своего психического состояния, они склонны к иллюзорно-компенсаторному способу решения личностных проблем; у 20 % студентов отмечаются признаки агрессии и насилия; 20 % обучающихся склонны к противоправным действиям, которые несут в себе вред окружающим (делинквентному поведению); 33 % испытуемых имеют склонность к преодолению норм и правил и 13 % — испытывают слабый волевой контроль над эмоциональными ситуациями.

Анализ полученных данных подтвердил необходимость в изучении субъективных предпосылок формирования зависимого поведения и возможности психологической помощи.

Обработка материалов показала, что 50–62 % студентов первого курса нуждается в психологической поддержке, так как у них существуют различные проявления психо-эмоциональной дезадаптации (не здоровье–не болезнь) и отмечается средний и низкий уровень психологической готовности к оздоровлению.

Объективные показатели социальной составляющей здоровья у всех респондентов в норме: положительная динамика успеваемости, посещаемости занятий и наличия рефератных групп. Однако субъективные показатели следующие: у 100 % студентов крайне высокая стрессонапряженность (более 300 баллов оценка стрессоустойчивости по Холмсу и Раге) — угроза психосоматического заболевания. Актуальные потребности студентов (Тест А. Маслоу): защита и безопасность актуальны для 44 % студентов; любовь и принадлежность — для 32 %; самоуважение — для 24 %. Ценности примерно у 50 % студентов носят эгоцентрическую направленность.

Поэтому на социальном уровне мы можем характеризовать образ жизни студентов как субъективно опасный, но объективно безопасный — «Иллюзия опасности».

Субъективная составляющая здоровья определяется влиянием внутренней системы факторов («Я-концепция», смысл жизни, иерархия приоритетов развития, технология построения отношений с Миром) на сохранение динамического равновесия между адаптационными возможностями организма и постоянно меняющимися условиями среды. Ядром этой системы факторов является: «Я-концепция». Качество субъективной составляющей здоровья характеризуется состоянием психологических характеристик личности. Проблема субъективной составляющей здоровья заключается в совокупности субъективных трудностей, выраженных через состояния психических характеристик личности, которые нарушены у 50–62 % студентов.

Анализ полученных данных при исследовании «Я-концепции» показал, что 50 % студентов импульсивны, у 30 % проявляется эмоциональный тип восприятия и реагирования и только у 20 % девушек наблюдается разнообразие в восприятии и реагировании; у 70 % респондентов диагностируется ярко выраженный эгоцентризм, но 30 % способны рассматривать чужую точку зрения как заслуживающую внимания; для 60 % респондентов актуальны проблемы, связанные с личностным развитием, а для 40 % актуальны вопросы вза-

имоотношения с «Миром»; мечтают «быть нужной» и «развиваться» 40 % студенток; 20 % мечтают об эмоциональном разнообразии; 60 % боятся потерять контроль, 40% — стать ненужными; 70 % видят ресурс в своих эмоционально-волевых особенностях, 10 % — в отношении к жизни, 20 % — его не осознают.

80 % студентов имеют «неодушевленную» «Я-концепцию», что говорит об отсутствии проявлений субъективной активности и высоком уровне зависимости от внешних обстоятельств и чужой воли, а у 50 % студентов «Я-концепций» не имеют определенной структуры и относятся к области иллюзий («полет фантазий», «фантазия», «мир», «небо», «розовая дымка» и т. п.).

Анализ запроса на психологическую помощь показал понимание самими студентами проблем своего здоровья. Обращаются за психологической помощью по поводу нарушения самооценки («я не уверен в себе») 43 % студентов; по поводу межличностных отношений и трудностей в эмоционально-чувственной сфере — 23 %; по поводу в самореализации — 19 %; с определением жизненных целей — 8 %; по поводу психосоматических проявлений — 7 % студентов.

Для оказания психологической помощи студентам по вопросам субъективной составляющей здоровья мы разработали технологию индивидуально-групповой консультативной деятельности по вопросам субъективной составляющей здоровья.

Под консультированием по вопросам субъективной составляющей здоровья понимаем организацию и сопровождение процесса осознания и разрешения человеком страданий, вызванных нарушением динамического равновесия между его адаптационными возможностями и постоянно меняющимися условиями среды. Такое консультирование является творческим процессом, в ходе которого происходит как исследование отношения к нарушению этого равновесия, так и поиск путей его восстановления на новом уровне развития [4; 5].

Технология консультативной деятельности по вопросам субъективной составляющей здоровья включает шесть стадий: согласова-

ние ожиданий; анализ субъективной составляющей здоровья; психологическую работу с «Я-концепцией» и «жизненным сценарием» как с системообразующими факторами образа жизни; определение и коррекцию стиля взаимоотношений; прогнозирование здорового образа жизни; моделирование студентом сценария здорового образа жизни.

После процесса консультирования по вопросам субъективной составляющей здоровья, включающего до двенадцати сессий, *повышается уровень психологической готовности к оздоровлению*: дезадаптация по психоэмоциональному, когнитивному, психофизическому компонентам психологической готовности к оздоровлению и показателю «агрессия», ценностно-мотивационный компонент статистически значимо снижается ($p < 0,03(0,025)$; $p < 0,02 (0,011)$; $p < 0,01 (0,002) (0,000)$; $(0,000;0,001) (0,002)$); а сформированность «ценностей-средств», соответствующих сформированной готовности к деятельности, статистически значимо повышается ($p < 0,03 (0,025)$).

4 Обсуждение (Discussion)

Результаты исследования по формированию зависимого поведения позволяют сделать вывод о том, что большинство респондентов зависимы от внешних обстоятельств и чужой воли и им сложно воспринимать себя субъектами.

«Я-концепции» приводят к формированию ограничивающего сценария жизни «Отрицание» — «Не делай (ничего не делай)», «Не чувствуй», «Чувствовать опасно», который проявляется на социальном и на эмоционально-чувственном уровне отношений человека с миром и не позволяет самоутвердиться через единение (профессиональное, личностное, социальное). Ограничение рождается из-за конфликта между актуальными потребностями в самоутверждении, любви и ограничивающими установками: «Я не имею права», «Я — человек маленький», «Чувствовать — опасно» — как внутренними составляющими «Я-концепции». Этот конфликт формирует избегающее, зависимое поведение [2; 5].

Исследования отклоняющегося поведения первокурсников (девушки 17–19 лет) по методике А. Н. Орла показали, что будущие учителя склонны к преодолению норм и правил, что выражается в развитии аддикций, которые связаны со слабым уровнем волевого контроля над эмоциональными ситуациями и склонностью к самоповреждающему и саморазрушающему поведению. У студентов педвуза существуют субъективные предпосылки для развития аддикций.

С целью проведения профилактики и психокоррекции зависимого поведения студентов необходимо разрешить внутренне противоречие «Я-концепции». Решение этой проблемы происходит в рамках консультирования по вопросам субъективной составляющей здоровья [6; 7; 8].

Путь оздоровления личности начинается с принятия ответственности за свою проблему (1 стадия консультирования), осознание реальной проблемы, которая всегда связана с конфликтом «могу» — «хочу» (2 стадия консультирования), осознание смысла жизни, своей «Я-концепции» и жизненного сценария, а также возможности их изменения, что позволяет личности управлять своей жизнью и развиваться в гармонии собой и своим предназначением, а это делает жизнь человека осмысленной, а его самого счастливым (3 стадия консультирования). На четвертой стадии консультирования человек, опираясь на смысл жизни, измененные «Я-концепцию» и жизненный сценарий, учится технологии субъект-субъектного взаимодействия с миром, что позволяет ему быть успешным по-настоящему. На пятой стадии консультирования студент, опираясь на новое понимание себя и своих возможностей в отношениях с миром, учится прогнозированию и моделированию здорового образа жизни через выстраивание иерархии приоритетов развития как основного условия личностного самоуправления. Завершается консультирование тем, что консультант вместе со студентом моделирует сценарий здорового стиля жизни: альтернативные варианты отношения человека к жизни, более перспективные формы поведения, расширение мотивационной сферы личности и др.

Статистически значимое повышение уровня психологической готовности к оздоровлению после процесса консультирования по вопросам субъективной составляющей здоровья говорит о повышении внутренней целостности респондентов и, соответственно, о снижении угрозы формирования зависимого поведения.

5 Заключение (Conclusion)

В заключение отметим, что образ жизни студентов на социальном уровне характеризуется как «субъективно опасный, но объективно безопасный — «Иллюзия опасности». У них существуют субъективные предпосылки для развития аддикций, но хороший социальный контроль поведенческих реакций и культурно-социальная среда вуза, а также здоровая среда снижает этот риск до 50 % студентов. Для оздоровления человека (профилактики и психокоррекции зависимого поведения) необходимо разрешить внутреннее противоречие «Я-концепции», используя технологию консультативной деятельности по вопросам субъективной составляющей здоровья. Результаты показали, что проверяемая технология консультативной деятельности позволяет оказывать студентам психологическую помощь, они становятся более спокойными, толерантными по отношению к окружающим, гибкими и работоспособными. Представления у них о своих возможностях становятся целостнее. Средства достижения целей меняются на более альтруистические: чуткость, жизнерадостность, ответственность, широта взглядов, честность, терпимость к недостаткам других, а также растет их профессиональная компетентность и адаптированность.

Библиографический список

1. Бернс Р. Развитие «Я-концепции» и воспитание // пер. с англ. М. : «Прогресс», 1986. С. 30–66.
2. Валеева Г. В. Консультирование по вопросам субъективной составляющей здоровья // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2018. № 2 (30). С. 112–119.
3. Орел А. Н. Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) : тест по психологии / Социальная сеть работников образования «Nportal.ru» : [сайт]. URL: <https://nportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2015/04/28/metodika-diagnostiki-sklonnosti-k-otklonyayushchemusya> (дата обращения: 15.10.2019).

4. Глединг С. Психологическое консультирование. СПб. : «ПИТЕР», 2002. – 730 с.

5. Тюмасева З. И., Валеева Г. В. Технология консультативной деятельности по вопросам субъективной составляющей здоровья обучающихся // Вестник ВЭГУ. 2018. № 5 (97). С. 128–135. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36288703> (дата обращения: 15.10.2019).

6. Доля А. А., Моисеев В. Г. Психологические особенности наркозависимых // Молодой ученый. 2018. № 18. С. 435– 438. URL: <https://moluch.ru/archive/204/49789/>. (дата обращения: 27.09.2019).

7. Интегративная модель преодоления стресса студента и преподавателя: коррекция отношений в образовательном, профессиональном и личностном взаимодействии / Г. К. Касымова [и др.] // Bulletin of the national academy of sciences of the republic of Kazakhstan. 2019. № 3. С. 169–179. – ISSN 2518–1467.

8. Феномен тьюторства в здоровьесбережении: факторы риска и устойчивости / З. И. Тюмасева [и др.] // Образование и наука. 2018. Т. 20. № 9. С. 139–157.

G. V. Valeeva¹, Z. I. Tyumaseva²

¹ORCID No. 0000-0003-3140-1627

Associate Professor, candidate of psychological Sciences,
Associate Professor of the Department of life safety and biomedical
Disciplines, South Ural State Humanities-Pedagogical
University, Chelyabinsk, Russia.

E-mail: valeevagv@cspu.ru

²ORCID No. 0000-0001-5895-0605

Professor, Doctor of Sciences (Education),
Manager of Department of Health, Safety and Medicobiological Disciplines,
South Ural State Humanities Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia.

E-mail: zit@cspu.ru

THE SUBJECTIVE PREREQUISITES OF THE FORMATION DEPENDENT BEHAVIOR OF UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

Introduction. In the article, the problem of dependent behavior (drug addiction) is considered as a subjective problem, which is formed in the process of compensation of one-sidedness of human development. The subjective prerequisites for the formation of dependent behavior are presented: "I-concept", "life scenario" and the style of relationships.

The urgency of realization of technology of Advisory activity on issues a subjective component of health as the training interaction directed on improvement of students, through achievement of their internal integrity is proved.

The purpose of the article is to substantiate and reveal the subjective prerequisites for the formation of dependent behavior and to test the technology of Advisory activity on the issues on the subjective component of health for the prevention of addictions.

Materials and methods. The method of the research is the logical-theoretical analysis of psychological-pedagogical and ecological-valeological literature devoted to the problems of self-preservation behavior and health; diagnostic methods, including observation, description, conversation, questioning, testing, methods of statistical data processing.

Results. The subjective prerequisites for the development of addictions in students of pedagogical University, as well as the conditions that prevent their development, are identified and described. The technology of Advisory activity on the subjective component of health as a technology of prevention and correction of dependent behavior is developed.

Discussion. Based on the study, it is noted that dependence on external circumstances and the will of others reduces the level of subjectivity of students and leads to various health problems, so prevention and psychocorrection of dependent behavior (personal improvement) is considered as a resolution of internal contradictions of the "I-concept". The solution to this problem occurs within the framework of counseling on the issues on the subjective component of health.

Conclusion. The authors conclude that students have subjective prerequisites for the formation of dependent behavior. Psychological help is needed to achieve inner integrity through the elimination of contradictions of the "I-concept". Such assistance can be the use of technology Advisory activities on the issues on the subjective component of health, as a learning interaction aimed at improving the health of students, through the achievement of their internal integrity.

Keywords: "I-concept", Advisory activity, health, subjective component, dependent behavior, health improvement, attitude, University students.

Highlights:

Subjective preconditions of formation of dependent behavior of University students are revealed;

The mechanism of formation of drug-dependent behavior at the subjective level is revealed;

The technology of Advisory activity on prevention and correction of dependent behavior was tested.

References

1. Burns R. (1986) *Razvitie «YA-koncepcii» i vospitanie* [The Development of the "I-concept" and education]. Moscow, «Progress». P. 30–66. (In Russian).
2. Valeeva G.V. (2018) *Konsul'tirovanie po voprosam sub"ektivnoj sostavlyayushchej zdorov'ya* [Consulting on the issues on the subjective component of health]. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i social'noj raboty*. 2 (30), 112–119. (In Russian).
3. Orel A.N. *Metodika diagnostiki sklonnosti k otklonyayushchemusya povedeniyu (SOP) (test po psikhologii)* [Method of diagnostics of propensity to deviant behavior (SOP)]. *Social'naya set' rabotnikov obrazovaniya «Nsportal.ru»*. Available at: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2015/04/28/metodika-diagnostiki-sklonnosti-k-otklonyayushchemusya> (Accessed: 15.10.2019). (In Russian).
4. Gladding S. (2002) *Psichologicheskoe konsul'tirovanie* [Psychological counseling]. St. Petersburg, "PITER". 730 p. (In Russian).
5. Tyumaseva Z.I., Valeeva G.V. (2018) *Tekhnologiya konsul'tativnoy deyatel'-nosti po voprosam sub"yektivnoy sostavlyayushchey zdorov'ya obuchayushchikhsya* [Technology Advisory leader-news on the issues of the subjective component of health of students]. *Vestnik Vostochnoy ekonomiko-yuridicheskoy gumanitarnoy akademii*. 5 (97), 128–135. Available at: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36288703> (Accessed: 15.10.2019). (In Russian).
6. Dolya A.A., Moiseev V.G. (2018) *Psichologicheskiye osobennosti narkozavi-simykh* [Psychological characteristics of drug addicts]. *Molodoj uchenyj*. 18, 435–438. Available at: <https://moluch.ru/archive/204/49789/>. (Accessed 27.09.2019) (In Russian).
7. Kassymova K.G., Tyumaseva Z.I., Valeeva G.V., Lavrinenko S.V., Arpentieva M.R., Kenzhaliyev O.B., Duvalina O.N. & Kosov A.V. (2019) *Integrativnaya model' preodoleniya stressa studenta i prepodavate-lya: korrektsiya otnosheniy v obrazovatel'nom, professional'nom i lichnostnom vzaimodeystvii* [Integrative model of student and teacher stress coping: the correction of relations in educational, professional and personal interaction]. *Bulletin of National academy of sciences of the Republic of Kazakhstan*. 3, 169–179. ISSN 1991–3494. DOI: 10.32014/2019.2518-1467.83. (In Russian).

8. Tyumaseva Z.I., Orekhova I.L., Valeeva G.V., Salamatov A.A. & Kalgina E.V. (2018) *Fenomen t'yutorstva v zdorov'esberezhenii: faktory riska i ustojchivosti* [Phenomenon of tutorism in healthsaying: risk factors and sustainability]. *Obrazovanie i nauka*. 20, 9, 139–157. (In Russian).

