

А. А. Григорьева, Ю. П. Поваренков

Феномен самореализации как условие профилактики аддиктивного поведения

Работа выполнена при поддержке РГНФ. Проект № 15–06–10290 «Системогенетическая концепция профессионального становления и сопровождения личности на современном этапе социально-экономического развития общества»

Статья посвящена исследованию самореализации в контексте проблемы первичной профилактики аддиктивного поведения подростков и лиц юношеского возраста. В статье рассматриваются подходы к самореализации как критерию и условию психологического здоровья и успешного развития личности. В эмпирической части приведено исследование показателей самореализации педагогов дополнительного образования и их взаимосвязь с уровнем готовности к реализации психопрофилактических мероприятий.

Ключевые слова: самореализация, первичная профилактика, аддиктивное поведение, юношеский возраст, педагоги дополнительного образования, образовательная среда, психологическое здоровье личности.

A. A. Grigorieva, Yu. P. Povarionkov

The Phenomenon of Self-Realization as a Condition of Addictive Behaviour Prevention

The article is devoted to the study of self-realization in the context of primary prevention of teenagers' addictive behaviour. The article discusses approaches to self-realization as a criterion and condition of psychological health and successful development of the personality. In the empirical part there is presented the study of self-realization indicators of further education teachers and their correlation with the level of preparedness for the implementation of psycho-prophylactic measures.

Keywords: self-realization, primary prevention, addictive behaviour, adolescence, teachers of further education, educational environment, psychological health of a person.

Введение. Проблема аддиктивного поведения среди подростков и лиц юношеского возраста носит комплексный характер, включая нарушения здоровья на всех уровнях: на телесном – соматические, физические, репродуктивные показатели; на душевном – психическое и психологическое здоровье; на духовном – обретение смысла жизни. В. Франкл, И. Ялом, Г. Райх, Т. Николсон указывают на проблему отсутствия смысла и самореализации как одну из центральных при формировании химических и нехимических видов зависимости. Отечественные исследования также подтверждают значимость процесса самореализации и ее блокады в проблеме аддиктивного поведения (Т. Г. Бохан, Т. Б. Берлизова, Е. А. Евстигнеева, В. Н. Кузнецов, О. Н. Галажинская и др.). В аддиктивном поведении подростки и юноши реализуют поведение, в котором присутствует «иллюзорная реальность». Альтернативная жизнь и идентичность в юношеском возрасте при химической зависимости создает искусственные смыслы, а следовательно, становится суррогатом

самореализации. Феномен самореализации, таким образом, можно рассматривать как критерий психического здоровья и успешного жизненного пути (А. Бандура, К. Хорни, А. Маслоу, Дж. Энжел, В. Франкл, К. А. Альбуханова-Славская, А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский, М. М. Орлова, А. В. Шувалов, Т. Г. Бохан, Т. Б. Берлизова, О. Н. Галажинская и др.). Л. А. Коростылева определяет самореализацию как «осуществление возможностей развития Я посредством собственных усилий, сотворчества, содеятельности с другими людьми (ближним и дальним окружением), социумом и миром в целом». Коростылевой подчеркивается социальная обусловленность процесса самореализации, который возможен только в содеятельности с другими людьми. Самореализация характеризуется следующей цепочкой взаимоотношений: я – другой – социум – мир.

Сохранение и поддержание вектора психологического и физического здоровья неразрывно связано с необходимостью содействия личности

в процессах ее самоактуализации и самореализации. Самореализация, являясь одним из важнейших факторов психологического здоровья и долголетия, в контексте проблемы употребления психоактивных веществ становится важным аспектом первичной профилактики.

Современная концепция первичного, раннего предупреждения употребления наркотиков и роста наркомании среди лиц молодого возраста опирается на три основные сферы, в которых реализуется их жизнедеятельность: семья, образовательное учреждение и досуг, включая связанное с ними микросоциальное окружение.

Стратегия первичной профилактики предусматривает активность профилактических мероприятий, направленных:

- на формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у детей и молодежи социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема психоактивных веществ;

- на формирование ресурсов семьи, способствующих воспитанию у детей и подростков законопослушного, успешного и ответственного поведения, а также обеспечивающих поддержку ребенку, который уже начал употреблять наркотики, сдерживающих его разрыв с близкими и помогающих ему на стадии социально-медицинской реабилитации при прекращении приема наркотиков;

- на внедрение в образовательной среде инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни и мотивов отказа от «пробы» и приема наркотиков, а также технологии раннего обнаружения случаев употребления наркотиков учащимися;

- на развитие социально-поддерживающей инфраструктуры, включающей семью в микросоциальное окружение ребенка «группы риска наркотизации» и ребенка, заболевшего наркоманией.

Огромным потенциалом в реализации первичных психопрофилактических программ, направленных на профилактику аддиктивного поведения, а также употребления наркотических средств подростками, обладают образовательные учреждения.

Сфера образования является одной из сфер-целей первичной профилактики употребления ПАВ и в то же время обладает особым потенциалом для развития личностного потенциала и воз-

можностями для самореализации и самоактуализации личности.

Профилактические программы подразделяются на две основные категории:

- личностно-центрированные: воздействуют на определенные характеристики личности (личностные ресурсы);

- средоцентрированные: воздействуют на социальную среду, учителей, сверстников, терапевтические сообщества.

В осуществлении мероприятий первичной профилактики аддиктивного поведения юношей и подростков в системе образования, огромную роль играет педагог.

Личностная готовность, заинтересованность конечным результатом обеспечивается, помимо наличия у специалиста информационно-методологического базиса, благоприятным психоэмоциональным состоянием педагога, переживанием своего личностного ресурса, потенциала, ценностного отношения к профессиональной деятельности. Отмечено, что взрослые люди, неадекватно чувствующие себя в профессиональной роли, демонстрируют «уход в болезнь», их производительность и заинтересованность собственной эффективностью заметно снижается (Е. Е. Сапогова, 2013). Самореализация педагога связана прежде всего с его учащимися. То есть психологическое здоровье учащихся будет во многом определено психологическим здоровьем самого педагога. В соответствии со многими исследованиями одним из важных критериев и условий психологического здоровья является самореализация (А. Маслоу, Л. А. Коростылева, А. Бандура, В. Н. Мясищев, С. Мадди).

Существуют исследования профессионализации педагогов и их самореализации в профессиональной деятельности (Л. А. Коростылева, А. К. Маркова, Л. М. Митина, Ю. П. Поваренков, В. Д. Шадриков). *Профессиональная самореализация педагога* интерпретируется как индивидуальный процесс и результат целенаправленной, осмысленной реализации внутренних возможностей, основанных на ценностях собственной личности и личности учеников в педагогической деятельности посредством рефлексивно-творческих усилий и свободного, диалогического взаимодействия педагога с культурно-образовательной средой образовательного учреждения. Таким образом, самореализация педагога в образовательном учреждении во многом определяет изменение поведения учащихся, способствуя повышению их эффективности в учеб-

ной деятельности. Что, в свою очередь, соответствует теории продвижения здоровья (А. Бандура) как одной из основных концепций и подходов к профилактике зависимого поведения. Успешность внедрения и реализации антинаркотических программ первичной профилактики в системе образования во многом связана с пониманием психологического здоровья педагога, одним из критериев которого выступает его профессиональная самореализация.

Полученные результаты указывают на то, что внедрение профилактических антинаркотических программ должно проводиться с учетом исследования показателей самореализации педагогов, таких как психоэмоциональное состояние педагогических работников, реализованность их экзистенциальных смыслов, самооценка и отношение к своей деятельности. Типы образовательных учреждений различаются целями и задачами образовательного процесса.

Основная часть

Наибольшими возможностями для реализации социальной, рекреативной и досуговой функций свободного времени, позволяя детям, подросткам и молодежи использовать его с максимальной пользой, сочетая досуг с развлечениями, праздником, творчеством, обладают учреждения дополнительного образования. Система дополнительного образования создает возможности для творческого развития и самореализации не только учащихся, но и самих педагогов.

Гипотеза исследования: готовность педагогов дополнительного образования к реализации мероприятий первичной профилактики связана с показателями их самореализации.

Методы и методика

Нами было проведено исследование показателей самореализации. Нами обследовано 120 педагогов дополнительного образования.

Основные задачи исследования:

1. Исследование показателей самореализации педагогов:

- психоэмоциональное состояние (ПЭС) субъектов исследования;
- уровень реализованности экзистенциальных смыслов (РС);
- уровень самооценки (СЦ) педагогов;
- ценностное (ЦН) и уважительное отношение педагогов к своей профессиональной деятельности (ОТНкД);

2. Исследование уровня готовности педагогов к реализации профилактических мероприятий.

Для эмпирического исследования использовались специальные диагностические методы, отвечающие задачам исследования: методика «Психологический портрет учителя», тест «Шкала экзистенции», модификация опросника по диагностике уровня готовности к профессионально-педагогическому саморазвитию.

Результаты исследования

Были получены данные, характеризующие основные показатели самореализации педагогов дополнительного образования.

Показатель психоэмоционального состояния (ПЭС) педагогов дополнительного образования составляет 70 %, указывая на наличие эмоциональных и интеллектуальных перегрузок.

Уровень реализованности экзистенциальных смыслов (РС) составляет 71 %. Данное значение соответствует уровню экзистенциальной исполненности, что содействует личностной самоактуализации и самореализации личности педагога.

Самооценка педагогов дополнительного образования составляет 77 %. Такой высокий уровень самооценки педагогов способствует ценностно-ориентированному стилю взаимодействия с учащимися, содействуя самоактуализации и самореализации подростков и юношей.

Исследование показателя «удовлетворенность профессиональной деятельностью» показало самые низкие результаты среди всех компонентов самореализации (соответственно 65 % и 51 %).

Таким образом, педагог дополнительного образования, переживая реализованность смыслов и исполненность в своей деятельности, испытывает трудности в самореализации за счет психоэмоциональных перегрузок и недостаточной удовлетворенности своей деятельностью. Недооценка профессиональной деятельности может быть связана с «дополнительностью» и «необязательностью» данного вида образования для детей. Соответственно, сам педагог не осознает важного значения своей деятельности, которое на самом деле она имеет. Формирование у педагога мотивации к реализации и включению психопрофилактических задач первичной профилактики ПАВ чрез аспект повышения социальной значимости и уважения к педагогической деятельности может оказаться эффективным, поскольку будет способствовать повышению переживания реализованности смыслов в профессиональной деятельности, более ценностному и уважительному отношению к своему труду, повышению самооценки в профессиональной деятельности как следствие личностного вклада в

развитие здорового поколения подростков и молодежи.

Наряду с исследованием критериев самореализации педагогов дополнительного образования, измерялась также готовность к реализации психопрофилактических мероприятий, позволяющая оценить, насколько педагоги готовы включать в свою деятельность новые виды активности, связанные с профилактикой аддикций у подростков и лиц юношеского возраста.

В ходе исследования выявлено, что всего 36 % педагогов дополнительного образования выражают готовность участвовать в мероприятиях по профилактике аддикций, которые (мероприятия) можно рассматривать как дополнительный вид педагогической деятельности. Увеличение данного показателя имеет значимые корреляции с такими показателями самореализации, как

- удовлетворенность своей профессиональной деятельностью (0,330, при $p=0,005$),
- повышение самооценки (0,326, при $p=0,005$),
- чувство реализованности смыслов (0,301, при $p=0,005$).

Таким образом, полученные данные подтверждают гипотезу о том, что самореализация педагогов дополнительного образования во многом определяет готовность к реализации программ первичной профилактики в образовательной среде.

Выводы:

Феномен самореализации является важным условием эффективной первичной профилактики аддиктивного поведения у лиц юношеского возраста в образовательной среде. Самореализация соответствует пониманию психологического здоровья личности: отвечает системному подходу в профилактике; основана на актуализации ресурса личности; может рассматриваться и как цель – через процессуальный аспект, и как критерий – достижение состояния самореализованности.

Дополнительное образование, следуя целям самореализации и самоактуализации личности, обладает большим потенциалом для реализации программ профилактики аддиктивного поведения подростков и юношей. Важнейшая роль в реализации этой задачи принадлежит педагогу, самореализация которого взаимосвязана с показателями готовности к реализации психопрофилактических программ в своей деятельности. Включение психопрофилактических программ в профессиональную деятельность педагогов

должно сопровождаться исследованием особенностей показателей их самореализации.

За счет реализации программ профилактики аддикций педагоги получают возможность повысить значимость собственной деятельности. Уважительное отношение к собственной деятельности становится значимым в контексте действия самореализации юношей и подростков.

Таким образом, необходимо отметить значимость активизации процессов самореализации как основы эффективной первичной профилактики лиц молодого возраста. Развитие личности через активизацию процессов самореализации позволит сохранить психологическое здоровье и избежать процессов стагнации, деградации и невротизации. Опора на четкие критерии самореализации личности позволит использовать их в качестве мишеней профилактики психического и психологического здоровья личности.

Библиографический список

1. Бохан, Т. Г., Пешковская, А. Г. Трудности самореализации в субъективной картине жизненного пути больных алкоголизмом [Текст] / Т. Г. Бохан, А. Г. Пешковская // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2011. – № 2(65).
2. Григорьева, А. А., Корчагина, Г. А., Фадеева, Е. В. Оценка специфических рисков, обуславливающих готовность педагогов к осуществлению мероприятий первичной профилактики употребления психоактивных веществ [Текст] / А. А. Григорьева, Г. А. Корчагина, Е. В. Фадеева // Наркология. – 2014. – № 7. – С. 75–80.
3. Евстигнеева, Е. А. Особенности переживания экзистенциальных данностей у пациентов с опиоидной зависимостью [Текст] / Е. А. Евстигнеева // Экзистенциальный анализ. Бюллетень – 2013. – № 5.
4. Лэнгле, А. Экзистенциально-аналитическая теория личности: сборник статей [Текст] : пер. с нем. / А. Лэнгле. – М. : Генезис, 2006. – 158 с.
5. Поваренков, Ю. П., Григорьева, А. А. Проблемы реализации мероприятий профилактики употребления психоактивных веществ в различных типах образовательных учреждений [Текст] / Ю. П. Поваренков, А. А. Григорьева // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. – 2014. – № 4(6).
6. Поваренков, Ю. П., Григорьева, А. А. Проблема соотношения и взаимодействия профессиональной самоактуализации и профессиональной самореализации личности [Текст] / Ю. П. Поваренков, А. А. Григорьева // Ярославский педагогический вестник. – 2015. – № 3. – С. 166–175.
7. Резапкина, Г. В. Психологический портрет учителя: опыт самодиагностики [Текст] / Г. В. Резапкина,

3. В. Резапкина // Прикладная психология и психоанализ. – 2000. – № 1. – С. 50–59.

8. Фетискин, Н. П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп [Текст] / Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов. – М. : Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 490 с.

Bibliograficheskiy spisok

1. Bohan, T. G., Peshkovskaja, A. G. Trudnosti samorealizacii v sub#ektivnoj kartine zhiznennogo puti bol'nyh alkogolizmom [Tekst] / T. G. Bohan, A. G. Peshkovskaja // Sibirskij vestnik psikiatrii i narkologii. – 2011. – № 2(65).

2. Grigor'eva, A. A., Korchagina, G. A., Fadeeva, E. V. Ocenka specificheskikh riskov, obuslavlivajushhih gotovnost' pedagogov k osushhestvleniju meroprijatij pervichnoj profilaktiki upotreblenija psihoaktivnyh veshhestv [Tekst] / A. A. Grigor'eva, G. A. Korchagina, E. V. Fadeeva // Narkologija. – 2014. – № 7. – С. 75–80.

3. Evstigneeva, E. A. Osobennosti perezhivaniya jekzistencial'nyh dannostej u pacientov s opioidnoj zavisimost'ju [Tekst] / E. A. Evstigneeva // Jekzistencial'nyj analiz. Bjulljuten' – 2013. – № 5.

4. Ljenge, A. Jekzistencial'no-analiticheskaja teorija lichnosti: sbornik statej [Tekst] : per. s nem. / A. Ljenge. – М. : Genezis, 2006. – 158 s.

5. Povarenkov, Ju. P., Grigor'eva, A. A. Problemy realizacii meroprijatij profilaktiki upotreblenija psihoaktivnyh veshhestv v razlichnyh tipah obrazovatel'nyh uchrezhdenij [Tekst] / Ju. P. Povarenkov, A. A. Grigor'eva // Klinicheskaja i medicinskaja psihologija: issledovaniya, obuchenie, praktika: jelektron. nauch. zhurn. – 2014. – № 4(6).

6. Povarenkov, Ju. P., Grigor'eva, A. A. Problema sootnoshenija i vzaimodejstvija professional'noj samoaktualizacii i professional'noj samorealizacii lichnosti [Tekst] / Ju. P. Povarenkov, A. A. Grigor'eva // Jaroslavskij pedagogicheskij vestnik. – 2015. – № 3. – С. 166–175.

7. Rezapkina, G. V. Psihologicheskij portret uchitelja: opyt samodiagnostiki [Tekst] / G. V. Rezapkina, Z. V. Rezapkina // Prikladnaja psihologija i psihoanaliz. – 2000. – № 1. – С. 50–59.

8. Fetiskin, N. P. Social'no-psihologicheskaja diagnostika razvitija lichnosti i malyh grupp [Tekst] / N. P. Fetiskin, V. V. Kozlov, G. M. Manujlov. – М. : Izd-vo Instituta Psihoterapii, 2002. – 490 s.