



кательности бытия. Смыслообразующие ценности привязывают человека к жизни, делают её интересной, полнокровной. Главный показатель наличия или отсутствия смысла жизни — эмоциональный тонус личности, её настроение. Оптимистическое настроение, жизнерадостность — самые верные интегральные показатели полноты смысла жизни у личности.

Ценности — важнейшая характеристика личности, её стержень.

Человеческая жизнь и деятельность развёртываются вокруг ценностей, благодаря им обретают смысл и значение. Они образуют ядро личности, являются той узловой «станцией», в которой сходятся потребности, устремления, мотивы, переживания, воля, деятельность, смыслы.

Ценности, придающие смысл жизни и деятельности, обладают эмоциональной привлекательностью. Они радуют человека, привязывают его к себе, вдохновляют и увлекают.

Несомненна связь эмоционально-ценностных отношений с барьерами, прежде всего ценностными, т.е. с отсутствием или нехваткой предметов потребности, с их дефицитом. Барьер создаёт такое внутреннее состояние у субъекта, которое определяет степень его чувствительности к определённым предметам, их привлекательности. Объективно предмет может быть сколь угодно важным, но при наличии беспрепятственного доступа мы к нему остываем. Так, здоровье — величайшая ценность. Но это осознаёшь лишь тогда, когда начинаешь его терять. Аналогично обстоит дело и с высшими ценностями: их привлекательность пропорциональна величине препятствий, мешающих удовлетворению соответствующей потребности. Это настолько очевидно, что нашло широкое отражение в художественной литературе, в пословицах и поговорках. По словам Джека Лондона, «всё прекрасное прекрасно до тех пор, пока ты не обладаешь им».

А.П. Чехов: «Никогда не любишь близких как в то время, когда рискуешь потерять их». Тацит: «Отдалённость увеличивает обаяние». «Любовь хороша только до тех пор, пока сопряжена с препятствиями», — пишет дю Террайль. Как известно, запретный плод сладок. Что имеем — не храним, потерявши — плачем. Отсутствие преграды обесценивает предмет любой потребности. Ценностный барьер и обусловленное им состояние дефицита не всегда переживается субъектом как эмоциональный дискомфорт и часто не осознаётся. С барьерами неразрывно связано происхождение и развитие всех эмоционально-мотивационных и ценностно-смысловых структур личности, в том числе формирование ценностного отношения к наркотикам.

Наркотики относятся к псевдоценностям, причём весьма специфическим. С одной стороны, они несут мощный эмоционально тонизирующий заряд, приводят человека в состояние блаженства, беспричинного радостного возбуждения, когда подавляются тревоги и печали и всё окрашивается в розовые тона (закон самоподкрепления эмоций). Положительно-эмоциональный, оптимизирующий эффект наркотиков настолько силён, что в корот-

Профилактика деструктивного поведения и авитальной активности



Александр Волков,
директор Пермского
образовательного
научно-
исследовательского
центра авитальной
активности

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), в мире ежегодно от 500 тысяч до миллиона людей заканчивают жизнь самоубийством. На каждое завершённое самоубийство приходится примерно 100 суицидальных попыток. По оценке ВОЗ, уровень самоубийств более 20 человек на 100 тысяч населения является критическим, а более 40 — экстремальным. Начиная с 90-х годов XX века уровень самоубийств в России приближается к отметке 40/100 тыс. В 2003 году этот показатель по России составил 36,1/100 тыс. В стране 2,7% всех умерших — самоубийцы. От самоубийств ежегодно погибают около 2800 детей и подростков в возрасте от 5 до 19 лет. В этих цифрах не учтены попытки самоубийства.

По данным Минздрава России, 3,1% школьников — наркозависимы, 16% — хотя бы раз употребляли наркотики, 8% — находятся в потенциальной группе риска. Из числа учащихся ПУ 4% — наркозависимы, 24% — употребляли наркотики, ещё 25% — находятся в группе риска. Из числа студентов вузов 4,8% — наркозависимы, 30% — употребляют наркотики, 20% — находятся в группе риска. Лишь 22% молодых людей от 12 до 20 лет не употребляли наркотики.

Деструктивное поведение проявляется в различных формах *авитальной активности* — деятельности, направленной на сокращение и (или) прекращение собственного биологического и (или) социального функционирования. Человек активными или пассивными действиями разрушает своё здоровье и (или) прекращает свою жизнь, причиняя биологический, психологический, социальный и экономический вред себе, близким и обществу в целом.



Авитальная активность проявляется в следующих формах:

- биологическое саморазрушающее поведение (суицидальное поведение);
- биосоциальное саморазрушающее поведение (хроническое самоотравление или злоупотребление психоактивными веществами — никотином, алкоголем, наркотиками и т.д.);
- социальное саморазрушающее поведение (уходы из школы, побеги из дома, бродяжничество, гэмблинг — игромания и др.).

Специфика деструктивного поведения в том, что профилактическая работа с отдельными его формами неэффективна. Например, если лишить человека возможности принимать наркотики путём только силового или медицинского воздействия, успешно решения проблемы будет иллюзорной, ибо велика вероятность рецидива или активации других форм авитальной активности, например суицидальной.

Чтобы оптимизировать профилактическую деятельность, в Пермской области при поддержке департамента образования создано некоммерческое учреждение «Пермский образовательный научно-исследовательский центр авитальной активности». Здесь разработан и реализован проект «Профилактика деструктивного поведения в детско-подростковой среде на территории г. Перми и Пермской области».

Мероприятия по реализации проекта были включены в городскую целевую программу «Профилактика алкоголизма, наркомании, токсикомании и ВИЧ-инфекции на территории г. Перми на 2004–2006 гг.». В рамках программы были проведены диагностические исследования 1000 школьников и воспитанников детских домов Дзержинского, Кировского и Мотовилихинского районов г. Перми; организованы обучающие семинары для психологов и педагогов, издано научно-методическое пособие, проводится консультативная работа.

Диагностическая программа включает комплекс оригинальных тестов и опросников, позволяющих выявить у подростков структуру авитальной активности, степень её напряжённости, а также её мотивационную систему.

По результатам диагностической программы формируются группы риска 1-й, 2-й и 3-й степени и разрабатываются инструкции-рекомендации по работе с этими категориями детей.

С группами 3-й степени риска проводится информационно-профилактическая работа, связанная с информированием учителей и подростков, а также их родителей о возможностях усиления авитальной активности и способах её предупреждения.

кий срок у субъекта возникает безудержное влечение к ним, всепоглощающая навязчивая страсть — то, что называют манией. В этом — самое опасное, самое коварное свойство наркотиков. Ни одна другая ценность не обладает таким мгновенно «засасывающим» свойством. Тот, кто не знаком с этим феноменом, даже не подозревает о его существовании. Поэтому он думает: «Я попробую один-два раза, узнаю, что это такое, а потом брошу». Глубокое заблуждение! Здесь уместна аналогия с древнегреческим мифом о путешествиях Одиссея. Когда путешественники доплыли до острова сирен, Одиссей сказал своим спутникам: «Скоро вы услышите пение сирен. У вас появится огромное влечение к этим существам. Но знайте: они своим сладкозвучным пением приманивают людей для того, чтобы предать их смерти. Никто из нас не сможет воспротивиться зову их чарующих песен. Давайте залепим ваши уши воском, а меня крепко привяжите к корабельной мачте, чтобы я не мог шелохнуться». Так и сделали. Но когда зазвучали волшебные голоса, очарованный Одиссей, обладающий железной волей, забыв о своих наставлениях, стал просить, чтобы его отвязали.

Наркотики действуют как сирены: вначале приманивают, а потом убивают человека. Перед ними особенно беззащитны дети и подростки, не знающие последствий наркотического опьянения и не обладающие сильной волей. Задача взрослых в том, чтобы довести до их сознания горькую правду, убедить, что **наркотики обладают страшным свойством: если их попробовать, обратного хода может не быть** — не хватит сил отказаться от них. Здесь речь идёт об опасности полного неведения, словесные описания пагубных свойств мало кого убеждают и воспринимаются как нечто придуманное людьми для того, чтобы запугать других. Я уверен, что подавляющее большинство из нас думает примерно так же и считает, что попробовать наркотики не страшно: стоит захотеть — и можно с ними покончить навсегда. Конечно, подростки рассуждают точно так же. А потом попадают в западню. Таким образом, у наркотика есть две стороны — привлекательная и страшная, причём привлекательная сторона прокладывает дорогу в ад, к смерти.

Уже при первом наркотическом опьянении во всю мощь проявляется эффект «эмоционального фильтра». В мире всё кажется прекрасным. Прекрасны окружающие люди, прекрасны девушки на дискотеке, чудесна музыка; все меня любят; я хорошо говорю, уверен в себе, легко и отлично танцую. Я рад, я счастлив, как в раю. Эти ощущения прочно оседают в памяти, закрепляясь в виде манящих сверхценных образов. Они сразу берут человека в плен. Не случайно ради воспроизведения испытанных наркотических эмоций (кайфа) подростки готовы ограбить, а если надо — и убить своих родителей или совершить любое другое преступление. Сознание заикливается на одной ценности — наркотической, все остальные вытесняются на обочину и девальвируются. **Это значит, у наркомана главным смыслом жизни становится наркопотребление.**



Такой ход развития событий можно предотвратить лишь одним путём, а именно: воспитанием у личности антинаркотических установок и системы здоровых, созидательных ценностно-смысловых ориентиров. В связи с этим представляет большой интерес знание психологических механизмов процесса смыслообразования.

Возникает вопрос: все ли ценности личности участвуют в смыслообразовании? Нет, далеко не все, а только те, которые доступны и **актуальны** для человека.

Так, ученик понимает, что знания нужны. Но учёба может потерять для него смысл, если он почувствует, что не в состоянии усвоить учебный материал, что бесполезно ходить на уроки. Дело усугубляется, если его ругают родители, учителя, третируют одноклассники. Словом, если ценность недоступна или кажется недоступной, если процесс её созидания часто сопровождается сильными негативными переживаниями, она теряет свой смыслообразующий потенциал.

В смыслообразовании важна степень доступности ценностей. Если они достаются легко, почти беспрепятственно, их привлекательность резко падает. А если же барьеры вообще отсутствуют и появляется неограниченный доступ к желанным благам, человек быстро становится к ним равнодушным. Ценность теряет актуальность, а вместе с этим — и смыслообразующий ресурс. Здесь проявляется общая закономерность: обязательным условием смыслообразования является наличие препятствий, затрудняющих доступ к ценности и превращающих её в **дефицит**.

На Западе, где уровень материального благополучия населения высок, давно наметился эмоциональный кризис. Постоянно возрастает число тревожных и депрессивных личностей, суицидов. У большинства жизнь статична. Основные потребности удовлетворены, а перспектив движения вверх практически нет. В бизнесе преуспевает не более двух-трёх процентов населения. Как это ни парадоксально, наращивая производство материальных благ, современный капитализм создаёт сытое, но депрессивное общество. Отсюда — поиск молодыми людьми экстремальных или неестественных форм удовлетворения своих потребностей (в опасных видах спорта, в вычурной музыке, наркотиках, в извращённом сексе и т.д.). Эта тенденция в дальнейшем резко усилится. Сверхсытая жизнь, сняв ценностные барьеры, неизбежно приведёт также к снижению трудовой и учебной мотивации подрастающих поколений. В некоторых странах Запады эта проблема стала настолько острой, что уже забили тревогу. Переоценка роли материальных ценностей в жизни общества чрезвычайно опасна: это атрофирует у людей самое главное — смысл жизни и толкает их к извращённым и деструктивным формам поведения.

Ключевую роль в механизме смыслообразования играют барьеры. С ними связано происхождение всех фигурантов смыслообразования — ценностей, устремлений, деятельности, радостей и страданий.

Значение барьеров особенно рельефно проявляется в двух биполярных ситуациях — когда преграды слишком велики или ког-

дения.

Для групп 2-й степени риска организуется психокоррекционная помощь на уровне школьных психологов: в каждом конкретном случае выявляются факторы, приведшие к усилению авитальной активности, а также средовые факторы (особенности семейной ситуации, семейных проблем).

Группы 1-й степени нуждаются в психокоррекционной и психотерапевтической помощи.

В ходе диагностических исследований были получены следующие данные:

1. 48,4% обследованных подростков оказались в группах риска с различной степенью тяжести: 1-я группа (тяжёлая) — около 5%; 2-я группа (средняя) — около 20%; 3-я группа (лёгкая) — около 20%.

2. Установлена субъективная оценка качества собственной жизни у подростков среднего и старшего школьного возраста:

— 72% учащихся оценили качество собственной жизни как удовлетворительное, 26% — как малоудовлетворительное и 2% — как неудовлетворительное;

— самая низкая субъективная оценка качества собственной жизни выявлена у подростков, проживающих в детских домах: 48,7% — удовлетворительное, 47,4% — малоудовлетворительное и 5,1% — неудовлетворительное;

— выявлена связь между оценкой качества собственной жизни и полом, возрастом, местом обучения, различными проявлениями авитальной активности.

3. Злоупотребление¹ алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами широко распространено среди подростков среднего и старшего школьного возраста:

— 22,6% подростков отмечают эпизоды злоупотребления алкоголем, 5,6% злоупотребляют алкоголем периодически и 2,7% — систематически;

— 3,7% подростков эпизодически злоупотребляют наркотиками, 1% — периодически и 0,9% — систематически;

— 23,5% подростков злоупотребляют никотином (курением).

4. Выявлена зависимость частоты и характера злоупотребления алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами от пола, возраста, характерологических особенностей и места обучения:

— максимальная распространённость злоупотребления алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами выявлена у подростков

ющих публикаций в СМИ по проблеме авитальной активности.

¹ Под *злоупотреблением* понимается употребление алкоголя, наркотиков и других психоактивных ве-



в детских домах:

алкоголь: эпизодически — 28,2%, периодически — 14,1%, систематически — 7,7%;

наркотики: эпизодически — 3,8%, периодически — 1,3%, систематически — 1,3%;

никотин: эпизодически — 17,9%, периодически — 17,9%, систематически — 20,5%;

— выявлены значительные различия по частоте злоупотребления наркотическими веществами у подростков в различных образовательных учреждениях: от 1,4% подростков в одной школе до 6,8% — в другой.

5. Широко распространены среди подростков среднего и старшего школьного возраста различные проявления авитальной активности:

— пресуицидальная активность²: усталость от жизни — 48,4% школьников, исчезновение интереса к жизни — 29,2%, испытывают желание умереть — 18,3%, хотели бы уснуть и не проснуться — 17%, не ждут от жизни ничего хорошего — 24%;

— суицидальная активность: мысли о самоубийстве — 17,9%, испытывали суицидальную готовность — 10,4%, совершали суицидальные попытки — 5,2%;

— парасуицидальная активность: самоповреждающее поведение — 8,8% школьников;

— не хотят иметь детей — 19,9%.

6. Установлена прямая связь между злоупотреблением различными психоактивными веществами и другими формами авитальной активности.

Реализация проекта позволила сделать следующие выводы:

— необходимо проводить дальнейшие исследования проявлений, структуры и выраженности авитальной активности у подростков среднего и старшего школьного возраста, чтобы планировать, осуществлять и координировать профилактические мероприятия;

— важно разработать специальные методы исследований проявлений, структуры и выраженности авитальной активности у детей младшего школьного возраста;

— кроме того, нужно проводить специализированные курсы повышения квалификации и переподготовки для психолого-педагогического состава, а также специалистов других ведомств (здравоохранения, соцзащиты, правопорядка);

— необходимо увеличить выпуск научно-методической и информационной литературы, разъясня-

ющих, приведшее к нарушению социальной адаптации или временному расстройству здоровья.

² Подразумевает наличие симптомов общего психологического неблагополучия, которое может привести

да отсутствуют вообще. Кризисные переживания, приводящие к депрессии и утрате смысла жизни, часто возникают под влиянием необратимого ценностного барьера — лишения человека очень важной ценности. **Но аналогичный эффект — тоска, депрессия — наблюдается и при отсутствии барьеров**, когда человеку открывается неограниченный доступ к желанным ценностям. В результате он пресыщается ими. Если нет никаких препятствий, ценности девальвируются, теряют привлекательность, а как следствие, атрофируются стремления и исчезают перспективы. Возникает агедония. Человеку кажется, что он познал все прелести жизни и от неё уже больше нечего ждать. В результате главный механизм сотворения радости — ожидание и реализация привлекательной перспективы — рушится. Не случайно суициды и депрессивные личности наиболее часто встречаются среди очень богатых и очень бедных.

Конечно, в обществе изобилия прагматические ценности не могут долго служить источником смыслообразования для обеспеченных людей. Здесь главное — дефицитные ценности, не утратившие свою привлекательность, причём ценности, которые ещё впереди. В зависимости от ситуации и индивидуальных особенностей личности значимость смыслообразующих ценностей неузнаваемо меняется. Для умирающего от жажды человека главным смыслом жизни на какой-то момент может стать глоток воды, для измученного в темнице каторжника — выход на волю, для утопающего — доплыть до берега, влюблённого юноши — улыбка девушки. Смыслообразующий потенциал ценностей определяется в первую очередь их дефицитностью, обусловленной барьером, то есть ситуационным фактором. В смыслообразовании может участвовать любая потребность.

Стало быть, по смыслообразующему потенциалу ценности отличаются друг от друга. В целом этот потенциал неизмеримо выше у дефицитных, а также динамичных ценностей: эмоциональная адаптация к ним затруднена. Дольше всего сохраняют свою привлекательность ценности, динамизирующие по восходящей траектории. Но материальная сторона жизни не может бесконечно повышать свою психологическую ценность. Так, если человеку с детства были доступны все блага, если он купался в нектаре и амброзии, познал все чудеса и красоты мира, он в считанные годы достигнет потолка роскоши и экзотики, особенно если он «и жить торопится, и чувствовать спешит». Тогда материальное благополучие и покупные прелести теряют своё смыслообразующее значение — они навевают лишь безразличие и скуку.

При постоянном, навязчивом присутствии приедается всё — даже золотые яблоки Гесперид и семь чудес света.

А в содержательном плане наибольшим смыслообразующим потенциалом обладают ценности, заключённые в деятельности, а также духовные ценности, прежде всего аффилиативные и эстетические. И самое главное — смысл жизни кроется прежде всего в переживаемых ценностях, приносящих радость и доброе настроение, вызывающих интерес и веру в будущее. **НО**

г. Казань