

## Психологические особенности аддиктивного поведения первокурсников на этапе адаптации в вузе

Минюрова С.А., Каневская Т.М.

*Psychological aspects of features of first-year students with various level of propensity to addictive to behavior: the addictive behavior of the person is closely connected with processes of socially-psychological adaptation. Revealing of psychological features of first-year students at the training initial stage will allow us to introduce in due time corrective amendments in specially developed program for efficiency of support of first-year students in adaptation.*

**Key words:** *the addictive behavior, type addictive behavior, first-year students, adaptation, the educational environment of high school.*

### ВЪВЕДЕНИЕ

Целью современного высшего образования является не только качественная подготовка молодых людей к профессиональной деятельности, но и создание оптимальных условий для раскрытия и реализации их возможностей, способностей, потребностей, которые позволят студентам успешно адаптироваться к новым условиям, находить средства преодоления и разрешения жизненных проблем. В процессе адаптации к вузу происходит активное усвоение студентом специфики новых условий жизнедеятельности. Этот период связан с переходом от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости, когда подростковый опыт уже недостаточен для нормального самочувствия, а опыт взрослой жизни еще не освоен. Психологические особенности юношеского возраста, а также новый социальный статус «студента-первокурсника» резко повышает риск проявления у молодого человека аддиктивного поведения в период адаптации к новым жизненным условиям.

Аддиктивное поведение – один из типов девиантного (отклоняющегося) поведения, который проявляется в стремлении человека к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности с целью развития и поддержания интенсивных эмоций (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских). Аддикция выступает как «стимулятор, с помощью которого человек пытается справиться с состоянием психологического дискомфорта» [1, с.15]. Суть аддиктивного поведения заключается в том, что, стремясь уйти от реальности, люди пытаются искусственным путем изменить свое психическое состояние, это дает иллюзию безопасности, восстановления равновесия. Однако на самом деле, аддикция – это процесс отрицания реальности и своего Я. Аддиктивное поведение является ущербно-адаптивным, несовершенным способом приспособления к слишком сложным для человека условиям деятельности и общения.

К психологическим факторам риска проявления аддиктивного поведения исследователи относят: незрелость личности, слабость или недостаточную способность к внутреннему диалогу, низкую переносимость психологических стрессов, высокую потребность в изменении состояния сознания как средстве разрешения внутренних противоречий и конфликтов, привлекательность возникающих ощущений и переживаний, выработку гедонистических установок, отсутствие социальных интересов, стремление к самоутвержению. В.Н. Мясищев отмечал: если условия для развития личности неблагоприятные, то формируется недоверчивая, подозрительная, изначально неуверенная и ощущающая свое одиночество, незрелая личность. Так закладывается одна из предпосылок аддиктивного типа реагирования. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева считает, что возникновение аддиктивного поведения характерно для лиц с «нездоровыми»

ценностными ориентациями. Такие люди из-за сложившейся невротической структуры личности не имеют других выборов реагирования на стрессовые факторы и не осознают себя как активного творца собственной жизни, имеют затруднения в сфере контроля. По мнению В. Менделевич, зависимость возникает, как правило, в связи с неэффективно разрешаемыми кризисами. Т.А. Емельянова полагает, что аддиктивное поведение – это своеобразная задержка взросления личности с наличием искажений в проживании типичных возрастных кризисов. С нашей точки зрения, для раскрытия психологических особенностей аддикций, необходим анализ их проявления на эмоциональном, поведенческом, когнитивном уровнях.

Аддикция начинает формироваться на эмоциональном уровне. С одной стороны, аддикты напоминают детей, следующих эмоциональному импульсу и делающих то, что им нравится [4]. У них высока потребность в ощущениях, стимуляции. Для них характерны гедонистические установки, мотивационная цель которых определяется как наслаждение или чувственное удовольствие. С другой стороны, для аддиктов характерно нарушение эмоциональной стабильности, у них могут развиваться и укрепиться такие явления как потеря чувства безопасности, страх перед действительностью, недоверие к окружающим.

На поведенческом уровне лица, предрасположенные к развитию аддикций, при решении жизненных проблем испытывают большие затруднения в использовании своих внутренних ресурсов в связи с комплексом неуверенности в себе. При поверхностном общении они могут производить впечатление открытых, «беспроблемных», оптимистичных людей. Однако, им не свойственна глубокая привязанность, проявление участия и сопереживания. По существу, аддикты очень одинокие люди [5]. Нарастание изоляции от межличностных контактов является основной проблемой любой аддикции [6]. Это вызывает нарастание психологического дискомфорта, создает основу для поиска аддиктивного выхода на фоне стойких нарушений саморегуляции и самоконтроля (Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, S. Dowling, E. Jacobson).

На когнитивном уровне при развитии аддикций наблюдается искажение ценностных ориентаций человека. Обнаруживается постепенное «сползание» от вышележащих к нижележащим ступеням ценностной и смысловой сфер (М.Г. Яницкий, Д.В. Четвериков). Таким образом, может произойти разрушение личности.

С целью предупреждения у молодых людей аддиктивного поведения, нами проведено эмпирическое исследование психологических особенностей студентов-первокурсников с различным уровнем склонности к проявлению аддикций в период адаптации к вузу. В исследовании участвовали первокурсники Уральского государственного педагогического университета (г. Екатеринбург). Общее число респондентов – 174 человека из 19 учебных подразделений университета. Половозрастной состав выборки: 84 девушки и 90 юношей. Средний возраст респондентов – 17,2 года. Для выявления особенностей проявления аддикций были использованы: методика исследования самоотношения (МИС) С.Р. Пантилеева, тест «Диагностика межличностных отношений» (ДМО) Т. Лири (эмоциональный уровень); тест «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой, «Тест жизнестойкости» Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказовой, методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) А.Н. Орел (поведенческий уровень); «Методика изучения ценностей личности» Ш. Шварца в адаптации В.Н. Карандашева (когнитивный уровень). Обработка полученных данных осуществлялась с помощью программы STATISTICA 6.0.

На первом этапе ко всему массиву исходных данных применялся метод многомерной группировки, позволяющий разделить выборку на качественно однородные группы (для определения оптимального числа групп использовался коэффициент Стенджерсса). В результате были выделены две группы испытуемых в

зависимости от уровня склонности к проявлению аддикций. На втором этапе полученные данные каждой группы подверглись факторному анализу варимакс-методом с применением преобразования Кайзера и метода Р. Кеттелла («каменистая осыпь»). Выделенные факторы могут быть рассмотрены как ряд последовательных состояний участников исследования, отражающих смену проявления склонности к аддикциям на определенном временном отрезке в период адаптации к образовательной среде вуза.

В первой группе, в которую вошли студенты с низким уровнем склонности к аддикциям, обнаружены два фактора. Первый фактор объясняет 21,31% общей дисперсии, является биполярным. На одном его полюсе объединились переменные, характеризующие регуляторные умения и качества личности: моделирование поведения (здесь и далее указана нагрузка на фактор - 0,690), саморукводство (0,661), гибкость поведения (0,636), общий уровень саморегуляции (0,625), вовлеченность (0,771), контроль (0,804), принятие риска (0,648), жизнестойкость (0,823); эмоциональный компонент личности: самоуверенность (0,752), отраженное самотношение (0,686), самоценность (0,742), самопринятие (0,624), самопривязанность (0,638). На другом полюсе оказался показатель, характеризующий склонность к самообвинению (0,644). Этот фактор назван нами «Целеустремленность и самоуважение». Он отражает осознанное стремление студентов к управлению собственной активностью, направленность на достижение целей, способность выделять значимые внутренние и внешние условия для их достижения как в текущей деятельности, так и в перспективном будущем. Первокурсник убежден в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности. Он получает удовольствие от собственной деятельности и уверен в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего; ощущает, что сам выбирает жизненный путь. В ситуации экзистенциальной дилеммы делает выбор в пользу будущего (неизвестности), а не прошлого (неизменности).

Второй фактор (13,16% общей дисперсии) является униполярным. Он объединяет переменные, отражающие идеалы, ценности личности на уровне убеждений («власть» - 0,601) и индивидуальные приоритеты, наиболее часто проявляющиеся в социальном поведении первокурсников («достижение» - 0,717). В этот фактор входят также переменные, характеризующие представление первокурсника о себе: подчиненность (0,787), альтруистичность (0,760), подозрительность (0,728), эгоистичность (0,719), дружелюбие (0,706), авторитарность (0,686), агрессивность (0,677), зависимость (0,601). Этот фактор получил название «Критичность и стремление к достижениям». Категории, используемые первокурсником для описания специфики оценивания собственного поведения, имеют следующие характеристики: с одной стороны, он считает себя уверенным, упорным и настойчивым, успешным в делах, любит давать советы и требует к себе уважения. С другой стороны, он ожидает помощи и советов, доверчив, склонен к восхищению окружающими, порой беспомощен, не умеет проявить сопротивление, искренне считает, что другие всегда правы. Первокурсник склонен к сотрудничеству, кооперации, гибок, готов пойти на компромисс при решении проблем, в конфликтных ситуациях. В социальном поведении студент демонстрирует направленность на личный успех через активное проявление собственной компетентности в соответствии с социальными стандартами.

Таким образом, в группе первокурсников с низким уровнем склонности к аддикциям выявлены факторы: «Целеустремленность и самоуважение», «Критичность и стремление к достижениям». Этот тип аддиктивности мы назвали «Направленность на профессиональный и личностный рост». Подобный тип характерен для студентов на начальном этапе обучения. Пытаюсь

сориентироваться в многообразии вузовской жизни, первокурсник ставит перед собой цели, стремится к достижениям, обдуманно действует, с долей критики оценивает социальные явления и окружающих людей. Однако первокурсник при этом нуждается в поддержке со стороны сильной личности. Вчерашнему школьнику, который только входит в новый для него учебно-профессиональный коллектив, в период адаптации особенно нужна помощь компетентных специалистов.

Во второй группе, в которую вошли студенты с высоким уровнем склонности к аддикциям, обнаружены два фактора. Первый фактор (15,27% общей дисперсии) является униполярным. Он объединяет переменные, отражающие: ценности личности на уровне индивидуальных приоритетов наиболее часто проявляющаяся в социальном поведении первокурсника («стимуляция» - 0,605), особенности внутренней динамики самосознания («самоуверенность» - 0,686) и способность, готовность, первокурсника активно и гибко действовать в ситуации стресса, трудностей («жизнестойкость» - 0,794, «контроль» - 0,756, «вовлеченность» - 0,698). Это фактор раскрывает, на наш взгляд, отсутствие самостоятельных целей у первокурсника. Он постоянно находится в поиске новизны, глубоких переживаний, ищет нечто стоящее, считая себя вовлеченным и контролирующим происходящие жизненные события. Можно предположить, что даже без внешнего инициирования, первокурсник способен найти в окружающем мире объект или субъект зависимости. Ведь привлечь, прельстить можно только того, в ком уже созрело искушение. Фактор был назван нами: «Поиск стимула как отсутствие личностного самоопределения».

Второй фактор (11,64 % общей дисперсии) является униполярным и объединяет многообразие переменных, характеризующих представление первокурсника о своем поведении. Первокурсник считает себя агрессивным (0,749), авторитарным (0,729), эгоистичным (0,727), альтруистическим (0,724), подчиняемым (0,671), дружелюбным (0,685), зависимым (0,658). Этот фактор, по нашему мнению, отражает некоторую двойственность первокурсника при оценке собственного поведения. С одной стороны, он пытается характеризовать себя как человека ответственного, уверенного, успешного, требующего к себе уважения, с другой стороны, оценивает свое поведение как «зависимое» и «подчиняемое». Он ожидает помощи и советов, доверчив, порой искренне считает, что другие всегда правы, стремится найти опору в ком-либо более сильном и при этом готов подчиняться более сильному без учета ситуации. Критичность по отношению ко всем социальным явлениям и окружающим людям отсутствует. Этот фактор получил название «Противоречивая самооценка поведения».

Таким образом, в группе первокурсников с высоким уровнем склонности к аддикциям выявлены факторы: «Поиск стимула как отсутствие личностного самоопределения», «Противоречивая самооценка поведения». Этот тип аддиктивности мы назвали «Несформированность самостоятельных целей и отсутствие критичности». Возможно, первокурсник, который направляет все свои силы на поиск новизны, стимула, запускающего эйфорию, стремится уйти от реальной действительности любым доступным способом. Для него важна интенсивность переживаний и специфический способ смены эмоциональных переживаний. У первокурсника, чтобы забыть о существовании сложно решаемых проблем и не искать способов их преодоления, в этом случае могут формироваться различные варианты зависимого поведения. Исходя, из концепции аддиктивного поведения [4], у такой личности постепенно снижается уровень требований и критики к окружающим и самому себе, что может сопровождаться упрощением личности с нивелировкой личностных свойств, вплоть до ее постепенной деградации. Основным мотивом поведения становится активное стремление к изменению неудовлетворяющего психического состояния, которое представляется скучным,

однообразным и монотонным. В таком случае естественные адаптационные возможности молодого человека будут нарушены. Возможно, когда он окажется в ситуации хронического стресса, вместо направления своих усилий на овладение ситуацией, он предпочтет либо отрицание самого существования этой ситуации, либо уход от ее решения. Важно помочь студенту определиться с собственной системой ценностей, на основе которой он мог бы принять ответственность за собственную жизнь, выстроить траекторию профессионального и личностного роста, стать успешной личностью, свободной от различного рода зависимостей.

Итак, проведенное исследование позволило выявить психологические особенности первокурсников с различным уровнем склонности к аддикциям. Для профилактики развития аддикций необходима разработка специальных программ психолого-педагогического сопровождения первокурсников в период адаптации. Система современного высшего профессионального образования должна ориентироваться на развитие личностных качеств студента, которые позволят ему успешно адаптироваться, осуществлять в дальнейшем самообразование и самовоспитание, добиваться жизненных успехов, находить средства преодоления и разрешения проблем не прибегая к различным способам изменения своего психического состояния.

#### ЛИТЕРАТУРА

- [1] Большая психологическая энциклопедия. – М.: Эксмо, 2007.
- [2] Каневская, Т.М., Середа В.А. Пропаганда ценностей здорового образа жизни как средство профилактики зависимостей в студенческой среде педагогического вуза: теория и практика [Текст] / Т.М. Каневская, В.А. Середа // Педагогическое образование в России. – 2011.- № 4. – С.87-95.
- [3] Карандашев, В.Н., Методика Шварца для изучения ценностей личности [Текст]: концепция и метод. рук. /В.Н. Карандышев. – СПб : Речь, 2004.
- [4] Короленко, Ц.П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития // Обзор психиат. и мед. Психол., 1991/1
- [5] Короленко, Ц.П., Дмитриева, Н.В. Психосоциальная аддиктология [Текст] / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. - Новосибирск, Издательство «Олсиб», 2001 – 251 с.
- [6] Леонова Л.Г., Бочкарева Н.Л. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте. Учебно-методическое пособие. Новосибирск. 1998.
- [7] Леонтьев, Д.А. Тест жизнестойкости [Текст]: руководство / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М. : Смысл, 2006. – 63 с.
- [8] Менделевич, В.Д. Клиническая и медицинская психология: Практическое руководство. М.: МЕДпресс, 2001. – 592 с.
- [9] Моросанова, В.И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) [Текст]: руководство / В.И. Моросанова. – М. : Когито-Центр, 2004 - 44 с.
- [10] Орел, А.Н. Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению [Текст]: руководство / А.Н. Орел.- НПЦ «Психодиагностика», Ярославль, 1999.
- [11] Пантелеев, С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система [Текст]: руководство / С.Р. Пантелеев. – М., 1991.

#### За контакти:

Проф. С. А. Минюрова, д-р психол. н. - Уральский государственный педагогический университет, институт психологии, кафедра общей психологии, Екатеринбург, (343) 235-76-61, [minyurova@uspu.ru](mailto:minyurova@uspu.ru)

Т. М. Каневская - Уральский государственный педагогический университет, институт психологии, кафедра общей психологии, Екатеринбург, [kanevskayat@mail.ru](mailto:kanevskayat@mail.ru)

**Докладът е рецензиран.**