

УДК 316.6

**РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА «ТВОРЧЕСТВО – АЛЬТЕРНАТИВА НАРКОТИКАМ»
В ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ****канд. психол. наук, доц. Л.Ф. МИРЗАЯНОВА
(Барановичский государственный университет)**

Рассмотрена проблема профилактики наркозависимости. Представлены результаты исследования отношения студентов к употреблению наркотиков. Дано описание теоретико-методологических оснований проекта профилактики наркозависимости в студенческой среде «Творчество – альтернатива наркотикам», принципов разработки и применения здоровьесберегающих технологий, в частности, совместной творческой деятельности студентов в дидактическом театре на занятиях по общей психологии. Предлагаются результаты ее апробации.

Наркотики – это всегда реальная опасность для отдельной личности и для общества. При воздействии наркотических веществ изменяются сознание и поведение человека, что чревато антиобщественными проявлениями. При длительном их употреблении развиваются психологическая и физическая зависимость. Периодическое или хроническое отравление организма наркотиками провоцирует заболевание СПИДом, приводит к смертельному исходу. «Комплекс особых приобретенных черт личности, мешающих нормальной и счастливой жизни» – созависимость – появляется у близких и родственников наркомана в результате постоянной психической травмы и попыток адаптироваться к ней [1, с. 82]. Вместе с тем число молодых людей, употребляющих эти вещества, с каждым годом растет. Данные исследований, проведенных в различных городах России, свидетельствуют о том, что каждый подросток в возрасте от 14 до 20 лет пробовал наркотики. В некоторых регионах страны эта цифра еще выше. Так, в Санкт-Петербурге 36 % детей в возрасте до 15 лет уже имеют опыт их употребления. Нижний порог, когда юноша или девушка впервые пробует наркотик, снизился и в Беларуси. Еще в 1971 году в рамках первых исследований, проведенных в Германии, потребление наркотиков было представлено как **проблема номер один** [1, с. 52]. Об ее актуальности сегодня свидетельствуют заголовки газетных и журнальных статей: «Наркоагрессия», «Наркоэпидемия», «Знак беды» и т.п.

В 2005 году нами был проведен анкетный опрос студентов первого года обучения Барановичского государственного университета. Цель исследования – выяснить отношение студентов к наркотикам и людям, потребляющим их, насколько эти вещества вошли в жизнь современной молодежи, когда состоялось их первое употребление, какие меры могли бы этот шаг предотвратить. Опросом было охвачено 100 студентов факультета иностранных языков мужского и женского пола. Из них – примерно 80 % девушки. Большинству опрошенных 18 лет. Используемый диагностический инструментарий – анкета для изучения отношения студентов и старшеклассников к употреблению наркотиков [2, с. 250 – 258].

Из полученных данных опроса следует, что большинство юношей и девушек (43 %) с жалостью относятся к людям, потребляющим наркотики. Примерно одинаковое число опрошенных осуждают их (21 %) или считают больными (25,5 %). Только 5 % студентов относят их к категории обычных людей. Такой же процент юношей и девушек (5 %) испытывают безразличие к потребителям наркотиков. Амбивалентные эмоции (одновременное переживание осуждения и жалости) отметил у себя один студент.

Впервые употреблять наркотики, как показали результаты исследования, молодые люди начинают «по разным причинам и в разных ситуациях» [3, с. 3]. Причинами этого могут стать любопытство (66 %), разочарование в жизни (56 %), желание «поймать кайф» (35 %), стремление быть не хуже других (22 %), потребность в новизне (29 %), одиночество и недостаток общения (24 %). К употреблению наркотика впервые юношей и девушек может привести пустое времяпровождение (16 %) и недостаточная информированность о его действии на психику и поведение человека (19 %).

Согласно проведенному опросу этому способствует пропаганда секса, насилия и наркомании средствами массовой информации (4 %). Впервые попробовать наркотик могут стимулировать молодого человека желание выразить протест окружающим (4 %) и низкий уровень его воспитанности (7,5 %). Начать употреблять наркотики юноши или девушки могут под принуждением (16 %). Отдельные полученные нами данные совпадают с результатами исследования немецких ученых, представленных в работе В.А. Ананьева: в употреблении наркотиков господствуют мотивы любопытства и приспособления к своей возрастной группе [1]. Отметим выявленную нами специфику: важным фактором, детерминирующим первое употребление наркотиков, является разочарованность жизнью.

Отвечая на вопрос: «В каком случае Вы могли бы употребить наркотик?», – 27 % опрошенных выступили радикальными противниками этого действия. Они указали, что никогда бы этого не сделали. Причем это был ответ, самостоятельно сформулированный ими (в предлагаемом перечне ответов этот вариант отсутствовал). Один студент признался, что такое возможно только в ситуации принуждения; 10 % юношей и девушек не знают, что могло бы их заставить пойти на этот шаг. Бесплатный наркотик, как показал опрос, фактором, стимулирующим его употребление, не является. Употребление наркотиков по медицинским показаниям возможно для 26 % опрошенных.

Что касается нижепредставленных результатов исследования, то они, несомненно, вызовут беспокойство у родителей и педагогов. Так, 27 % юношей и девушек могут употребить легкий наркотик; 15 % из них сделают это, чтобы снять стресс; 14 % – из любопытства; 3 %, если наркотик предложит лучший друг; 2 % – за компанию; 3 % – если никто не узнает; 1 % – чтобы облегчить общение с людьми; 1 % – при наличии угрозы для своей семьи.

По мнению студентов, к наркотикам может приобщиться кто угодно. Причем так думают большинство опрошенных (66 %). Вместе с тем отдельные студенты считают, что на это пойдут скорее дети из неблагополучных (11 %) или, наоборот, школьники из благополучных семей (11%). По данным исследования, возрастной фактор (1 % – приобщаются школьники; 2 % – приобщаются студенты) и низкий социальный статус (1 % – дети алкоголиков; 2 % – «крутые»; 1 % – преступники) в приобщении молодых людей к наркотикам большой роли не играют.

Наиболее популярны среди молодежи, по мнению респондентов, такие наркотики, как экстази (41,5 %), ЛСД (25,5 %), марихуана (24 %) и крэк (21 %). В число широкоупотребляемых наркотических веществ входят также кокаин (16 %), гашиш (10 %) и героин (10 %). Популярность этих наркотиков студенты объясняют тем, что их легко достать, что сведения о них можно получить из средств массовой информации или от друзей и знакомых, что их использование быстро вызывает изменения в психике и поведении человека. Как признают студенты, названные наркотики расслабляют физически и «духовно», заряжают энергией, поднимают настроение, повышают работоспособность, снимают стресс (8,5 %); они достаточно дешевые (2 %), легкие в употреблении, «не вредны для здоровья человека» (2 %); помогают приспособиться к своей возрастной группе (1 %). Наиболее распространенными наркотиками опрошенные также назвали кофеин (4 %) и никотин (1 %).

Заметим, что никотин и кофеин в Беларуси, в отличие от зарубежных стран, относят к группе психоактивных, а не наркотических веществ. Они легальны, в силу чего наиболее распространены. Вместе с тем, несмотря на легальность, табак и алкоголь следовало бы «классифицировать как «самые опасные», принимая во внимание огромное число заболеваний, которые они вызывают» [1, с. 27], и трактовать их вслед за респондентами как наркотические вещества.

Как показали исследования, предотвратить употребление наркотиков может прежде всего умение сказать «нет» (80 %). Значительный процент юношей и девушек считают, что этому также способствует удовлетворенность жизнью (41,5 %), страх заболеть и умереть (40 %). Важность самоуважения, семейного благополучия и информированности о вреде употребления наркотических средств в предупреждении наркомании отмечают соответственно 22 %, 25 и 37 % респондентов. Любимая работа и учеба – факторы, предупреждающие употребление наркотиков с позиции только 14 % студентов. Последнее, на наш взгляд, обусловлено напряжением, которое вызывает у человека профессиональная и учебная деятельность, а также их последствиями (утомление, разочарование, тревога, болезни). Незначимы в предупреждении употребления наркотиков, по мнению большинства юношей и девушек, дружба, любовь (7,5 %), хобби (5 %) и спорт (4 %). Низкая значимость духовных ценностей как факторов, противодействующих формированию наркотической зависимости, свидетельствует о непонимании молодыми людьми их регулятивной роли в жизнедеятельности субъекта. Вызывает удивление еще один выявленный факт. Как оказалось, никакого стимулирующего значения, по мнению респондентов, не имеет страх перед уголовной ответственностью.

Нас интересовал вопрос, где приобретают наркотики современные юноши и девушки. Как показало исследование, чаще всего их достают в ночных клубах (65 %) и на «точке» (73 %). Наркотики можно приобрести в общежитии (7,5 %), учебном заведении (5 %), на рынке (5 %), у знакомых (1 %), другими словами, – где угодно. Их могут изготовить сами молодые люди из лекарств или других препаратов (32 %). Важно заметить, что 20 % студентов на вопрос: «Где потребители достают наркотики?», – ответа не дали.

По результатам исследования большинство студентов (69 %) не владеет информацией о том, сколько потребителей наркотиков в их учебном заведении. Отдельные из них признают, что таковые имеются: их несколько человек – 19 %; «их много, но об этом конкретно ничего не знаем» – 1 %; от 1 % до 30 % потребителей наркотиков есть среди студентов вуза – 5 %. Только 5 % опрошенных считают, что в их вузе наркотики не употребляют.

По признанию большинства первокурсников (63 %), потребителей наркотиков среди их знакомых нет. Не владеют подобной информацией 11 % юношей и девушек; 25 студентов из числа 94 опрошенных указали, что таковые все же имеются. Употребляют они как легкие (никотин, кофеин, экстази, гашиш), так и сильные наркотики (героин, ЛСД, амфетамины, кокаин).

Согласно результатам исследования, значительное большинство студентов при получении информации о том, что их близкие друзья приобщились к наркотикам, постараются им помочь (80 %). Их помощь будет заключаться в информировании о действии наркотических веществ, формировании позитивных социально одобряемых ценностей, моральной поддержке друзей, контроле их поведения, информировании родителей о случившемся, выяснении мотивов употребления наркотиков, презентации своего позитивного жизненного опыта, организации клинического лечения, изолировании друзей от наркоманов. Несколько студентов признались, что прекратят общение с другом, если узнают, что он употребляет наркотики (4 %); еще 14 % не знают, как поступят в данном случае. Только один из 94 опрошенных студентов не намерен вмешиваться в проблемную ситуацию.

По данным исследования, 90 % студентов первого года обучения сами никогда не употребляли наркотики; 10 % юношей и девушек применяли только «легкие» наркотические вещества. Происходило это в свободное от учебы время: дома в одиночестве (1 %) или за компанию с другом (1 %). Одних угостили друзья, других спровоцировала на этот шаг депрессия. «Сам вырастил и употребил» – признался только один студент.

Почти половина студентов считают, что даже однократный прием наркотиков может быть опасным для здоровья человека (47 %). Аналогичное число юношей и девушек написали в анкетах, что опасность их употребления обусловлена тем, какие наркотики принимаешь (48 %). Три студента выразили уверенность, что однократный прием наркотиков для человека не опасен. Два студента на этот вопрос ответа не дали. Еще один студент высказал следующее суждение: «опасность однократного приема наркотиков зависит от того, существует ли у человека химическая зависимость».

В том, что наркомания излечивается полностью, убеждены только 25,5 % юношей и девушек. Исход лечения этого заболевания молодые люди связывают с используемыми методами. Так думают 7,5 % студентов. К эффективным методам лечения они относят психотерапию, самовнушение и реабилитацию в специальных учреждениях; 12 студентов из числа 94 опрошенных важную роль при этом отводят вере в Бога, осознанному желанию человека излечиться от наркотической зависимости, его желанию жить, силе воле, а также вере в эффективность лечения. Почти треть студентов выражают уверенность в том, что наркомания неизлечима; еще 24 % анкетированных не владеют информацией по этому аспекту проблемы.

Данные исследования, проведенного нами, свидетельствуют о том, что большинство студентов (89 %) получили основные сведения о наркотиках в образовательных учреждениях (вуз, школа), а также из средств массовой информации (69 %). Почти треть опрошенных проинформировали друзья, 17 % – родители. 10 % респондентов почерпнули сведения из Интернета, 2 % – из прочитанных книг.

Свой вклад в информирование студентов о наркотиках внесли представители СМИ (телепередача «Опасная зона», фильмы о сверстниках-наркоманах, фильмы-исповеди наркоманов, статьи в журналах и местных газетах), эстрадные исполнители (группа «Многоточие»), бывшие наркоманы, друзья (отдельные из них ранее употребляли наркотики), преподаватели вуза, организаторы и участники волонтерского движения. Сильное воздействие на студентов оказала потеря близкого человека, умершего от наркотика. Многие респонденты, по их собственному признанию, были охвачены еще в школе разнообразными формами профилактической работы (видеофильм, беседа и др.). Свой вклад в информирование студентов в вузе внесли спецкурс по профилактике СПИДа (44,5 %) и предмет «Основы медицинских знаний» (14 %). Только один студент написал, что он получил информацию о наркотиках и наркомании во время кураторского часа. С позиции самих студентов большая роль в информировании молодежи по исследуемой проблеме принадлежит специально организуемым мероприятиям. Это лекции о вреде наркотиков, беседы с бывшими наркоманами, встречи с волонтерами, Всемирный день борьбы со СПИДом, акции «Молодежь против СПИДа». Важными методами профилактики наркомании являются пресечение распространения наркотиков и употребления их среди студентов (отчисление).

Проводимую работу в вузе по профилактике наркомании считают эффективной 62 % респондентов. О недостаточности получаемой информации написали 19 % юношей и девушек; 8,5 % студентов признались, что они и так все знали о наркотиках и наркомании, а 5 % из числа опрошенных охарактеризовали проводимую работу в вузе как бесполезную; 13 % студентов затруднились оценить эффективность проводимой работы в вузе по предупреждению наркозависимости. Один студент отметил провокационный характер получаемой информации о наркотиках и наркомании, зависимость эффективности проводимой работы от самого человека, важности дополнительной самостоятельной работы.

Не отрицая значимости самоконтроля, личностной зрелости и компетентности в деле предупреждения употребления молодыми людьми наркотиков, считаем необходимым признать ошибочным утверждение респондента, что правдивая информация о наркотиках, получаемая учащимися в общеобразовательных учреждениях, вредна и провокационна. Мы разделяем позицию В.А. Ананьева, который пишет, что «приукрашенную, соблазнительную... провокационного характера информацию о наркотиках молодые люди получают именно от сверстников, употребляющих эти вещества, а также от потребителей и распространителей» [1, с. 5].

По признанию студентов, если бы у них возникла проблема, связанная с наркотиками, то они обратились бы к родителям (42,5 %), психологу (14 %), наркологу (13 %), друзьям (8 %) или позвонили бы по телефону доверия (4 %). К преподавателю, священнику, к Богу обратились бы только 3 студента из 94 опрошенных. Три студента не стали бы обращаться за помощью, а еще трое выразили уверенность в том, что у них такой проблемы просто не может быть. Выявленные данные свидетельствуют о необходимости проведения целенаправленной работы с родителями школьников, а также со студентами, будущими учителями и психологами, по обучению их методам профилактики наркотической зависимости, в частности, методам информирования о действии наркотических веществ на психику и поведение человека.

Проведенный нами опрос преследовал также цель выяснить отношение студентов к алкоголю и никотину, наличие никотиновой и алкогольной зависимости в молодежной среде. Обследования студентов первого года обучения показали, что только 58 % из них никогда ранее не курили; 22 % первокурсников курят редко, за компанию, еще 12 % из них курили раньше, но прекратили это делать, став студентами вуза; 7,5 % опрошенных курят постоянно. Только 10 % студентов первого года обучения совсем не употребляют алкоголь; 40 % юношей и девушек употребляют спиртное по праздникам, 42,5 % делают это очень редко, 5 % – раз в неделю, 2 % – часто, почти ежедневно. Таким образом, алкоголь и табак, – действительно, наиболее распространенные в обществе психоактивные вещества. Большинство 17 – 18-летних молодых людей имеют опыт их употребления, что актуализирует проблему пропаганды здорового образа жизни на всех этапах становления личности молодого человека.

На месте руководителей профессиональных образовательных учреждений юноши и девушки, по их признанию, предложили бы своим подчиненным разнообразить методы профилактики наркомании в работе с молодежью. Кроме лекционных занятий и кураторских часов (беседы, видеоуроки, встречи с бывшими наркоманами, врачами-наркологами, психологом, посещение наркологического диспансера), они рекомендовали бы регулярно проводить спортивные и культурные мероприятия под лозунгом «Нет наркотикам!», пропагандировать здоровый образ жизни, вовлечь молодых людей в театральную и музыкальную виды деятельности, ввести запрет на выпуск сигарет. Для решения проблемы респонденты предлагают привлекать высококлассных специалистов, а для предотвращения распространения наркомании в нашем обществе – отчислять потребителей наркотиков из вуза.

Опрошенные убеждены, что эффективные меры профилактики распространения наркомании среди молодежи должны быть приняты местными исполнительными органами и мэрами городов Беларуси. Они считают полезными заметки в местных газетах по рассматриваемой проблеме, специальные стенды, щиты и плакаты с антинаркотической рекламой на улицах и площадях городов, распространение листовок, планирование и проведение специальных акций и мероприятий для жителей городов; пропаганду здорового образа жизни (конкурсы, концерты, спортивные мероприятия); строительство культурно-оздоровительных и спортивных комплексов, центров молодежи; рекламные газеты «Скажи наркотикам прощай!»; карательные меры к распространителям наркотиков, уничтожение всех «точек» их продажи в стране. Профилактическими мерами, по мнению респондентов, на уровне города являются регулярные проверки на дискотеках, в барах, жесткие меры наказания (тюремное заключение, высокие штрафы), контроль мест скопления людей, создание детектора определения наркотика в организме человека, изоляция наркоманов, проживающих в городе, от других членов общества, публичные судебные дела с осуждением распространителей наркотиков.

По мнению студентов, решению проблемы будут способствовать мероприятия развлекательного характера, направленные на оздоровление молодежи; компетентные специалисты, занятость молодежи, широкие возможности для ее самореализации в разных видах деятельности; медицинские центры для получения анонимных консультаций и лечения наркозависимых; уроки профилактики наркомании в начальной школе, популяризация деятельности молодежных организаций по борьбе с наркотиками.

На посту Президента страны студенты активно пропагандировали бы здоровый образ жизни, включили бы в Конституцию страны статью об обязательном занятии спортом, применили строгие меры наказания к распространителям наркотиков (большой штраф, пожизненное заключение, смертная казнь, экстрадиция наркоманов из республики), внесли бы весомый вклад в международную деятельность по борьбе с наркомафией. Работникам органов внутренних дел страны, по их мнению, следует обратить

внимание на образ жизни цыган и иммигрантов из стран Азии. Испытуемые считают необходимым усилить таможенный режим: проводить тщательный обыск каждого транспортного средства, пересекающего границы нашего государства, устранить взятки. Они ратуют за принудительное лечение наркозависимых, предлагают построить сеть реабилитационных клиник для наркоманов. По мнению юношей и девушек, более эффективной должна стать антинаркотическая реклама на телевидении, необходима специальная передача по проблеме наркозависимости. Больше внимания следует уделить неблагополучным семьям, систематически приобщать молодежь к общественному труду, поощрять за заслуги; ввести в учебный план школы предмет о вреде наркотиков.

По данным исследования, 22 % студентов из числа опрошенных удовлетворены своей жизнью и положением в обществе. Значительное большинство юношей и девушек считают, что в их жизни в целом все хорошо, но «всегда хочется чего-то больше»; 7,5 % студентов многое не устраивает. В свободное от учебы время студенты-первокурсники предпочитают встречаться с друзьями (91,5 %), общаться с родными (51 %), посещать дискотеки (44 %), бары и кафе (38 %); смотреть телевизор (32 %), читать книги Дж. Лондона, Б. Шоу, П. Коэльо и Ф. Достоевского (22 %). Незначительный процент респондентов занимаются спортом (15 %), работают с компьютером (11 %), «общаются» с природой (4 %). Единицы отдают предпочтение художественным видам деятельности (слушание музыки – 2 %; занятие танцами – 1 %; игра на музыкальных инструментах – 1 %, другая творческая работа – 1 %). Посещает в свободное время церковь один опрошенный.

Удовлетворены тем, как проводят свободное время 70 % студентов, не удовлетворены – 30 %. Неудовлетворенность объясняют недостаточным числом заведений, где можно хорошо провести время, несодержательностью досуга (однообразный, неинтересный), устаревшими формами его проведения, нехваткой времени на выполнение того, что запланировано в учебной деятельности.

Высокий процент молодых людей, неудовлетворенных качеством организации досуга и жизнью в целом, выявленная связь неудовлетворенности с приобщением юношей и девушек к наркотикам, никотину и алкоголю [1], свидетельствуют о наличии достаточно большой «группы риска». Численность ее резко возрастает на этапе профессионализации, особенно в первый год обучения в вузе, который характеризуется в научной литературе как критический в приобщении будущих специалистов к курению [4, 5]. Еще один провокационный фактор, стимулирующий первое обращение к наркотику и слабым стимуляторам (никотин, алкоголь), – чувство несостоятельности в учебной деятельности. Среди 30 % регулярно употребляющих табак растет число молодых людей, у которых есть проблемы с успеваемостью и признанием. Основу проблем создают родители, предъявляя завышенные требования к успехам детей, демонстрируя свою неудовлетворенность учебными достижениями сына или дочери [1]. Первое употребление сигарет и алкоголя 17 – 18-летними студентами тесно связано, на наш взгляд, с переживанием ими дидактического кризиса в адаптации, который сопровождается падением успеваемости, значительным ухудшением представлений о собственной успешности и компетентности в решении учебно-профессиональных задач, ростом тревожности, снижением активности, желанием учиться и настроения, ухудшением самочувствия [6].

Вот почему реализация проекта профилактики наркозависимости в студенческой среде «Творчество – альтернатива наркотикам» осуществляется нами в русле теории упреждающей адаптации, одно из положений которой гласит: кризис в адаптации к профессиональной деятельности – это кризис приспособления. Данное понятие интерпретируется нами как этап адаптационного процесса, в рамках которого резко снижаются показатели учебно-профессиональной деятельности студентов, возникают негативные эмоциональные переживания как результат неадекватного реагирования на требования новой социальной среды и ослабления веры в собственную успешность и компетентность [6, с. 133]. Переживание кризисов в профессиональной адаптации (а они носят множественный характер) может стимулировать употребление наркотиков для реализации потребности студентов в самопомощи в условиях давления со стороны дидактической ситуации вуза и нового социального окружения. Чтобы предупредить кризисы, смягчить их отрицательные проявления, нужно управлять адаптацией первокурсников к условиям обучения в вузе и профессиональной деятельности. А это значит – создавать соответствующие условия для функционирования психологических механизмов личности на когнитивном, эмоциональном, мотивационном и поведенческом уровнях, обеспечивать таким образом рост адаптированности студентов.

Теоретико-методологическими основаниями проекта «Творчество – альтернатива наркотикам» выступают: - социально-когнитивный подход (личность как сложный паттерн непрерывного взаимодействия индивидуума, поведения и ситуации; научение социально-приемлемому поведению через наблюдение за моделями; развитие самоэффективности в решении жизненных задач; формирование когнитивных и поведенческих компетентностей как способностей решать задачи в конкретном контексте; формирование высоких жизненных стандартов и целей как основы саморегулируемого изменения [7]);

- концепция психологического прививания (усиление сопротивления индивида внешним воздействиям, обусловленное предварительным знакомством с их возможными негативными последствиями, страхом перед ними [8]);

- феноменологический подход (создание условий для самоактуализации личности; развитие у студентов позитивной Я-концепции; развитие человеческих отношений и откровенной межличностной коммуникации; признание важности личных ценностей и облегчение формирования позитивных ценностей [9, 10]).

Из подходов, основанных на развитии деятельности, альтернативной употреблению наркотиков, в рамках проекта реализуется комбинация возможности удовлетворения специфической для студентов потребности в самореализации с участием в совместной творческой деятельности [11]. Обращение к положениям нескольких методологических подходов продиктовано, во-первых, доказанной на практике неэффективностью одного конкретного направления в решении превентивных задач [11, с. 13], во-вторых, возможностями, предоставляемыми интегративно-эkleктической ориентацией с качественно иным инсайтированием, предполагающей включение «... в плоскость анализа аспектов множественности, диалогичности, диатропичности феномена» [12, с. 68].

Цель проекта «Творчество – альтернатива наркотикам» состоит в формировании у студентов когнитивных и поведенческих компетентностей, значимых для укрепления здоровья, развитие у них самоэффективности в творческой деятельности, внутренних стандартов, сопряженных с социально-приемлемыми нормами и правилами поведения, готовности и способности к саморегулируемому изменению. При разработке и апробации проекта учитываются выявленные нами характерные черты кризисов, переживаемых студентами в профессиональной адаптации.

На сегодняшний день установлено, что когнитивный кризис в дидактической адаптации студентов первого года обучения характеризуется значительной утратой веры юношей и девушек в способности успешно решать учебно-профессиональные задачи. Он достаточно глубокий и широкий по числу студентов, переживающих его (70 %). Границы его начала и окончания относительно четкие (сентябрь – декабрь), а продолжительность составляет около 3,5 – 4 месяцев; темп развития личности студентов в рамках когнитивного кризиса постепенный. Выявлен позитивный результат преодоления кризиса – формирование представлений о собственной успешности и компетентности, соотнесенных с новой реальностью. Согласно нашим данным, когнитивный кризис в дидактической адаптации обусловлен действием совокупности факторов. Это снижение успеваемости студентов (обнаружена умеренная корреляционная зависимость самоэффективности от успеваемости в конце первого семестра), несоответствие веры в собственную учебную успешность и компетентность, сформированной на этапе школьного обучения, достижениям первокурсников в вузе.

Заметим, что характер протекания когнитивного кризиса зависит от пола адаптанта. Несмотря на серьезные проблемы, переживаемые в учебно-профессиональной деятельности, резкое падение успеваемости в начале первого года обучения, юноши-первокурсники более оптимистичны, более уверены в достижении положительных результатов в решении предстоящих задач. Меньшее их число, как установило исследование, переживают когнитивный кризис в дидактической адаптации (44 – юноши; 71 – девушки). У девушек больше выражен страх ситуаций проверки и оценки знаний, страх самовыражения, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, что негативно отражается на их настроении и самочувствии.

Полученные результаты исследования убедительно доказывают, что разработанный нами проект «Творчество – альтернатива наркотикам» должен быть реализован с первых же дней обучения юношей и девушек в вузе. Это тем более актуально для будущих работников образования. Дело в том, что в рамках проекта студенты вовлекаются в совместную творческую деятельность в дидактическом театре на занятиях по психологии, создают, а затем представляют свои продукты творчества в школьной среде (а это важное условие профессионализации!). Предполагается, что подобная деятельность будет способствовать упреждению или смягчению отрицательных проявлений кризиса профессионального выбора с характерными для него утратой удовлетворенности сделанным профессиональным выбором и ухудшением представлений о педагогической профессии. Изучение данного вида кризиса в адаптации студентов первого года обучения показало, что он достаточно продолжителен (около 10 месяцев), граница его начала – июнь, окончания – сентябрь. Кризис профессионального выбора носит глубокий характер, переживают его от 36 до 43 % первокурсников. Причем переживается этот кризис студентами неоднократно на протяжении всех лет обучения в вузе (3 – 4 годы обучения). Его парадоксальность (одновременное возрастание числа тех, кто узнал о профессии больше, кому она стала нравиться больше, и неудовлетворенных сделанным профессиональным выбором) обусловлена в первую очередь апробацией сформированных компетентностей в условиях педагогической практики.

Обозначим направления деятельности студентов в рамках проекта «Творчество – альтернатива наркотикам»:

- взаимодействие с людьми, компетентными в вопросах профилактики и лечения наркомании (встречи с врачами-наркологами, психологами, социальными работниками, пресс-конференции);
- самостоятельная управляемая работа студентов по усвоению информации о наркотических веществах, характере и последствиях их действия; подготовка сообщений для учащихся школ;
- совместная творческая деятельность студентов в дидактическом театре (на занятиях по психологии);
- совместная творческая деятельность студентов в дидактическом театре (во внеаудиторной деятельности);
- взаимодействие студенческих актерских трупп с учащимися школ города, презентация спектаклей, повествующих о действии наркотических веществ, последствиях и недопустимости их употребления.

Совместную творческую деятельность студентов в дидактическом театре можно описать в терминах слитного образования (гуманистический подход, сочетающий аффективные и когнитивные аспекты научения и обучения), ценностного воспитания (программы и стратегии, прививающие моральные ценности, мотивирующие осознание собственных моральных качеств, способствующие формированию морального поведения) и сотруднического научения [13, с. 194 – 197, с. 200 – 201].

Остановимся на принципах разработки и применения этой технологии. Центрированная на студентах, она выступает альтернативой традиционному профессиональному образованию, акцентирует внимание на сохранении и укреплении их здоровья. При разработке и реализации этой здоровьесберегающей технологии мы учли имеющийся на сегодняшний день опыт решения проблемы предупреждения наркомании. Так, известные подходы к просвещению в области наркотиков (предоставление тщательно подобранной информации; апелляция к ценностям, воспитание противодействия наркотикам; предоставление альтернативы; обеспечение влияния сверстников и социальной среды) продемонстрировали свою несостоятельность, а апробация различных направлений профилактики наркозависимости в странах Западной Европы, США и СНГ не принесла положительных результатов [14, с. 11; 11, с. 12]. В связи с этим мы использовали комплексную стратегию, сочетающую особенности нескольких подходов в решении психопрофилактических задач.

Отражение связи между верой человека в самоэффективность и его здоровьем – еще один принцип, который был соблюден нами при разработке и применении совместной творческой учебной деятельности студентов в дидактическом театре. Наличие у студентов убеждений в высоком уровне собственной успешности и компетентности смягчает действие стресса, улучшает работу иммунной системы, позволяет успешно контролировать ситуацию [15, с. 460 – 463]. Если учесть существующую возможность генерализации этого состояния студентов на другие сферы деятельности, где успешность у них низкая, очевидно, что усиление их чувства уверенности в способности к творческой деятельности, – важнейшая часть работы, которую осуществляет преподаватель психологии.

В решении психопрофилактических задач, в формировании у студентов здорового образа жизни мы руководствовались, как уже было отмечено выше, результатами исследования видов и основных характерных черт кризисов, переживаемых первокурсниками в дидактической, социально-психологической и профессиональной адаптации.

Еще один принцип разработки и реализации этой технологии – учет сходства и отличий в действии наркотических веществ и творческой деятельности на организм, психику и поведение индивида [16]. Сравнительный анализ результатов их действия убедительно доказывает, что употребление наркотиков приводит к псевдоадаптации (наркотик не в состоянии изменить внешний мир – он изменяет сознание и поведение человека, потребляющего его), а сформированная зависимость от них – к дезадаптации [17, с. 19]. Под наркоманией и понимают дезадаптивное поведение личности, переживающей сильную тревогу и депрессию, использующей неконструктивные механизмы, обладающей «...извращенной патологической мотивацией поиска и употребления наркотиков» в силу низкой самоэффективности в отношении потенциальных угроз, невозможности справиться с ними, осознания неспособности получить желаемые вознаграждения [11, с. 23]. Результатом употребления наркотических веществ выступает индивид, охваченный хронической прогрессирующей болезнью, которая находит свое выражение в антиобщественных проявлениях [18, с. 3 – 4].

Напротив, творчество интерпретируется как одна из разновидностей взаимного приспособления, которое происходит между способностями субъекта и возбудителями [19, с. 19]. Его главным мотивом выступает самоактуализация. В процессе творческой деятельности субъект создает уникальные и новые решения, идеи, положения, художественные формы, теории и продукты [20], осваивает новый, необходимый для будущей жизни опыт. Каждый акт творения требует проявления волевых качеств личности (мужества, настойчивости, целеустремленности и др.), содействует преодолению конформизма и депрес-

сии, вызывает ощущение радости от осознания участия в формировании нового мира [17, с. 21, 24, 29]. Креативная личность (результат совместной творческой деятельности) имеет широкий круг интересов, изобретательна в инициировании действий, не испытывает дискомфорта от неопределенности и сложности, устойчива по отношению к неудачам [21, с. 219].

Выявленные принципиальные отличия в действии наркотических веществ и творческой деятельности на организм, психику и поведение индивида не отрицают существующего между ними сходства. Созидательная деятельность, как показывает практика, – это стимулятор, аналогичный действию амфетаминов (снижают усталость, вызывают ощущение физического благополучия, состояние интеллектуальной экзальтации, желание творить), кокаина и героина (вызывают ощущение благополучия), опиума (вызывают состояние эйфории, уменьшают боль) [16, с. 47 – 50; 22, с. 146 – 149]. Отмеченные сходства и отличия действия творчества и наркотиков на психику и поведение человека были положены в основу разработанной нами совместной творческой учебной деятельности в дидактическом театре.

Важный принцип реализации данной технологии в процессе обучения – наличие двух видов дискурса: серьезного и юмористического. В защиту последнего звучат результаты анализа его социальной стороны, свидетельствующие об огромном положительном эффекте юмора, ослабляющем стресс и усиливающим здоровье человека. Как показывают исследования, люди с более сильным чувством юмора при столкновении с трудными жизненными ситуациями более оптимистично смотрят на возникшую проблему, способны увидеть ситуацию с комической стороны, не переживают депрессию, имеют нормальный уровень тревожности и лучший сон. Комическое позволяет совместно переживать сильные положительные эмоции, что способствует укреплению социальных связей и ослаблению напряженности в группе [16, с. 76 – 86].

Подытоживая, заметим, что совместная творческая учебная деятельность студентов в дидактическом театре – это здоровьесберегающая технология, построенная на гуманистических и социально-когнитивных принципах научения, важными предпочтениями которой выступают:

- сочетание нескольких подходов в решении психопрофилактических задач;
- отражение связи веры человека в собственную успешность и компетентность и его здоровья;
- учет видов и основных характерных черт кризисов приспособления, переживаемых студентами первого года обучения;
- ориентация на сходство и отличия в действии наркотических веществ и творческой деятельности на здоровье, психику и поведение индивида;
- использование серьезного и юмористического дискурса в процессе обучения.

О здоровьесберегающем характере этой технологии свидетельствуют данные исследования, проведенного после продолжительного (в течение учебного года) участия студентов в проекте «Творчество – альтернатива наркотикам». Проект предусматривал вовлечение первокурсников в решение совместных творческих задач в дидактическом театре на занятиях по общей психологии. Именно лекции по общей психологии, а также совместная творческая деятельность в дидактическом театре на занятиях по этому предмету внесли важный вклад в информирование студентов о вреде наркотиков. Так считают 79 % и 16 % опрошенных первокурсников соответственно. Юноши и девушки овладели разнообразной информацией по проблеме наркомании, например, о характеристиках отдельных наркотических веществ, последствиях их воздействия на психику и поведение человека; о внешнем виде наркоманов, их образе жизни, поведении; о сроках наступления физической зависимости от наркотических веществ и др. Полученная ими информация (по признанию самих студентов) достаточно поучительна, «убивает» желание употреблять наркотические вещества, вызывает страх общения с наркоманами, стимулирует веру в бога, желание иметь в будущем семью и детей, «на бессознательном уровне» избегать ситуаций, провоцирующих употребление наркотиков. Важно отметить, что ни один из опрошенных не считает людей, потребляющих наркотики, свободными, раскрепощенными и интересными личностями. Большинство студентов ведущую роль в предупреждении наркотической зависимости отводят саморегуляции.

Участвуя в проекте, студенты разработали сценарии дидактических спектаклей о конкретных наркотиках, презентировали их своим сверстникам на занятиях по общей психологии и старшим подросткам школ города. Совместная деятельность в дидактическом театре позволила, по признанию студентов, пережить радость, «сопутствующую уверенности в реализации собственных возможностей» [16]. Природным наркотиком – эндорфином – обеспечили студентов получаемые в дидактическом театре знаки признания (восторженные отклики, позитивные оценки, аплодисменты, статус режиссера и популярного актера), сотрудничество, творческий взаимообмен, познавательное и духовное взаимообогащение. Первокурсники успешно адаптировались к условиям обучения в вузе, к студентам группы и преподавателям, у них возросла удовлетворенность сделанным профессиональным выбором. Предоставление возможностей для решения творческих задач каждому студенту, вовлечение каждого из них в совместную театральную деятельность адаптировало будущих специалистов к высшему уровню профессионального

сотворчества, обеспечило, как показывают созданные ими продукты, реализацию каждым участником проекта программы личностного самовыражения, освоение способов жить и трудиться, которые будут востребованы в профессиональной перспективе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев В.А. Легальные и нелегальные наркотики: Практ. рук-во по проведению уроков профилактики среди подростков: В 2 ч. – изд. 2, перераб. и доп. – СПб.: ГМНПП «ИМАТОН», 2000. – Ч. 1. – 96 с.
2. Андреев В.И. Педагогическая этика: инновационный курс для нравственного саморазвития. – Казань: Центр информационных технологий, 2000. – 273 с.
3. Ананьев В.А. Легальные и нелегальные наркотики: Практ. рук-во по проведению уроков профилактики среди подростков: В 2 ч. – изд. 2, перераб. и доп. – СПб.: ГМНПП «ИМАТОН», 2000. – Ч. 2. – 104 с.
4. Паульсон Ю.Н. Курение среди студенток первых курсов // Физические и психосоциальные особенности студентов: Сб. науч. ст. / Таллин. пед. ин-т им. Э. Вильде; Под ред. С.И. Тамм и др. – Таллинн: Таллинн. пед. ин-т им. Э. Вильде, 1986. – С. 118 – 121.
5. Творогова Н.Д. Новый подход к типологии студенческого социума // Психологическая служба вуза: принципы, опыт работы. – М.: НИИВО, 1993. – С. 170 – 177.
6. Мирзаянова Л.Ф. Упреждающая адаптация студентов к педагогической деятельности (кризисы, способы упреждения и смягчения) / Под ред. Т.М. Савельевой. – Мн.: Беларуская навука. – 2003. – 271 с.
7. Бандура А. Теория социального научения: Пер. с англ. / Под. ред. Н.Н. Чубарь. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
8. McGuire W.J. Persuasion, Resistance and Attitude Change // Ithiel de Sola Pool et al. (Eds). – Chicago: Rand McNally, 1973. – 230 p.
9. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Пер. с англ. / Общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной – М.: Прогресс, Универс, 1998. – 480 с.
10. Роджерс К.Р. Клиентоцентрированная терапия: Пер. с англ. – М.: Рефл-бук, 1997. – С. 29 – 72.
11. Хажиллина И.И. Профилактика наркомании: модели, тренинги, сценарии. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. – 228 с.
12. Янчук В.А. Интегративно-эклетиические ориентиры проблемы образовательной адаптации // Адаптация к профессиональной деятельности как психолого-педагогическая проблема: методологические основания, пути и способы решения: Материалы межд. науч.-практ. конф., Барановичи: В 4 ч. Ч. 1 / Редкол.: Л.Ф. Мирзаянова (гл. ред.) и др. – Барановичи: БГВПК, 2001. – С. 63 – 70.
13. Лефрансуа Г. Прикладная педагогическая психология. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 416 с. – (Проект «Главный учебник»).
14. Как избавиться от наркотической зависимости: Скажи наркотику «прощай» / М.С. Прусс, Л.Л. Кельин, Ю.Л. Мучник, В.М. Володин. – СПб.: Изд. Дом «Нева»; М.: ОЛМА-ПРЕСС Экслибрис, 2002. – 160 с.
15. Клонингер С. Теории личности: познание человека. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 720 с. (Сер. Мастера психологии).
16. Аргайл М. Психология счастья. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 271 с.: ил. (Сер. Мастера психологии).
17. Мэй Р. Мужество творить: Очерк психологии творчества: Пер. с англ. – Львов: Инициатива; М.: Ин-т общегум. иссл., 2001. – 128 с. (Серия «Psychology Vera»).
18. Анонимные наркоманы / Пер. из 5-го изд. осн. текста «Narcotics Anonymous», World Service Office, 2000. – 128 с.
19. Лазурский А.Ф. Избранные труды по психологии. – М.: Наука, 1997. – 446 с. (Сер. Памятники психологической мысли).
20. Reber A.S. The Penguin Dictionary of Psychology. – Boston: Allyn and Bacon, 1979. – 498 p.
21. Первин Л., Джон О. Психология личности: Теория и исследования / Пер. с англ. М.С. Жамкочьяна; Под ред. В.С. Магуна. – М.: Аспект Пресс, 2001. – 607 с.
22. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х т. – изд. 2-е, стереотип. Т. 1: Пер. с франц. – М.: Мир, 1996. – 496 с.