

Наталія Сиско

**ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФІЛАКТИКИ
НАРКОТИЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ
ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ**



Хмельницький
ФОП Цюпак
2022

УДК 159. 923 : 615. 015. 6 - 053. 6

С40

Схвалено для використання в освітньому процесі [рішення експертної комісії з професійної педагогіки, психології та змісту професійної (професійно-технічної) освіти від 15 квітня 2022 року (протокол № 4)], № 5.0001-2022 у Каталозі надання ґрифів навчальній літературі та навчальним програмам.

Рецензенти:

Сургунд Н.А. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та педагогіки Хмельницького національного університету.

Шевчук Л.І. – кандидат педагогічних наук, доцент, директор Науково-методичного центру професійно-технічної освіти та підвищення кваліфікації інженерно-педагогічних працівників у Хмельницькій області.

Сиско Н.М.

С40 Психологічні аспекти профілактики наркотичної залежності серед здобувачів професійної (професійно-технічної) освіти: навчально-методичний посібник: 2-ге видання, доповнене. – Хмельницький, 2022. – 174 с.

ISBN 978-617-513-962-1

У навчально-методичному посібнику розглядаються проблеми збереження психічного та фізичного здоров'я учнів професійної (професійно-технічної) освіти в контексті профілактики наркотичної залежності. Видання розраховане на практичних психологів, соціальних педагогів, викладачів, майстрів виробничого навчання закладів професійної (професійно-технічної) освіти та може бути корисним для інших фахівців, що працюють з учнівською молоддю.

УДК 159. 923 : 615. 015. 6 - 053. 6

*Присвячується світлій
пам'яті мого чоловіка
Сиско Ігоря Борисовича,
лікаря від Бога. З
безмежною любов'ю і
вдячністю...*

ВСТУП	5
I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ НАРКОТИЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ	7
1. Соціальні та психологічні аспекти проблеми профілактики наркотизації учнівської молоді	7
2. Психологічні умови виникнення та попередження наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти.....	12
3. Особистісний підхід до проблеми профілактики наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти	25
II. МЕТОДИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ, СХИЛЬНИХ ДО ВЖИВАННЯ НАРКОТИЧНИХ РЕЧОВИН	36
1. Наукове обґрунтування вибору інструментарію для дослідження індивідуально-психологічних особливостей учнів.....	36
2. Діагностичні методики для виявлення схильних до наркотизації осіб.....	57
2.1. Анкета для вивчення рівня схильності до вживання наркотичних речовин учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти	57
2.2. Опитувальник Г. Айзенка.....	59
2.3. Методика «Мотиви вибору професії».....	61
2.4. Діагностика потреб пошуку відчуттів (М. Цукермана).....	62
2.5. Модифікований опитувальник для ідентифікації типів акцентуацій характеру у підлітків (О.Є. Лічко – С.Л. Подмазін).....	
2.6. Опитувальник Міні-мульти (скорочений багатофакторний 64 опитувальник для дослідження особистості - СБОУ).....	
2.7. Методика дослідження вольової саморегуляції (А. Зверькова, 70 Є. Ейдмана).....	
2.8. Опитувальник «Шкала самооцінки» (ШСО).....	78
	81
III. ПСИХОЛОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА НАРКОТИЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ	83
1. Система психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти	83
2. Профілактично-розвивальний тренінг	112
3. Методичні рекомендації щодо проведення профілактичної роботи із запобігання наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти.....	145
ВИСНОВКИ	158
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ І ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	160

ВСТУП

Проблеми збереження психічного та фізичного здоров'я учнівської молоді, здійснення психологічної профілактики наркотичної залежності, зокрема, учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти (далі – ЗП(ПТ)О), розглядаються на державному рівні та набувають особливої актуальності в час проведення економічних, політичних, соціальних реформ в Україні [6; 7; 8].

Як зазначають спеціалісти, «послідовне і ґрунтовне врахування системою освіти особистості, її своєрідності, закономірностей функціонування і розвитку, її внутрішньої психологічної структури як певної цілісності, дозволяє забезпечити більш повне використання її продуктивного, творчого потенціалу, подолання гострих проблем, профілактику відхилень і хвороб» [16, с.148].

Наркоманію можна розглядати як соціальну хворобу, поширення якої відбувається всередині певних соціальних груп. Тому неможливе ізольоване існування наркомана в суспільстві – рано чи пізно навколо нього формується група, яка агітує і втягує інших у сферу вживання наркотиків.

На думку науковців та представників державних установ, пов'язаних з проблемами попередження наркотизації молоді, основний акцент повинен ставитись на первинній превентивній профілактиці, що має спрямовуватись на підтримку та розвиток умов, які здатні забезпечити фізичне, особисте та соціальне здоров'я молоді і на попередженні несприятливого впливу на юну особистість факторів соціальної та природної сфери [4; 6; 12; 14].

Фахівці зазначають, що первинна профілактика має стати масовою та більш ефективною [12; 14; 15]. Вона повинна ґрунтуватися на комплексному спостереженні за впливом умов та факторів соціального і природного середовища на здоров'я населення. До первинної профілактики належать заходи захисту, котрі протидіють поширенню негативного впливу наркопровокуючих факторів на юну особистість.

З психолого-педагогічної точки зору всі фактори наркотизації поділяються на об'єктивні і суб'єктивні. Відповідно до цього у профілактиці наркотичної залежності виокремлюються також два основних напрями: 1) робота із середовищем перебування підлітка (виділення факторів ризику та їхня нейтралізація); 2) робота з особистістю, розвиток у неї стійкості до несприятливих соціально-психологічних факторів.

Для викорінення такого негативного явища як схильність до наркотизації в учнівському середовищі розроблено та апробовано цілий

комплекс психолого-діагностичного і психолого-профілактичного інструментарію, який доцільно використовувати у роботі працівників психологічної служби з учнями ЗП(ПТ)О. Розроблені анкети допомагають виявити учнівську молодь, схильну до наркотизації, а профілактично-розвивальний тренінг дасть можливість усунути негативні прояви у поведінці, що здатні спровокувати у підлітків схильність до вживання наркотичних речовин.

Застосування психологічних засобів профілактики, які можуть бути об'єднані у певну програму, дозволяє навчати підлітків адекватному способу життя, навичкам спілкування, критичному мисленню, вмінню приймати рішення та активно протидіяти нав'язуванню йому спроб наркотизації.

Саме психологічні інструменти, а не медичні, є суттєвою діагностикою та превенцією станів особистості, що провокують схильність до поведінкових девіацій, наслідком яких може бути наркотична залежність.

Профілактично-розвивальний тренінг сприяє формуванню у підлітків здатності до самоаналізу, рефлексії, саморозвитку, подолання життєвих перешкод, відповідальності за наслідки своїх рішень, розвитку умінь самостійно ставити перед собою мету й визначати шляхи її досягнення, становленню оптимістичного бачення майбутнього, усвідомлення залежності майбутнього від минулого й теперішнього.

Результативність психолого-профілактичних і розвивальних занять полягає у розвитку в учнів ЗП(ПТ)О навичок соціальної адаптації, відкритості до спілкування, формуванні життєвих цінностей і цілей, перспектив, усвідомленні своєї ідентичності, підвищенні рівня життєвого оптимізму, налаштуванні гарного настрою, а також усвідомленні проблем, пов'язаних з наркоманією; зміні поглядів на проблеми тих, хто вживає наркотики.

I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОФІЛАКТИКИ НАРКОТИЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ

1. Соціальні та психологічні аспекти проблеми профілактики наркотизації учнівської молоді

Наркотизація – це глобальна загроза майбутньому всієї людської спільноти, незалежно від форми її соціального буття.

Організація Об'єднаних Націй та організації, які діють під її егідою, передовсім Всесвітня організація охорони здоров'я та ЮНЕЙДС, підкреслюють і наполягають на тому, що ці проблеми основною мірою не медичні, а біопсихосоціальні. Соціальний та психологічний аспекти наркотичних проблем становить близько 90% [109].

Дослідники намагаються виявити причини вживання наркотиків, механізми, які лежать в основі формування наркотичної залежності. При цьому висловлюються різні точки зору: одні відзначають переважаючу роль біологічних факторів у розвитку наркоманії, інші надають перевагу виключно зовнішнім факторам, умовам виховання та оточенню [93].

На думку П. М'ясоїда, ненормативний психічний розвиток особистості є особливим типом онтогенезу, що відбувається залежно від рівня життя в межах між психічною нормою та психічною аномалією за біологічних, соціальних і психологічних умов. На рівні організму на ґрунті незрілості або ранньої зрілості фізіологічних систем це призводить до недорозвинення або надрозвинення функцій психіки. На рівні індивіда на передній план виступає соціальна ситуація розвитку дитини, що сприяє формуванню ненормативних властивостей характеру. На рівні особистості ненормативність виявляється у вчинку, до якого вдається егоцентрична особистість [92, с. 162–186].

З психолого-педагогічної точки зору, всі фактори наркоманії поділяються на фактори середовища – соціальні та фактори особистості – психологічні. Відповідно до цього в питаннях профілактики наркотичної залежності виокремлюються також два основні напрями: 1) робота з середовищем перебування особистості (виділення соціальних факторів ризику); 2) робота з особистістю, яка навчається: виховання та розвиток стійкості до несприятливих соціально-психологічних факторів і дій.

Зокрема, факторами соціального аспекту є такі:

- надмірна комерціалізація суспільства; розпад цілого ряду соціальних інститутів, які раніше працювали на дитинство, криміналізація суспільства, зростання впливу сили, втрата престижу освіти й чесного заробітку;

- погіршення соціально-економічних умов функціонування сім'ї (низький матеріальний рівень, погані житлові умови), зниження моральної культури суспільства та сім'ї;

- політика держави у сфері засобів масової інформації, інституцій розваг, що підштовхують незміцнілі душі до наркотиків, алкоголю, деградації особистості;

- відсутність доступу представників незахищених верств населення до профілактичних, інформаційних і лікувальних програм; недостатність фінансового забезпечення щодо реалізації профілактичних програм з державного та місцевого бюджетів;

- відсутність достовірної діагностики та доступу до цільових профілактичних програм;

- орієнтація чинного українського законодавства лише на фіксацію необхідності дій у галузі третинної профілактики, боротьбу з кримінальними структурами або на примусове лікування наркозалежних осіб;

- проблеми компетентності педагогів та психологів у роботі з молоддю;

- недостатня профілактична робота з учнівською молоддю, повільне впровадження вітчизняних профілактичних програм, відсутність системної антинаркоманійної програми в засобах масової інформації; безпідставна та очевидна перевага в протинаркотичній боротьбі винятково медичного чи кримінального аспекту [109].

Стосовно психологічних факторів наркоманії у вітчизняній та зарубіжній літературі наводяться такі:

- занедбаність як наслідок зовнішньо несприятливих умов життя та виховання, недостатньої уваги до дитини;

- девіація як результат повної відсутності з боку батьків теплих, близьких взаємин з дитиною, необхідних для її повноцінного розвитку;

- фрустрація, зумовлена тим, що дуже часто задоволенню життєво важливих проблем особистості заважають непереборні труднощі;

- внутрішній конфлікт, формування комплексу особистісних проблем як перепон у сфері спілкування й діяльності, взаємин з людьми.

Невирішуваність внутрішніх суперечностей з близьким людьми і «значущими іншими» трансформуються спочатку у відчуженість, потім – у конфронтацію і, насамкінець, у постійну готовність до зіткнень, різних за способами взаємодії з оточуючими, в тому числі через вживання наркотиків.

Під соціальною залежністю дослідники проблеми розуміють той період наркотизації, при якому особистість ще не почала вживати психоактивні речовини, але спілкується з тими, хто їх уже застосовує, переймає стиль їхньої поведінки, ставлення до наркотиків та зовнішні атрибути і внутрішньо вже готова спробувати, схильна до наркотиків [169, с. 340–342].

Великий тлумачний словник сучасної української мови трактує поняття «схильність» як: потяг, прагнення, бажання чогось; наявність передумов до розвитку якої-небудь якості, властивості, стану; інтерес, пристрасть, любов до чого-небудь [35, с. 1221].

Ми визначаємо схильність до вживання наркотичних речовин учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти як потяг, прагнення, бажання особистості змінити свій психічний стан штучним шляхом, наявність передумов до формування наркотичної залежності.

Поняття «наркотична залежність» корелює з поняттями «наркоманія» (токсикоманія), «наркотизація». Дані терміни застосовують як у науковій, так і у офіційній джерельній базі. Оскільки терміни «наркотична залежність» та «наркоманія» означають і характеризують фактично хворобу на певних етапах її розвитку, а завданням є профілактика цього захворювання в учнів ЗП(ПТ)О, то для наукового пошуку важливо було з'ясувати поняття «наркотизація».

Аналіз поняття «наркотизація», вживаний у науковій літературі, виявив певну строкатість поглядів на його зміст, за якими воно трактується як:

а) вживання наркотиків і психоактивних речовин без формування наркоманії і токсикоманії (В. Бітенський, Б. Херсонський, С. Дворняк);

б) різновид психічної та фізичної залежності від хімічної речовини (Н. Максимова, С. Толстоухова);

в) потреба особистості змінити свій психічний стан (Н. Максимова, К. Мілютіна, В. Піскун);

г) соціальна хвороба (С. Белогуров).

Наркотизація розглядається як неуспішна спроба психологічного захисту особистості в негативних ситуаціях, усунення внутрішніх дисгармоній шляхом вживання наркотичних речовин. Центральним психологічним механізмом наркотизації є неуспішний захист сфери свідомості особистості від негативних переживань, що завдають психологічних травм, шкоди здоров'ю, а також використання фактора ризику, характерне для поведінки людини.

У психологічній науці наркотизація розглядається як проблема особистості, зіткнення з обставинами, що перешкоджають реалізації в її житті глибинних, базисних тенденцій та призводять до зловживання наркотиками. Наркотизація є захисною реакцією особистості на труднощі, які перешкоджають задоволенню найбільш важливих для неї потреб. Психологічний стан схильної до наркотизації особистості можна охарактеризувати як екзистенційну кризу, своєрідне виявлення невпорядкованості структури особистості та непристосованості до навколишнього світу.

Наркотизацію учнів ЗП(ПТ)О ми визначаємо як деструктивний особистісний процес, який проявляється в саморуйнації та спотворенні психологічної структури особистості, виникненні та фіксації механізмів психологічного захисту, порушенні процесу формування когнітивних структур учня ЗП(ПТ)О, його успішної особистісної та професійної самореалізації, що супроводжується вживанням наркотичних речовин та є антитезою особистісному розвитку, тенденцією до регресу, деградації особистості.

Психологічні аспекти профілактики наркотизації учнів ЗП(ПТ)О полягають передусім у виявленні їх психологічної готовності до вживання наркотичних речовин, тобто таких психологічних особливостей, які є свого роду «слабкою ланкою» в процесі соціалізації особистості.

Як зазначає Н. Максимова, етап перших спроб не є хворобою, він не має ніяких наркологічних закономірностей і загалом належить до поведінкових порушень. Більше того, перші спроби можуть узагалі залишитися одиничними, якщо це трапилося з соціально адаптованим підлітком. Цим випадкам вживання наркотиків притаманна відсутність мотивації зміни психічного стану, вибірковості, ритмічності прийому. Здебільшого мотивом наркотизації є цікавість, інтерес до експериментування. Однак, якщо через несприятливі умови особистісного розвитку в підлітка сформувалася потреба у змінненні свого психічного стану, в нього виникає бажання знову й знову вживати наркотичні речовини [120, с. 53].

Оскільки вживання наркотичних речовин, як правило, відбувається в групі, воно тісно пов'язане зі стандартами групової поведінки та спочатку виступає компонентом приемного проведення часу, а не самоціллю.

На етапі пошукового полінаркотизму потяг до наркотику поки відсутній, у особистості немає психічної залежності від нього. Це швидше стандарт групової поведінки, ситуаційна (групова) залежність, коли бажання вжити ту чи іншу психоактивну речовину виникає тільки в певній ситуації, у певному середовищі, проте на цьому етапі вже реалізується готовність до вживання наркотиків [120, с. 54].

Н. Максимова наголошує, що в початковий період вживання психоактивних речовин, тобто до формування потягу до них (поки ще немає психічної залежності) підлітку навряд чи може допомогти нарколог. Медикаментозне лікування застосовувати ще рано, а переконання про згубний вплив психоактивних речовин не сприймається, оскільки в підлітка вже сформована психологічна готовність до вживання наркотиків. Допомогти може тільки вплив, спрямований на порушення установки готовності. Стає необхідним виправлення відхилень у розвитку особистості, які детермінують прагнення змінити психічний стан штучним шляхом. Найбільший ефект може дати психологічний (психотерапевтичний) вплив, що базується на

знаннях психологічних причин виникнення потреби у вживанні психоактивних речовин [120, с. 55].

Дослідження проблем наркотизації у джерельній базі дозволило з'ясувати, що в різних країнах світу зловживання психоактивними речовинами розуміється по-різному, залежно від державної політики щодо цієї проблеми.

Зокрема, кінцевою метою первинної профілактики в Голландії вважається зниження ризику вживання «важких» наркотиків, у Великій Британії – вміння відповідально вживати психоактивні речовини, а в Україні, США, Австралії – повна відмова від немедичного вживання психоактивних речовин [116].

Всесвітня організація охорони здоров'я класифікує профілактику наркоманії на первинну, вторинну та третинну форми.

Метою первинної профілактики є попередження виникнення особистісних негативних змін, які можуть зумовити початок наркотизації та сприяння посиленню позитивних механізмів розвитку особистості.

Вторинна профілактика включає в себе як соціальні, так і медичні заходи неспецифічного та специфічного характеру. Вона є розвитком інтегративної когнітивно-поведінкової та соціально підтримувальної психотерапевтичної моделі, яка спрямовується на подолання негативного стану й вирішення проблем, пов'язаних із ризиком наркотизації. Контингентом вторинної профілактики є особистості з поведінкою ризику, адиктивними формами поведінки (пропуски занять, втеча з дому, рання вагітність, експериментування з наркотиками). Метою вторинної профілактики є припинення патогенного процесу та заміна поведінки ризику на адаптовані форми поведінки.

Третинна профілактика спрямовується на гальмування розвитку наркоманії як хвороби шляхом відповідного лікування хворих, зниження ймовірності рецидиву хвороби, попередження переходу вже сформованої хвороби в її більш важку стадію, розвитку соціальної реадaptaції хворих і скорочення строків їх тимчасової непрацездатності.

Вживання наркотиків є основною причиною передчасної смерті. Деградація молоді в майбутньому призведе до фізичної, моральної та духовної мутації всіх вікових груп. Цій загрозі можна запобігти.

На державному рівні Урядом України прийнято Концепцію розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року [119], Порядок проведення моніторингу наркотичної та алкогольної ситуації в Україні [118], Указом Президента України прийнято Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі [117], якими передбачено основні шляхи профілактики наркоманії: посилення пропаганди здорового способу життя; покращення системи ранньої профілактики; психолого-педагогічне діагностування; здійснення

індивідуальної роботи; виявлення та облік учнів, схильних до правопорушень, бродяжництва, пияцтва та вживання наркотичних речовин; формування відповідних банків даних; посилення інформаційно-консультативної роботи з сім'ями; використання існуючого наукового й методичного потенціалу. Акцентується увага на проведенні соціально-педагогічних і психологічних досліджень з профілактики наркоманії; розробка та впровадження цільових профілактичних заходів, спрямованих на профілактику поширення наркоманії серед неповнолітніх і молоді; викладанні спецкурсів з попередження наркоманії.

В останні роки в суспільстві все більше усвідомлюють, що формування здорового способу життя треба розпочинати вже в дитинстві й наполегливо здійснювати в підлітковому віці, коли особистість стає суб'єктом життєвого та професійного становлення, починає свідомо ставитись до свого здоров'я.

Дослідження та практика засвідчують, що утримання від куріння, алкоголю й наркотиків у віці від 10 до 21 року гарантує, що особистість ніколи вже не буде їх вживати. Саме тому профілактика наркоманії є результативною за умов недопущення наркотиків у місця, де навчаються та проводять вільний час підлітки; компетентного інформування учнів про шкоду психоактивних речовин; створення умов у навчальних закладах для розвитку та самоствердження учнів, утвердження здорового способу життя [116].

Шлях до самореалізації особистості пролягає через пробудження в ній можливостей, осягнення структур та елементів справжнього, суто людського існування. Такими структурами та елементами є вже відомі екзистенціали: «вибір», «надія», «проект», «план» [106, с. 23].

Отже, причини наркотизації учнівської молоді – це більшою мірою психосоціальні розлади, які викликаються характерними особливостями особистості й характеристиками середовища, що впливає на особистість, а також специфічними комбінаціями індивідуальних і середовищних характеристик.

Ефективна психологічна профілактика наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О буде успішною за умови врахування соціальних і психологічних чинників наркотизації й вибудовування особистісного підходу, здатного підвищити можливості особистості для самореалізації та самопрофілактики в динамічному соціальному середовищі.

2. Психологічні умови виникнення та попередження наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти

Процеси формування та розвитку особистості відповідно до зовнішніх аспектів соціальної ситуації розвитку та провідної діяльності у

вітчизняній психології досліджували Л. Виготський, Л. Божович, Д. Ельконін, О. Леонтьєв.

Вступ молоді до закладів професійної (професійно-технічної) освіти супроводжується змінами в їхній соціальній стратифікації.

Суспільний стан і статус учнів ЗП(ПТ)О порівняно зі школою стає іншим, що має вплив на психіку особистості та визначає деякі її особливості. Цікавою є думка М. Папуча, який вважає, що сенс цього періоду полягає в перетворенні дитини на суб'єкт власного життя [108]. Свідомий вибір напряму життєвого шляху розглядається як провідна діяльність цього віку.

С. Максименко зазначає, що теорія психічного розвитку ґрунтується на розумінні того, що рушійні сили розвитку особистості зумовлюються суперечностями між потребами, які постійно змінюються (розширюються) в життєдіяльності людини та реальними можливостям їх задоволення [79].

Значна кількість професій, з яких здійснюється підготовка учнів, розрахована на трирічний термін навчання (тобто, в ЗП(ПТ)О більшість учнів навчається протягом трьох років).

Вік учнів перебуває в межах 15-18 років. Велика кількість вікової періодизації в наукових джерелах свідчить про об'єктивний факт багатовимірності й багатоваріативності людського розвитку, що включає в себе онтогенез, соціалізацію особистості.

Зокрема, М. Савчин визначає три етапи переходу до дорослішання: підлітковий вік (від 11 до 14 років у дівчаток, від 12 до 15 років у хлопчиків); рання юність (від 15/16 до 17/18 років); зріла юність (від 18 до 20 років) [143].

Враховуючи ці позиції, визначаємо віковий період учнів ЗП(ПТ)О як *ранній юнацький вік*. У цьому періоді відбувається соціальне та особистісне самовизначення. Головними психологічними надбаннями раннього юнацького віку, за визначенням І. Кона, є відкриття свого внутрішнього світу, усвідомлення своєї неповторності та унікальності [61; 62]. Особистість раннього юнацького віку потребує не стільки автономії від дорослих, скільки чіткої орієнтації та визначення свого місця в житті. Це зумовлює необхідність розвитку інтегративних механізмів самосвідомості, формування світогляду й життєвих позицій. У ході профілактики наркотичної залежності необхідно врахувати і вікові особливості учнів ЗП(ПТ)О.

Ранній юнацький вік (15 – 18 років) характеризується двома періодами соціалізації: по-перше, – як межа дитинства, по-друге, – як початок дорослішання з радикальною зміною соціальних ролей, початком професійного самовизначення та розвитку.

Вікова стратифікація зумовлюється системою пов'язаних з віком соціально-психологічних очікувань та обмежень і має фазу переходу від залежного від інших дитинства до самостійної та відповідальної дорослості. Це передбачає, з одного боку, завершення фізичного, зокрема, статевого

розвитку, а з іншого – досягнення соціальної зрілості, яка потребує відповідального власного вибору. Водночас в умовах, коли отриманий досвід є вже не достатнім для нормального самопочуття, а дорослий досвід ще не набутий, учень ЗП(ПТ)О повинен швидко й самостійно знаходити вирішення основних завдань власного подальшого розвитку. Просування особистості в процесі вирішення таких завдань завжди є суперечливим і конфліктним.

У цей період юнацтво має впоратися з великою кількістю завдань розвитку – з більшою, ніж в будь-який інший період наступного життя. Учень повинен: підготуватися до виходу з батьківської оселі; визначити перспективу майбутньої професійної діяльності; досягти визнання в навчальній групі; створити дружні, партнерські стосунки; розробити власну шкалу цінностей та етичної самосвідомості як особистості, що на цьому етапі значною мірою залежить від соціального оточення – «психосоціального мораторію», яке є простором для власного експериментування. У результаті виникає стан «нормативної кризи», зумовлений безліччю завдань (фізичне дозрівання, засвоєння ролі дорослого, вибір та опанування професією, вибір друзів). Ці проблеми утруднюють шлях до здійснення власної ідентифікації. У межах такого мораторію відбувається апробація суб'єктивних переживань, альтернатив ідеологічних напрямів і більш реалістичних обов'язків спочатку в ігровій, навчальній формі, а потім у вигляді пристосування до вимог навчального закладу, виробництва, суспільства. Якщо учень має слабкі адаптаційні можливості, це може зумовити стан фрустрації й наркотизацію особистості.

Головні новоутворення цієї вікової страти – відкриття власного «Я», розвиток рефлексії, осмислення власної індивідуальності та її особливостей, поява життєвих планів, установка на свідомі сфери життя, що спрямовує «Я» на практичне включення в різні види життєдіяльності. Цей процес супроводжується негативними та позитивними проявами. У цьому періоді особистості властиві неспокій, тривога, роздратованість, диспропорція у фізичному та психічному розвитку, агресивність, незібраність, суперечність почуттів, абстрактність бунту, меланхолія, зниження працездатності. Однак цей етап життя характеризується й позитивними проявами: появою нових соціальних зв'язків, цінностей, потребою відчуття єдності з соціумом і матеріальним виробництвом, усвідомленням матеріальних і духовних цінностей, іншим розумінням соціальної ролі. Якщо для учня характерна низька стійкість до різних несприятливих впливів, не сформовані вміння долати труднощі, то виникає загроза його наркотизації.

Надзвичайно важливими процесами перехідного віку є розширення кругозору особистості, кола її спілкування, колективної приналежності та збільшення кількості людей, на яких учень ЗП(ПТ)О орієнтується. Водночас у цьому віці типовими є внутрішні суперечності, підвищена сором'язливість і одночасно агресивність, схильність займати крайні позиції й точки зору. Чим

більше відмінностей між світом дитинства і дорослим світом, тим сильніше виявляються напруження та конфліктність, які необхідно навчитись долати.

Подолання труднощів починається при зіткненні учня з небезпеками, загрозами та вимогами суспільства. За Лазарусом, воно відбувається у три стадії: перша – когнітивна й афективна оцінка ситуації, друга – оцінка альтернативних можливостей вирішення проблеми і третя – оцінка, тобто переоцінка ситуації та вибір альтернативних форм поведінки [116]. Нездатність до міжособистісного спілкування, невміння знайти правильний вихід з конфліктної ситуації можуть спрямувати учня до неуспішного психологічного захисту, наркотизації.

Становлення особи раннього юнацького віку як індивіда й особистості в аспекті діяльнісного підходу розглядається як результат взаємодії біологічного та соціального в людині. Водночас в цю взаємодію включається третій фактор – особистість самого учня. Самопізнання учня сприяє більш глибокому розумінню інших людей, а його соціальний розвиток формує у процесі самопізнання базу для подальшого власного розвитку.

Пошук учнем особистісної ідентичності стає центральним завданням періоду дорослішання, складність якого полягає в узгодженні власних переживань з переживаннями людей, які оточують його, та пристосування до суспільних норм.

Для цієї категорії учнівської молоді характерним є новизна стосунків та обставин, поєднання загальноосвітньої підготовки і професійної освіти, початок засвоєння нових видів діяльності, пов'язаних з предметним світом, розширення контактів і новий зміст вимог, які зумовлюються системою навчально-виробничого, виховного процесів у ЗП(ПТ)О та новими суб'єкт-суб'єктивними стосунками в середовищі учнів, педагогів, виробничників.

Вперше в учнів з'являються власні гроші – стипендія, а також кошти, зароблені під час виробничої практики. Отже, нові умови, в які потрапляє учень ЗП(ПТ)О, є досить суперечливою соціальною ситуацією, яка сама по собі містить психологічні умови, в яких відбуваються суттєві зміни у спілкуванні юнацтва, з'являються нові переживання в стосунках із однолітками, дорослими.

Необхідність визначення життєвих перспектив і недостатня сформованість способів їх досягнення становлять головну суперечливість цієї вікової страти, розв'язання якого одночасно є необхідною умовою оволодіння новими для особистості способами саморегуляції, самореалізації, самоєфективності.

Підвищення рівня зовнішніх вимог та об'єктивна необхідність визначити своє місце в дорослому житті становлять центральний момент у самосвідомості учнів.

Саме тому ранній юнацький вік вважається періодом інтенсивного розвитку самосвідомості особистості. Цей процес детермінується зовнішніми

обставинами (об'єктивними), а також внутрішніми закономірностями розвитку. Як зазначає Г. Костюк, процес становлення людської особистості відбувається як «саморух», у якому взаємодіють зовнішні та внутрішні умови, що визначаються природним і суспільним середовищем, необхідним для існування індивіда, його життєдіяльності, навчання, праці, розвитку [39].

Процес самопізнання учнів стає більш усвідомленим і цілеспрямованим, зростає критичність та об'єктивність самооцінок, когнітивна складність і диференційованість уявлень про себе, що в сукупності формує образ «Я», нерозривно пов'язаний з моральною, духовною і соціальною позицією особистості.

Отже, для віку, якому відповідають учні ЗП(ПТ)О, притаманні такі головні психологічні надбання, як: актуалізація процесів формування суб'єктивної картини світу, соціальної позиції та основ світогляду; набуває гостроти й усвідомлюється життєва спрямованість у майбутнє, пошук сенсу життя, яке починає сприйматися як цілісний неперервний процес зі своїми спрямуванням, змістом і послідовністю.

Польський вчений Тадеуш В. Новацький наголошував: «Всесвіт зародив людину, а людина створила всесвіт завдяки творчій праці своїх рук» [98, с. 7]. Науковець стверджував, що «виховні цінності ручної роботи втілюються у формуванні характеру учнів. Ручна праця розвиває поміркованість у способах використання матеріалів та уяву, яка створює остаточні образи. Одночасно ручна праця розвиває прості робочі позитивні риси (сумлінність, працьовитість, витривалість, уміння подолати різноманітні труднощі), виробляє вміння пов'язувати явища з їхнім оточенням – а, отже, сприяє системному аналізу реальності» [98, с. 91].

Під час навчання у ЗП(ПТ)О, особливо коли учень виходить на виробниче навчання, виробничу практику і на власному досвіді переконається у своїх професійних можливостях та отримує від успіхів задоволення й насолоду, відбувається важливий психологічний феномен – процес життєтворчості виходить на перше місце у психологічній структурі особистості й виступає психологічною умовою попередження наркотизації. Якщо ж відбувається недооцінювання вкладеної праці особистості з боку педагогів, майстрів виробничого навчання, в учня падає мотивація, з'являється байдужість, подальша діяльність виконується формально, без мотиваційного напруження, необхідного для високого рівня досягнення, знижується інтерес до навчання, навколишньої дійсності, що підвищує ризик наркотизації учнівської молоді.

В. Рибалка наголошує: «Слід виключити всі форми навчання і виховання, пов'язані з приниженням та знеціненням ... учня як майбутнього громадянина і професіонала» [133, с. 36].

У закладах проєсійної (професійно-технічної) освіти учнівська молодь не тільки здобуває робітничу професію, але й залучається до гуртків

технічної творчості, художньої самодіяльності, спортивних секцій, що дає змогу розвиватися всебічно, задовольняти свої уподобання, реалізовувати здібності й таланти.

Таким чином, перед учнями життєва, особистісна та професійна самореалізація стають головними соціальними та психологічними запитами.

Період навчання в ЗП(ПТ)О виступає для особистості як сфера реалізації та подальшого розвитку її здібностей, сфера соціальних контактів, у яких втілюються її цінності, установки, уявлення, спрямування та життєві сенси в конкретно-практичних і поведінкових формах.

У ЗП(ПТ)О є достатня кількість учнів, які потребують психологічної допомоги, оскільки їхній віковий період відрізняється глибиною біологічною перебудовою організму, різко вираженими психоендокринними змінами, є тим «критичним періодом» онтогенетичного розвитку, коли внаслідок змін загальної і нервової реактивності значно підвищується ризик виникнення різних граничних нервово-психічних розладів і пов'язаних з ними поведінкових девіацій.

Як показують дослідження, причинами саморуйнівного, аномального, деструктивного розвитку, як правило, є: нездатність особистості до продуктивного виходу зі складної ситуації задоволення життєво актуальної потреби; несформованість і неефективність способів психологічного захисту, які допомогли б людині подолати емоційне напруження; наявність психотравмальної ситуації, з якої особистість не знаходить конструктивного виходу.

Небажання особистості уникнути саморуйнації визначається науковцями як еквівалент депресивних станів. Негативні соціальні та психологічні фактори, що впливають на особистість, певним чином вводять людину в депресивний або субдепресивний стан. Разом з тим, приклад сильних, цілеспрямованих, активних і незалежних особистостей, з якими вона намагається себе ідентифікувати, спонукає приховувати свій дійсний стан і штовхає до позбавлення від гнітючих думок і почуттів за рахунок «модних та престижних ліків» – наркотиків [116, с. 69].

Американські експерти Національного інституту наркоманії стверджують, що наркотики кардинально змінюють головний мозок людини, викликаючи маніакальний, не підпорядкований контролю потяг до їх вживання. Вони зазначають, що сьогодні відомі 72 фактори ризику виникнення наркоманії та наркотичної залежності, які мають різну вагомість і можуть впливати на стан особи, сім'ї або суспільства. Ці фактори ризику є рушійними для осіб з певними рисами характеру за певних особистісних обставин: стан стресу, наявність друзів-наркоманів, доступність наркотиків, психологічний тиск або бажання уникнути неприємностей, змінити настрій, своє ставлення до дійсності або свій емоційний стан та зажити веселіше з допомогою наркотиків [116].

Як зазначають експерти, загальний механізм полягає в тому, що наркотик викликає виділення в певній частині головного мозку, яка називається «доріжкою метаболічної винагороди» речовини, що має назву «дофамін». Дофамін слугує нейрохімічним передавачем. Певний рівень дофаміну в мозку виробляється в нормальних умовах під дією смачної їжі, занять улюбленими видами діяльності. Він необхідний для людського життя, бере участь у моторній функції. Зокрема, дефіцит дофаміну призводить до моторних порушень (хвороба Паркінсона). Шизофренія та депресія частково викликаються недостатністю в головному мозку саме дофаміну, проте вміст його повинен підтримуватись на одному рівні.

Дофамін – ключовий елемент, і всякі речовини, які викликають наркотичну залежність, змінюють його вміст у цій частині мозку. На початку прийняття наркотиків збільшується виділення дофаміну, але з часом відбувається зворотній процес. Зменшення об'єму виділення дофаміну зумовлює в наркозалежній особі не лише потребу поліпшити свій психічний стан, але й уникнути фізичного болю, оскільки настає фізична залежність. У зв'язку з цим, пошук і вживання наркотиків для поліпшення психічного й фізичного стану стає все інтенсивнішим, дози – більшими, а здоров'я – погіршується [116, с. 96–97].

Наркотики вживають для зміни психічного стану, входження в стан ейфорії. Вони викликають ілюзорні відчуття власної значущості та всемогутності, яскраві галюцинації, нереальне сприйняття часу, кольору, форм, розміру предметів, відстані та звуків.

Ейфорія (за визначенням В. Зав'ялова) – це психічний стан людини, «що несе екстремально гарну оцінку» всьому, що людина здатна на цей момент відчувати, сприймати, згадувати, думати й фантазувати. В ейфорії проявляється некритичність і нездатність правильно, реалістично оцінювати те, що відбувається. Вона впливає на мислення, сприйняття, пам'ять. Все, що людина бачить і чує, сприймається в радісному збудженні. Пам'ять ніби сама відсікає всі турботи, неприємності. Людина думає, що вона по-справжньому щаслива. Очікує тільки успіху від своїх задумів та починань, вдячності і схвалення своїх дій оточуючими. При цьому різко змінюється самооцінка – вона стає значно завищеною [50].

Отже, наркотизація виступає засобом наближення особистістю свого психічного стану до ейфорії, уникнення негативних емоцій, а отже призводить до деструкції, руйнації самої особистості.

Важливим є з'ясування психологічних механізмів наркотизації. Сучасні літературні джерела (С. Березін, К. Лисецький, О. Літягіна, В. Менделевич, С. Назаров, Н. Самікіна, О. Ушмудіна) розкривають сутність феномена психічної залежності, що характеризується як певний вид поведінки з таких позицій: як патерн взаємодії зі світом і самим собою, що циклічно повторюється, підкріплюється переживаннями щодо задоволення

потреб; як тимчасове ослаблення внутрішньої напруги, що виникає при фрустрації значущих для особистості потреб (необхідна умова – зовнішній стимул до зняття внутрішньої напруги); як форма суб'єкт-об'єктних відносин, у яких суб'єктом виступає предмет залежності; як поведінка, що визначається одним домінуючим мотивом (мономотивація); як спотворена форма взаємодії з середовищем, що спрямовується фіксованою потребою, котра заміщає дійсну.

У психології традиційно склалися різні підходи до пояснення причин формування психологічної наркозалежності.

З позицій психоаналітичної теорії, А. Фрейд, З. Фрейд, Г. Гартманн, П. Блос вказують, що це – невирішені конфлікти дитинства, емоційна залежність від дорослих, психологічна регресія. К. Юнг зазначає, що формуванню психологічної наркозалежності сприяє комплекс таких властивостей, як лінь, пасивність, злість, егоїзм. А. Адлер підкреслює як причину – недостатньо розвинене відчуття спільності, а Е. Еріксон – порушення ідентичності.

З погляду гуманістичної психології в основі психічної залежності людини лежать мазохістичні тенденції, наявність постійної потреби в симбіотичному зв'язку, страх самотності та відторгнення, на які вказував Е. Фромм. Біхевіористи (А. Бандура, Д. Уотсон, Р. Уолтер, Е. Торндайк) в якості причин виникнення залежності вбачають порушення процесу успішної соціалізації. Представники теорії стресу й допінгу А. Маслоу, А. Каннер, С. Фолькман, Р. Лазарус підкреслюють домінування стратегії, за якої людина намагається уникнути контакту з навколишньою реальністю, ухилитися від вирішення проблем.

З позицій інтеракціоністського підходу (А. Реан, Л. Філіпс, Т. Шибутані), психоактивна речовина може виступати засобом, який сприяє уникненню фрустрації та ефективній адаптованості особистості в ситуації «блокади потреб».

А. Менегетті вважає, що з погляду онтопсихології за наркотизацією стоять процеси розладу «Я», особистісна незрілість, відчуття провини. З точки зору психосинтезу (Р. Асаджіолі), причиною формування наркотичної залежності є відчуття невизнаності в суспільстві.

Гештальттерапія пояснює, що залежна поведінка пов'язана з порушенням процесу «контакт-відхід», лише одна домінуюча потреба стає фігурою, втрачається контакт з реальністю (Ф. Перлз).

У діяльнісному підході (С. Рубінштейн, Б. Ананьєв) залежна поведінка визнається як помилково опредмечена потреба, тобто домінуючим мотивом стає пошук об'єкта, що задовольняє цю потребу.

В. Сухомлинський вказував на ряд суперечностей духовного розвитку особистості раннього юнацького віку: непримиренність до зла й неправди, готовність вступити в боротьбу з найменшим відхиленням від

істини та невміння розібратися у складних явищах життя; прагнення бути хорошим і нетерпиме ставлення до виховних впливів; прагнення до самоствердження й невміння зробити це; численність бажань та обмеженість сил, досвіду, можливостей для їх здійснення; показне заперечення авторитетів, захоплення ідеальним і сумнів у тому, що ідеальне існує в буденному житті; романтична захопленість і «моральне невігластво» тощо [153, с. 322–338].

Когнітивні бар'єри заважають учневі адекватно осмислити ситуацію. У розпорядженні «залежної» молоді є цілий арсенал когнітивних міфів, захисних механізмів, спрямованих на самообман, створення ілюзорно-компенсаторної дійсності. Вона починає жити в неіснуючому світі. Їй здається, що можна контролювати ситуацію, управляти нею. Насправді ж реальність є іншою. Тому тільки подолання когнітивного бар'єру призводить до переосмислення ситуації, усвідомлення того, що обраний шлях веде до саморуйнації та деградації. У зв'язку з цим учень повинен уміти долати поведінкові бар'єри.

Таким чином, за період навчання в ЗП(ПТ)О учень вирішує специфічні завдання, пов'язані з його розвитком: прийняття своєї зовнішності та розширення можливостей власного тіла (спорт, дозволя, саморегуляція, трудова діяльність, мистецтво); засвоєння специфіки поведінки та образу своєї чоловічої або жіночої ролі; встановлення нових, більш зрілих стосунків із ровесниками іншої статі; формування емоційної незалежності від батьків та інших дорослих; підготовка до професійної кар'єри; формування соціально відповідальної поведінки, підготовка до участі в суспільній діяльності та засвоєння політичної і громадянської відповідальності; побудова системи цінностей та етичної свідомості як орієнтирів власної поведінки, в процесі якої відбувається зіткнення з педагогами, ровесниками, батьками, соціальним середовищем, розширення «особистісного простору», переживання стресів; ставлення до життя, смерті, вічності, Бога.

Не вирішені з різних причин завдання дорослішання впливають на подальший розвиток особистості, блокують можливості саморозкриття й особистісного зростання. Найчастіше завдання дорослішання вирішуються стихійно, що спричиняє переростання завдань, які могли бути вирішені в ранньому юнацькому віці, в нерозв'язані проблеми всього подальшого життя. У зв'язку з цим, більшість комплексів неповноцінності, які переживають дорослі, є не що інше, як не вирішені в дитинстві завдання дорослішання [116, с. 63].

Найбільш вагомою серед причин наркотизації виступає одна з найцінніших якостей особистості – цікавість: допитливість розуму, який сам себе спонукає до загибелі. Цікавість – це психічний стан, який виникає в результаті необхідності орієнтуватися в навколишньому середовищі. Відомо,

що орієнтовно-дослідницький рефлекс «що таке?» закладений у природі тварини й людини. Цей механізм відіграє важливу роль у пристосуванні людини до середовища життєдіяльності. Найчастіше цікавість, як психічний стан, припиняється після того, як таємниця з'ясувалась, а невідоме стало відомим. При цьому в дітей цікавість проявляється сильніше, ніж у дорослих. Питання, чому прагнення до нових вражень сильніше за страх смерті, залишається відкритим.

Вітчизняні дослідники вважають, що в багатьох випадках адиктивна поведінка зумовлена діями механізму пошуку вражень на фоні нерозвиненості сфери потреб, безсистемним процесом соціалізації та особливостями емоційної сфери: низькою стресостійкістю, підвищеною тривожністю, імпульсивністю [17, с. 40].

Одним із перших авторів, який запропонував методику зміни потреб щодо пошуку вражень, які мотивують людину до того чи іншого виду діяльності, був американський психолог М. Цукерман. Основою його теорії, створеної в 60-ті роки ХХ ст., стало положення про те, що люди відрізняються за оптимальним рівнем стимуляції та збудження, й ці відмінності впливають на вибір ними різних форм життєвої активності. У 1979 році М. Цукерман описав загальний патерн поведінки, пов'язаний з високою схильністю до пошуку вражень, і визначив її як потребу в різноманітності нових вражень і переживань та в прагненні до фізичного й соціального ризику заради цих вражень.

Методика М. Цукермана дозволяє здійснити розширення можливостей індивідуального підходу до корекції поведінки юнака, адже виявляючи її інтереси та схильності, можна по-різному спрямовувати й активність: зацікавити заняттями спортом з високим ступенем ризику, розвивати інтелектуальні інтереси, включати в неформальні молодіжні об'єднання просоціальної орієнтації тощо [30, с. 41].

В останні десятиріччя в центрі уваги психологів стоїть проблема емоційного стресу. Причини його різноманітні: катастрофи, стихійні лиха, міжнаціональні та міжрегіональні конфлікти, зростання насильства, економічна нестабільність, проблеми в сім'ї, фізичне напруження, хвороби близьких, монотонна діяльність дорослих, проблеми навчання тощо.

Стрес вважається однією з причин багатьох фізичних захворювань і психічних розладів, а також факторів, які сприяють вживанню наркотиків. Аналізуючи особливості сприйняття юної людини у стресових ситуаціях, можна виділити декілька психологічних причин, які сприяють вживанню наркотиків: низька самооцінка, зосередження на зовнішньому оточенні, оцінка свого настрою відносно настрою інших людей, нездатність ідентифікувати або висловити почуття, нездатність просити допомоги, екстремальне мислення.

Урахування психологічних особливостей учня, який перебуває у стресі, надання йому психологічної допомоги, підвищення його компетентності в цьому питанні, дозволяє знизити ризик негативних наслідків цього психічного стану.

Дослідження американського вченого Д. Кандела показало, що вживанню наркотиків майже завжди передують вживання алкоголю й тютюну. Це пояснюється тим, що вживання одних наркотичних речовин, а саме алкоголю й тютюну, фактично знімає заборону на вживання інших [116, с. 37].

Дані ВООЗ та МОЗ України констатують, якщо молоді люди у віці 12-17 років палять, то ймовірність вживання ними героїну у 12 (а кокаїну у 51) разів вища, ніж у тих, хто не палить. Якщо ж юнаки випалюють більше однієї пачки цигарок на день, то ймовірність вживання ними героїну підвищується у 51 (а кокаїну у 106) разів. Як правило, молодь, яка ніколи не палила, майже ніколи не вживає наркотики [120].

Як визначив С. Березін, наркотизація молоді корелює також з вираженістю симптомів гіперактивності (ГА) та мінімальної мозкової дисфункції (ММД). Окрім ознак ГА-ММД, у розвитку наркотизації велике значення має наявність психотравмальної ситуації.

Лонгітюдне дослідження одних і тих же юнаків від 15 до 18 років за допомогою опитувальників, які виявляють частоту вживання наркотичної речовини, мотиви вживання, способи саморегуляції в різних ситуаціях, джерела стресу та задоволення, емоційний статус і навчальні успіхи, виявило зв'язок між потребою в саморегуляції внутрішнього стану та рівнем вживання психоактивних речовин [116, с. 46].

Роль психотравмувальних факторів особливо зростає в учнів, які мають ознаки ГА-ММД і, як наслідок, труднощі в регулюванні своєї поведінки і в навчанні. Відсутність необхідного для правильного розвитку заохочення дорослих та однолітків, незадоволена потреба в самоповазі створює в таких осіб внутрішній дискомфорт, який часто стає передумовою юнацької наркоманії. Водночас правильне ставлення до таких учнів, компетентна допомога батьків і педагогів, наявність сфери діяльності, в якій вона може досягти успіхів, попереджає розвиток наркоманії. Встановлено, що учні, які є успішними в будь-якому виді діяльності, опануванні професією, спорті, мистецтві, рідше опиняються серед тих, хто вживає психоактивні речовини [8, с. 24].

Встановлено, що в сім'ї, де є наркомани, первинним фактором, який зумовлює виникнення залежності в юнаків, є приклад рідних, а порушення емоційного спілкування носить вторинний характер. Так, Л. Булогайте за допомогою методів ідентифікації та аутоідентифікації за словесними портретами встановила, що підліток 11-14 років ще не імітує свого наркозалежного батька, проте в 17 років негативне ставлення до нього

змінюється на позитивне і з'являється позитивна спрямованість до вживання психоактивних речовин. Водночас порушення емоційного спілкування в сім'ї також можуть відіграти негативну роль у формуванні наркотизації молоді. Для таких сімей характерні: недостатність їжі та одягу, соціальна ізоляція, атмосфера боязливого очікування сварок, конфліктів, бійок і розлучень, страх і сором за батьків. Часто діти змушені частину батьківських обов'язків брати на себе. Все це дуже негативно впливає на їхні стосунки з батьками, психічний стан, розвиток особистості [68, с. 50].

Таким чином, у цій ситуації причиною наркоманії найчастіше стають соціально-психологічні та психологічні проблеми учня. Визначальним при цьому є рівень його розвитку, здатність вирішувати власні проблеми – тобто, на перше місце виступає проблема не фізіології, а особистості. Тому важливо навчити учня ЗП(ПТ)О правильно ставитись до життєвих ситуацій і подій, а проблеми розглядати як поштовх до особистісного розвитку.

Також на виникнення наркотизації впливають акцентуації характеру. Наприклад, А. Личко виявив, що ризик зловживання наркотиками більш високий у епілептоїдного та істероїдного типів акцентуацій характеру. Гіпертими виявляють особливий інтерес до наркотиків, що здатні викликати яскраві фантазії, їм властиве також бажання все спробувати. При емоційно-лабільному типі акцентуацій ризик наркотизації в цілому значно нижчий. Шизоїдний акцентуант схильний до опійних препаратів, оскільки вони в нього викликають емоційно приємний стан. При циклоїдному, сенситивному та психоастетичному типі акцентуацій вживання наркотичних речовин трапляються рідко [76].

Деякі фахівці, намагаючись визначити донаркотичні особливості наркозалежного, на перше місце ставлять імпульсивний характер. Вони відносять наркоманію до імпульсивних неврозів. З цієї точки зору, наркоманія виступає своєрідним вираженням неупорядкованості особистості та непристосованості її до навколишнього середовища [116, с. 77]. Отже, імпульсивність є тією якістю особистості, що може зумовити схильність учня до наркотизації.

На підставі розгляду проблеми генези наркотизації можна дійти висновку, що психологічні механізми наркотизації зумовлені досить широким спектром чинників. Аналіз специфіки цього процесу в ранньому юнацькому віці показав, що багато науковців розглядають лише поодинокі питання щодо причин формування наркотичної залежності, тому, незважаючи на велику кількість праць у вітчизняній та зарубіжній психологічній науці, присвячених досліджуваній проблемі, сьогодні не існує чітко сформульованої вичерпної моделі, яка б висвітлила систему цих чинників.

Дослідник Г. Батигін виділяє п'ять груп критеріїв, за якими визначається особистісна схильність учнів до наркотизації:

1. Моральна незрілість особистості: негативне ставлення до навчання, відсутність соціально позитивної активності та соціально значущих принципів; вузьке коло й нестійкість інтересів, відсутність захоплень і духовних запитів; невизначеність у питаннях професійного становлення, відсутність спрямованості на трудову діяльність, дефіцит мотивації досягнення успіху, уникнення відповідальних ситуацій та рішень; втрата «перспектив життя», бачення шляхів власного розвитку; терпимість до алкоголізму, наркотиків.

2. Порушене соціальне мікросередовище: неповна, малозабезпечена сім'я; постійна зайнятість батьків, їх байдужість до дітей; конфліктні сімейні стосунки, що призводять до неправильного засвоєння соціальних ролей; неправильне виховання; алкоголізм або наркоманія в когось із близьких; низький освітній рівень батьків.

3. Індивідуально-біологічні особливості особистості: спадкові психічні захворювання, важкі соматичні захворювання та нейроінфекції в дитинстві; органічні ураження мозку; розумова недорозвиненість і психологічна інфантильність.

4. Індивідуально-психологічні особливості та нервово-психічні аномалії особистості: низька стійкість до емоційного напруження, підвищена тривожність, імпульсивність, схильність до ризикованої поведінки, недостатня соціальна адаптація (особливо у складних умовах), виражені акцентуації характеру (здебільшого конформного, гіпертичного, нестійкого типів), неврози та психопатії.

5. Порушення процесу соціалізації особистості [16].

Основною детермінантою наркотизації серед зовнішніх обставин та індивідуально-типологічних особливостей учня виступає його самосвідомість, внутрішній світ особистості. Предметом психологічного аналізу має стати те, як учень сприймає обставини свого життя, як він ставиться до оточуючих, переживає події свого буття, чому один учень, незважаючи на несприятливі умови, переборює їх і стає успішним, а інший долучається до наркотиків.

Таким чином, психологічними умовами виникнення в учнів ЗП(ПТ)О особистісної схильності до вживання наркотиків можуть бути: не вирішені конфлікти дитинства; емоційна залежність від дорослих чи інших «авторитетів», страх самотності й відторгнення, недостатнє відчуття спільності з референтною групою; психологічна регресія; акцентуації характеру; лінь, пасивність, агресивність, егоїзм; порушення ідентичності, уникнення вирішення проблем, фрустрації; особистісна незрілість, процеси розладу «Я»; низький рівень розвитку самосвідомості; відчуття суспільної невизнаності; незадоволена потреба в любові; висока схильність до пошуку вражень на фоні нерозвиненості сфери потреб, безсистемного процесу соціалізації та особливостей емоційної сфери: низької стресостійкості,

підвищеної тривожності, імпульсивності, рівня стимуляції та збудження; порушення емоційного спілкування в сім'ї, наявності наркозалежних родичів, друзів.

Психологічна профілактика наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О повинна відбуватись як процес сприяння юнацтву у вирішенні проблем особистісного утвердження та становлення, знаходження способів і можливостей вирішення життєво важливих проблем за рахунок власних зусиль, перетворення життєвих проблем у джерела розвитку власної особистості.

3. Особистісний підхід до проблеми профілактики наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти

На основі теоретичних досліджень: особистісного підходу (Г. Балла, І. Беха Л. Божович, К. Платонова, В. Рибалки, Б. Федоришина), збереження психічного здоров'я (Є. Потапчука), самотворення особистості (В. Петровського, О. Гуменюк), процесу психологічної підготовки особистості до діяльності (М. Томчука), ідеї професійного методологування (А. Фурмана), теорії трьох рівнів психічної регуляції – організмичного, індивідного, особистісного (О. Ткаченка), концепції тривимірної, поетапно конкретизованої психологічної структури особистості (В. Рибалки) – визначено методологічні основи до проблеми профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О.

На думку В. Рибалки, особистісний підхід є методологічним інструментарієм, який базується на синтезі видобутих педагогічною і психологічною наукою закономірностей будови, функціонування та розвитку особистості. Особистісний підхід – це сукупність концептуальних уявлень, принципів, психодіагностичних і психодідактичних засобів, які сприяють глибшому й повному розумінню особистості дитини, що є основою її гармонійного виховання та самовиховання [129].

Сучасні дослідження в галузі психологічної профілактики наркотизації у підлітків та молоді доводять важливість застосування превентивного впливу та необхідність використання певних методик, моделей, програм у його здійсненні (С. Белогуров, С. Березін, В. Бітенський, К. Лісецький, А. Личко, Н. Максимова, В. Оржеховська, І. П'ятницька, Н. Сирота, В. Херсонський, В. Ялтонський, S. Folkman, R. Lazarus).

За напрямками роботи всі профілактичні програми (Н. Відерман, Н. Сирота, І. Ханжиліна, В. Ялтонський) поділяють на: когнітивні, афективні, афективно-інтерперсональні, поведінкові, альтернативні, середовищні, суспільні, орієнтовані на сім'ю та інші [121, с. 88–91].

Питання профілактики наркоманії, алкоголізму, ВІЛ/СНІДу, пропаганда здорового способу життя визначені пріоритетними на державному рівні.

Зокрема, розпочинаючи з серпня 2000 року, Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України разом з Національною академією педагогічних наук України за підтримки Програми Розвитку ООН, ЮНЕЙДС (Об'єднаної програми ООН з питань ВІЛ/СНІДу) та фінансування Фонду ООН впроваджують в Україні програму «Сприяння просвітницькій роботі «рівний-рівному» серед молоді України щодо здорового способу життя».

Метою Концепції освіти «рівний-рівному» є сприяння розумінню підлітками та молоддю завдяки просвітницькій роботі переваг здорового способу життя, стимулювання до самостійного та усвідомленого вибору життєвої позиції, визначення шляхів позитивної соціалізації молоді, здобуття знань, умінь і навичок здорового способу життя та відмова від негативної поведінки за допомогою методу «рівний-рівному».

Програма спрямована на формування відповідального ставлення до особистого здоров'я в підлітків і молоді, оскільки саме в цьому віці відбувається засвоєння певних норм і зразків поведінки, накопичення відповідних знань і вмінь, усвідомлення потреб і мотивів, визначення ціннісних орієнтацій.

У ході наукових пошуків досліджено питання профілактичних підходів у запобіганні наркотизації підлітків і молоді, які існують у зарубіжній практиці.

З'ясовано, що суттєвий вплив на розробку профілактичних програм має транзакціональна теорія стресу та копінгу Р. Лазаруса. На думку Р. Лазаруса, розвиток різних форм поведінки, які призводять до адаптації особистості, визначається механізмами подолання стресу [181]. Поведінка розглядається ним як результат взаємодії між людиною та навколишнім середовищем.

Р. Лазарус вводить поняття «копінг» (coping), під яким розуміється психологічне подолання стресу, оволодіння ним, а поведінка, що спрямовується на усунення або зменшення сили впливу стресогенного фактора на особистість, визначається як копінг-поведінка. Вітчизняні дослідники поняття «копінг-поведінка» інтерпретують як психологічне подолання проблеми, індивідуальний спосіб її вирішення, коли людина оволодіває складною ситуацією, вживає заходи, діє відповідно до вагомості проблеми в особистому житті й до тих особистісно-середовищних ресурсів, які суттєво визначають поведінку особи [181].

Як зазначають Н. Сирота, В. Ялтонський, Л. Хажиліна, останні дослідження різних форм психологічного подолання стресу стають основою для розробки програм профілактики наркотизації молоді, а концепція психологічного подолання проблем стає в них центральною стратегією та

розглядається як основний засіб формування вмінь успішно долати стреси та уникати наркотизації.

Для подолання стресів кожна людина використовує власні психологічні стратегії, сформовані на основі особистісного досвіду, який Р. Лазарус назвав копінг-ресурсом.

Рівень розвитку ресурсів психологічного подолання проблем впливає на успішність адаптації особистості до навколишнього середовища та тих стресових ситуацій, які можуть виникнути в ньому. Як зазначає Р. Лазарус, низький рівень розвитку власних психологічних стратегій призводить до формування пасивної дезадаптивної копінг-поведінки, соціальної ізоляції та дезінтеграції особистості.

За класифікацією, наведеною С. Фолькман, розрізняють особистісні та соціальні ресурси: фізичні (здоров'я, витривалість тощо); психологічні (переконання, самооцінка, локус контролю, мораль тощо); соціальні (соціальні зв'язки людини та інші види соціальної підтримки) [179].

До особистісних ресурсів психологічного подолання проблем науковець відносить ресурси когнітивної сфери: можливості особистості оцінювати вплив соціального середовища, яке оточує її; «Я – концепцію» або уявлення людини про себе; інтернальний локус контролю: вміння контролювати своє життя і брати на себе відповідальність за нього; аффіліацію: вміння спілкуватись з іншими людьми, певну соціальну компетентність, бажання бути разом з людьми; емпатію: вміння співчувати людям, жити з ними певний проміжок часу, накопичуючи при цьому власний досвід; позицію людини стосовно життя, смерті, любові, самотності, віри; духовність людини; ціннісну мотиваційну структуру особистості.

До соціальних ресурсів навколишнього середовища у психологічному подоланні проблем, що виникають у підлітків та молоді, С. Фолькман відносить: систему соціальної підтримки: оточення, в якому перебуває особистість (сім'я, суспільство); соціально підтримувальний процес: уміння знаходити, приймати й надавати соціальну підтримку іншим.

А. Біллінгс та Р. Моос визначають психологічне подолання проблем як певні якості особистості, що дозволяють відносно однаково реагувати на стресові ситуації. Вони виділяють три способи оволодіння ними:

1. Психологічне подолання проблем, спрямоване на оцінку, – подолання стресу, яке включає в себе спроби визначити значення ситуації та ввести в дію певні стратегії: логічний аналіз, когнітивну переоцінку та інші.

2. Психологічне подолання проблем, спрямоване на проблему, – оволодіння стресом у результаті модифікації, применшення або усунення джерела стресу.

3. Психологічне подолання проблем, спрямоване на емоції, – подолання стресу шляхом включення когнітивних, поведінкових зусиль, з

допомогою яких особистість намагається зменшити емоційне напруження і підтримати афективну рівновагу [178].

У третьому підході психологічне подолання проблем виступає як динамічний процес, який визначається суб'єктивністю переживання ситуації та багатьма іншими факторами.

Р. Лазарус і С. Фолькман визначили психологічне подолання проблем як когнітивні та поведінкові зусилля особистості, спрямовані на зниження впливу стресогенної ситуації. Активне подолання є цілеспрямованим усуненням або послабленням стресової ситуації. Пасивне подолання передбачає використання різного арсеналу механізмів психологічного захисту, спрямованих на зниження емоційного напруження, а не на зміну стресової ситуації.

Н. Відерман дослідила особливості психологічних засобів та особистісних ресурсів. Вона встановила, що у процесі розвитку залежності від психоактивних речовин формуються дезадаптивні поведінкові патерни, які перешкоджають адекватному оволодінню стресом. Формування залежності є вірогідним на фоні тривалого стресового впливу високої інтенсивності через недостатність психологічних механізмів оволодіння ситуацією. Вживання наркотичних речовин при цьому стає переважним способом подолання емоційного дистресу, відходу від життєвих проблем і досягнення ілюзорного благополуччя.

Велика множина превентивних заходів, запропонованих дослідниками проблеми, згрупповуються в моделі, підходи, програми.

Цікавою є транзакціональна модель превенції, розроблена Дж. Самероффом [182]. Вона ґрунтується на положенні, за яким поведінка є результатом взаємодії людини з середовищем. Індивідуальні характеристики людини виявляються під впливом середовища, котре саме по собі теж підвладне впливу. Рівень ризику виникнення психосоціальних розладів коливається, оскільки особистість і середовище не завжди перебувають у гармонійній взаємодії. Якщо у певній точці рівновага між ними порушується, то поведінка та емоційна сфера особистості дестабілізується, рівень ризику виникнення психосоціальних розладів зростає. Ціль транзакціональної моделі полягає в тому, щоб показати, що можна зрозуміти й передбачити результати поведінки людини шляхом аналізу та прогнозування процесу взаємодії між особистістю й середовищем. Це прогнозування важливе для здійснення попередження та контролю за причинами підліткових психосоціальних розладів. За цією моделлю, розлад може бути викликаний такими причинами: характеристиками особистості, яка має схильність до тих чи інших розладів; характеристиками середовища, що впливає на особистість; специфічними комбінаціями індивідуальних і середовищних характеристик [182].

Таким чином, у сукупності ці елементи сприяють формуванню певної функціональної поведінки особистості. Найбільш важливим у цій

теорії є те, що учень і середовище не розглядаються окремо одне від одного. Вони є взаємозалежними елементами однієї системи, а поведінка учня детермінується накопиченим ним досвідом.

Р. Джессор обґрунтував модель, що заснована на психосоціальних концепціях ризику та проблемної поведінки й розглянув фактори ризику появи психосоціальних розладів з точки зору двох домінант – соціальної і поведінкової. При цьому середовище розглядається в якості носія такого домінуючого фактора, як стрес, а сама поведінка особистості в ситуаціях стресу – як можливий фактор ризику. У моделі Джессора увага приділяється потенційним можливостям та наслідкам. Модель дозволяє розглянути ту чи іншу поведінку як неоднозначну, котра має не тільки негативні, але й позитивні особливості для конкретної людини. Тобто модель поведінки ризику пов'язана з особистісним розвитком, психосоціальною адаптацією в ранньому юнацькому віці і свідчить про те, що певні форми поведінки можуть небезпечно впливати на нормальний розвиток особистості.

Тому при розробці психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О вагомим є врахування чинників, які виконують важливі для них функції та які неможливо просто усунути. Очевидним стає те, що учням у навчальному закладі необхідно пропонувати альтернативні види діяльності, які б задовольняли їхні потреби, тобто змінювали форму поведінки, залишаючи незмінними цілі їх розвитку. На нашу думку, саме здобуття професії є для цієї категорії молоді найактуальнішим альтернативним видом діяльності, що сприяє особистісному розвитку учня, його самоактуалізації. Це має спонукати до знаходження успішного компромісу між психосоціальними та особистісними аспектами розвитку учня.

Підхід, заснований на афективному навчанні, викликає інтерес, оскільки базується на врахуванні того, що залежність від наркотиків частіше розвивається в людей, які мають низьку самооцінку, слабо розвинені навички прийняття рішень, труднощі у визначенні та вираженні емоцій, що притаманно й певній частині учнів ЗП(ПТ)О. Відповідно цілями роботи мають бути: підвищення самооцінки; визначення значимих особистісних цінностей; розвиток навичок розпізнавання та вираження емоцій; прийняття рішень; формування здатності подолання стресу.

Важливим є особистісний підхід, що ґрунтується на ролі соціальних факторів і базується на теорії соціального научування, запропонованого А. Бандурою, за якою найважливішим фактором розвитку тих чи інших форм поведінки є середовище як джерело зворотних зв'язків, заохочень і покарань. Вплив соціального оточення, сім'ї, однолітків може або сприяти, або перешкоджати початку наркотизації. У цьому випадку робота ґрунтується на виявленні структури соціального впливу й складається з таких компонентів: тренінг стійкості до соціального тиску, до дії засобів масової інформації;

надання інформації про можливий вплив з боку батьків, інших дорослих; корекція нормативних переконань. Переважними техніками профілактичної роботи в цьому випадку є рольові ігри, техніки посилення певних видів соціального впливу.

За цією теорією, особистість змінюється під впливом вимог соціального середовища, в результаті чого відбувається навчання певним формам поведінки. Людина налагоджує поведінковий досвід реагування на вимоги середовища, змінює стиль своєї поведінки таким чином, щоб проблеми взаємодії з навколишньою соціальною дійсністю були найменш травматичними, а сама поведінка – найбільш ефективною [177].

Таким соціальним середовищем постає навчально-виховний процес у ЗП(ПТ)О й усі суб'єкти його діяльності: учні, викладачі, майстри виробничого навчання, соціальні педагоги, практичні психологи, вихователі, керівники гуртків, бібліотекарі та інші.

А. Бандура пропонує векторне, найбільш важливе, на його думку, поняття – самоефективність. Це поняття комплексне. Воно характеризує ступінь осмислення людиною ефективності своєї поведінки, вміння керувати власною поведінкою й контролювати її для досягнення певних життєвих цілей [177].

Зазначені положення А. Бандури широко використовуються в сучасних науково обґрунтованих профілактичних програмах, метою яких є осмислення процесу формування власної поведінки, а розвиток самоефективності стає однією з превентивних цілей. На нашу думку, положення щодо розвитку самоефективності, як превентивної цілі, є актуальним у розробці системи психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О.

Цікавим є профілактичний підхід, що базується на формуванні життєвих навичок, використовується за необхідності зміни поведінки за допомогою методики поведінкової модифікації та терапії. Теорія соціального навчання А. Бандури й теорія проблемної поведінки Р. Джессора є основою цього напрямку. Проблема поведінки розглядається з точки зору функціональних проблем і має за мету допомогти молоді в досягненні особистісних цілей соціально доцільним шляхом.

Підхід, який ґрунтується на ідеї застосування альтернативній наркотикам діяльності, сприяє зменшенню поширення випадків розвитку залежності від наркотиків. Прикладами такої альтернативної діяльності у ЗП(ПТ)О є опанування робітничої професії, заняття в гуртках технічної творчості та образотворчого мистецтва, спортивних секціях, художній самодіяльності, участь учнів у науково-технічній діяльності. Результатом такої особистісної активності учня ЗП(ПТ)О стає відчуття самоефективності, що є найважливішою складовою системи психологічних засобів профілактики наркотичної залежності.

Вагомим є підхід, який ґрунтується на зміцненні здоров'я і має на меті формування життєвої компетентності людини, розвиток здорової особистості, поведінка якої розглядається не ізольовано, а комплексно з її соціальним оточенням.

Заслужують на увагу різні види профілактичних програм, які застосовувались в Україні та інших державах.

Програми когнітивного навчання отримали велику популярність у ряді країн Європи та Сполучених Штатах Америки. Вони розраховані, перш за все, на підлітків віком 12-16 років, відрізняються високою ефективністю. Оскільки цей вік відповідає віковому періоду учнів ЗП(ПТ)О, ця технологія становить для нас науковий інтерес.

Основною ціллю цих програм є навчання підлітків відповідальності за власну поведінку, осмислення власних дій та їх наслідків.

Цікавими також є програми афективного навчання та їх модифікації, що застосовуються для первинної та вторинної профілактики. Вони набули поширення у Франції, Німеччині, Великій Британії та Голландії. В їх основі лежить уявлення про кризу ідентичності, яка спостерігається в підлітковому та ранньому юнацькому віці. У зв'язку з гормональним дисбалансом і тими змінами, що відбуваються в організмі на цьому етапі розвитку, особистість перебуває у стані додаткового стресу й повинна успішно адаптуватись до життя в нових умовах. У цей час відбувається зміна системи емоційного регулювання. Особистість стає дуже вразливою, болісно сприймає навколишню дійсність. Ціллю цих програм є навчання дітей та підлітків регулювати емоції, осмислювати й контролювати їх, переводити з однієї емоційної модальності в іншу, не допускаючи різні форми саморуйнівної поведінки.

Для учнів ЗП(ПТ)О характерною є психологічна проблема осмислення своєї нової ідентичності не тільки у фізіологічному плані, а й у соціальному – перехід від школяра до учня ЗП(ПТ)О, засвоєння нового статусу, соціальної ролі, функцій, що в сукупності великою мірою впливають на їх емоційний стан.

Програми афективного та інтерперсонального навчання мають на меті попередження в підлітків і молоді вживання наркотиків шляхом розвитку «Я-концепції», осмислення своїх відчуттів, стосунків з іншими людьми, навчання навичкам прийняття рішень і комунікативній компетентності.

Актуальними для визначення методологічної основи у розв'язанні проблеми розробки системи психологічних засобів профілактики наркотичної залежності є програми поведінкового навчання або поведінкової модифікації, які широко розповсюджені у Сполучених Штатах Америки. Вони ґрунтуються на тренінгу поведінкових навичок з метою підвищення у підлітків стійкості до вживання психоактивних речовин, а також протидії

потраплянню та втягуванню в антисоціальні компанії, групи. В основі цих програм лежить теорія соціального научування А. Бандури та концепція поведінки ризику Д. Джесора. Людина, яка володіє певними поведінковими навичками, відчуває себе компетентною, ефективною, в неї зростає самоповага. Ці програми вчать молодь свідомо й навіть несвідомо відмовлятися від вживання наркотичних речовин, не вживати невідомих препаратів, не входити в контакт із невідомими людьми [177].

У визначенні методологічної основи важливими є програми формування соціальних альтернатив, які базуються на ідеї про те, що позитивна діяльність, яка є альтернативою наркотизації, сприяє переорієнтації молоді. Ці програми поширилися у Бельгії, Франції, Росії, Україні й реалізують ідею щодо створення такого соціального середовища, яке є альтернативним наркотизації. Сюди можуть належати різноманітні форми зайнятості молоді: захоплюючі та ризиковані види спорту, подорожі з елементами науково-дослідної діяльності та інше. Ці програми також є високоефективними.

Суспільні програми, запроваджені в багатьох країнах світу, мають на меті здійснювати психологічний вплив на молодь через засоби масової інформації – радіо, телебачення, газети, журнали, плакати, листівки, лекції, конференції, зустрічі, книги, фільми, відеоролики. Мета цих програм – збільшити обсяг інформації про наслідки вживання наркотиків. Вони впливають на життєві переконання щодо вживання психоактивних речовин, а також соціальні та середовищні фактори, й закріплюють намагання особистості змінити поведінку.

Сучасними є програми, що орієнтуються на школу, включаються в національну політику освіти та проводяться у вигляді шкільних уроків, які присвячуються навчанню здорової поведінки, попередженню ВІЛ-інфекції, ранньої вагітності, куріння, вживання алкоголю й наркотиків.

Актуальними є програми покращення взаємодії між педагогами та учнями, що включають тренінг для педагогів з метою створення соціально підтримуючого клімату в навчальному закладі; роботу з самооцінкою та «Я-концепцією» педагога, тренінги особистісного контролю та соціальних навичок.

Водночас важливими є програми, зорієнтовані на сім'ю. Вони набувають усе більшого значення в профілактиці психосоціальних розладів у дітей та молоді. Виділяють три типи таких програм: тренінг батьків; тренінг соціальних навичок у дітей; тренінг сімейних навичок. До програм такого виду відносять і роботу щодо створення сімейної групи самопомоги.

Науковці зазначають, що найбільшого поширення набули дві моделі навчальних програм первинної профілактики для підлітків та юнацтва: програми досягнення соціально-психологічної компетентності і програми навчання життєвим навичкам.

Пріоритетною метою програми досягнення соціально-психологічної компетентності, які більшою мірою поширені в Європі, є вироблення в молоді навичок ефективного спілкування, а програми навчання життєвим навичкам, що застосовуються у США, – навчити відповідальному прийняттю рішень. Неспівпадання головних цілей навчальних програм у різних країнах пояснюється культурологічними відмінностями. Проблеми свободи, відповідальності і зв'язок із соціальним життям людей, прийняттям рішень або ефективністю спілкування акцентуються в США по-іншому, ніж у Європі. Проте для всіх програм характерні три типові завдання: розвиток соціальної та особистісної компетентності, вироблення навичок самозахисту, попередження виникнення проблем.

Вирішення першого комплексного завдання потребує вирішення часткових: навчання ефективному спілкуванню, критичному мисленню, прийняттю відповідальних рішень, виробленню адекватної самооцінки. Друге завдання реалізується через оволодіння вмінням відстояти своє «Я», уникати невиправданого ризику, робити правильний розумний вибір. Третє завдання вирішується шляхом формування навичок регуляції емоцій, уникнення стресів, розв'язання конфліктів, опір зовнішньому тиску.

Водночас варто зазначити, що західні превентивні програми не завжди достатньо ефективно можна використовувати на практиці в нашій країні, і спроби адаптувати їх до наших умов не завжди бувають успішними. Наявні культурні, етнографічні, соціально-психологічні відмінності між країнами створюють певні труднощі в їх реалізації в «чистому вигляді». Це посилює актуальність створення вітчизняних систем, моделей та програм профілактики наркотичної залежності підлітків і молоді.

Теоретико-психологічний аналіз психологічної профілактики наркотичної залежності підлітків і молоді раннього юнацького віку засвідчує її як досить складну й багатогранну проблему, в основі якої постає сама особистість та на вирішення якої спрямовуються зусилля науковців, практиків, суспільства. В її ефективності провідне місце займає своєчасна психологічна профілактика цього особистісного новоутворення, що дозволить уникнути формування психічної схильності до наркотичної залежності учнівської молоді.

Здійснений теоретичний аналіз дозволив обґрунтувати методологічну основу профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О, що ґрунтується на врахуванні соціальних і психологічних чинників наркотизації та вибудові особистісного підходу, здатного підвищити можливості особистості до самореалізації та самопрофілактики в динамічному соціальному середовищі.

Принципами особистісного підходу у профілактиці наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О як вихідних положень у її здійсненні визначено: єдність особистісних і соціальних аспектів профілактики, рефлексивності,

розвитку ресурсів психологічного подолання проблем, формування поведінкових, когнітивних та емоційних структур особистості, стресостійкості та самоефективності, сприяння у вирішенні завдань дорослішання.

Сам розвиток особистості, особистісне та, зокрема, професійне зростання учнів ЗП(ПТ)О постає як головний напрям профілактики.

Особистісний підхід до запобігання наркотичної залежності складається з трьох аспектів:

а) розуміння особистості як суб'єкта ефективної діяльності, зокрема, й у сфері психологічної профілактики наркотичної залежності, підвищення її внутрішніх ресурсів і творчої спроможності;

б) вивчення проявів психологічної схильності особистості та профілактичних можливостей у профілактичному контексті;

в) формування особистісної спроможності до психологічної профілактики.

Таким чином, в основу методології проблеми розробки психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів професійно-технічних навчальних закладів покладається особистісний підхід як сукупність концептуальних уявлень, принципів, психодіагностичних і психодідактичних засобів, які сприяють глибшому й повному розумінню особистості, що є основою гармонійного розвитку та самовиховання.

Здійснений теоретичний аналіз висвітлення в науковій літературі стану проблеми профілактики наркотичної залежності учнівської молоді та визначення методологічної основи до її розв'язання дав змогу дійти таких висновків:

1. В українському суспільстві поширення наркоманії в молодіжному середовищі, в тому числі й у закладах освіти, стрімко зростає та набуває характеру епідемії. Факторами наркотичної залежності, поряд із соціальними, більшою мірою стають психологічні проблеми особистості, що перешкоджають реалізації в її житті глибинних базисних тенденцій і спрямовують особистість до зловживання наркотиками. Психологічний стан схильної до вживання наркотичних речовин особистості характеризується як екзистенційна криза, своєрідне виявлення неупорядкованості психологічної структури особистості, її непристосованості до навколишнього середовища. Психологічними передумовами наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О є деструктивний процес їхнього особистісного розвитку. Наркотична залежність призводить до руйнації особистості та суспільства в цілому.

2. Серед учнів ЗП(ПТ)О, відповідно до їхніх вікових особливостей, соціальних та особистісних факторів, є значна частка молоді, яка складає «групу ризику» і якій притаманні психологічні особливості та якості, що потенційно зумовлюють психологічну схильність до наркотичної залежності.

Прогностичне виявлення схильності особистості до вживання наркотичних речовин сприяє її обмеженню та запобіганню.

3. Найдоцільнішим місцем проведення профілактичної роботи є навчальний заклад. Багатоаспектність навчально-виховного процесу забезпечить ефективність здійснення профілактичної роботи за умови спеціальної підготовки до цієї роботи практичних психологів і соціальних педагогів.

4. Попередження наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О потребує розробки системи психологічних засобів профілактики з урахуванням вітчизняних і зарубіжних наукових досягнень і практичного досвіду в профілактиці вживання наркотичних речовин молоддю. Спрямованість психопрфілактичної роботи на зміцнення «слабких місць», на періоди й ситуації підвищеного ризику та кризові стани сприяють попередженню наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О.

5. Методологічною основою у профілактиці наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О є особистісний підхід, який враховує особливості особистості й обирає з великої множини доцільну систему психологічних засобів профілактики на основі діагностики схильності учнів до вживання наркотичних речовин, відповідно до визначених показників.

II. МЕТОДИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ, СХИЛЬНИХ ДО ВЖИВАННЯ НАРКОТИЧНИХ РЕЧОВИН

1. Наукове обґрунтування вибору інструментарію для дослідження індивідуально-психологічних особливостей учнів

Науково-теоретичний аналіз проблеми вивчення індивідуально-психологічних особливостей учнів ЗП(ПТ)О, схильних до вживання наркотичних речовин, підкреслює важливість вибору доцільного інструментарію.

Як зазначає науковець Б. Волков, успіхи психологічних досліджень значною мірою визначаються розвитком методологічного апарату, а ефективність дослідження – правильним взаємозв'язком методології, методів дослідження і методик» [42, с. 5–6].

В основу розробки методологічного інструментарію дослідження покладено базисні принципи психології: принцип детермінізму, принцип єдності свідомості та діяльності, принцип розвитку, принцип об'єктивності та інші.

Так, згідно з принципом детермінізму при дослідженні особистості учня ЗП(ПТ)О враховуються три підсистеми детермінації поведінки: минуле, сучасне й майбутнє, які взаємопов'язані й об'єктивно відображаються особистістю [46, с. 79].

Принцип єдності свідомості та діяльності передбачає вивчення особистості учнів ЗП(ПТ)О у процесі їх розвитку, навчання та виховання, враховує зв'язок психічного розвитку з провідною діяльністю.

Принцип розвитку розглядається в системі координат: онтогенезу, процесу розвитку конкретного учня ЗП(ПТ)О та історіогенезу (філогенезу).

Принцип об'єктивності передбачає вивчення психічних явищ такими, як вони є, кількість зібраного матеріалу достатня для кількісної та якісної обробки [42, с. 8].

Принцип активності свідомості полягає у розкритті особистості учня ЗП(ПТ)О як активного суб'єкта перетворення світу, в тому числі внутрішнього, ідеального [42, с. 37].

У ході діагностичної роботи необхідно застосовувати такі методи дослідження: організаційні, емпіричні, обробки експериментальних даних [42, с. 8–9].

Порівняльний метод, як різновид організаційного, використовують для порівняння різних контингентів досліджуваних, аналізу чинників та умов, що впливають на формування схильності до вживання наркотичних речовин учнів ЗП(ПТ)О. Цей метод, зокрема, дає змогу виявити в учнів з високим і низьким рівнем сформованості схильності до вживання

наркотичних речовин, яскраві розбіжності розвитку підструктури соціально-психолого-індивідуального виміру особистості (спілкування, спрямованість, характер, самосвідомість, досвід, інтелект, психофізіологія). Для застосування порівняльного методу використовується досить відомий, особливо в прикладній психології, метод «полярних» (або контрастних) груп: з низьким і високим рівнем схильності до вживання наркотичних речовин. Він передбачає поділ загальної вибірки на три підгрупи й наступне вивчення особистісних якостей того чи іншого явища на групу з більшими показниками за певним «зовнішнім критерієм» (у нашому випадку – рівнем сформованості схильності до вживання наркотичних речовин). Такий спосіб вивчення базується на тому, що структура особистісних компонентів вважається більш розвинутою в осіб з низьким рівнем сформованості схильності до вживання наркотичних речовин порівняно зі структурою особистості з високим рівнем схильності до вживання наркотичних речовин.

З емпіричних методів дослідження у діагностичній роботі доцільно використовувати такі: спостереження, бесіда, анкетування, тестування тощо.

Кожен із методів і методики мають своє цільове спрямування, доповнюють одне одного, взаємно компенсують обмеження та недоліки, притаманні кожному окремо.

Спостереження серед емпіричних методів наукового дослідження є одним із найбільш поширених. Цей метод передбачає цілеспрямований та систематичний пошук і фіксацію проявів психологічних явищ і процесів. Особливостями спостереження як наукового методу є спрямування до зрозумілої, конкретної мети; планомірність і систематичність; об'єктивність у сприйманні об'єкта вивчення та його фіксації; збереження природного перебігу психологічних процесів [46, с. 131].

У ході дослідження з метою глибшого пізнання психологічних особливостей учнів, характеру та рівня їхніх знань, інтересів, мотивів дій і вчинків шляхом аналізу даних, одержаних у відповідях на попередньо продумані й поставлені запитання, використовується також метод бесіди. Бесіда – це метод психолого-педагогічної діагностики, який передбачає пряме й опосередковане отримання інформації. За допомогою бесіди необхідно зібрати достатню кількість фактів, що стосуються кола інтересів учня, його захоплень, форм проведення дозвілля, ціннісних орієнтацій та моральних переконань, прагнень, ставлення до навколишньої дійсності та подій, що відбуваються, умов життєдіяльності. Бесіду варто проводити у формі особистого спілкування за спеціально складеною програмою.

Анкетування, як доступний та ефективний метод збору емпіричних даних, використовують в дослідженні схильності до вживання наркотичних речовин учнів ЗП(ПТ)О. Анкета – це методичний засіб отримання первинної інформації на основі вербальної комунікації, який є опитувальником для отримання відповідей за попередньо складеною системою запитань.

Вивчення наукової літератури з цієї проблеми показало, що анкетування, як метод діагностики схильності до вживання наркотичних речовин, пропонує багато авторів (В. Ожеховська, В. Бенюмов, О. Костенко, К. Флоренсова та інші). Завдання анкетного обстеження полягає в тому, щоб виявити в середовищі учнів осіб, схильних до вживання наркотиків. Для стандартизації процесу обстеження та отримання зіставлених даних розроблено авторську анкету, яка передбачає анонімний спосіб її заповнення. При цьому здійснено такий підбір питань, які б дали змогу точно охарактеризувати досліджуване явище й отримати надійну інформацію. Питанням надано як прямого, так і опосередкованого характеру. Вони не містять підказок для відповідей і подвійного розуміння суті питання. Для надійності та попередньої перевірки розуміння учнями питань анкети було здійснено її апробацію на невеликій групі учнів і виконано коректування. Особливу увагу звернено не тільки на прямі питання, що стосуються наркотизації, а й на опосередковані.

Анкета дозволяє з'ясувати біографічні дані опитаних, їхні захоплення, соціальну ситуацію розвитку, ціннісні орієнтації особистості, ступінь задоволеності учня спілкуванням з найближчим середовищем (батьками, друзями, одногрупниками та викладачами навчального закладу), навчанням у професійно-технічному навчальному закладі та в цілому життям. Крім того, анкета дозволяє вивчити ставлення учнів до наркотичних речовин, наявність чи відсутність досвіду їх вживання, а також друзів, які вживають наркотичні речовини. Одержані письмові відповіді аналізуються, обробляються методами математичної статистики й є основою для одержання орієнтиру в проблемі профілактики наркотизації учнів ЗП(ПТ)О.

Відомості, отримані за допомогою анкетування, зіставлялися з даними аналізу документів, спостережень, бесід.

Метод тестування, як зауважує П. Образцов [100, с. 157], є найбільш суперечливим і одночасно широко використовуваним при дослідженні особливостей особистості. Застосування тестів завжди пов'язане з вимірюванням прояву тієї чи іншої психологічної властивості та оцінкою рівня її розвитку або сформованості. Тому варто використовувати тести, що характеризуються такими критеріями, як надійність і валідність, а також дотримуватись правил проведення тестування та інтерпретації отриманих даних.

В основі тестування застосовуються такі відомі у психології методики: «Особистісний опитувальник Г. Айзенка (ЕРІ)», методика «Мотиви вибору професії», методика «Діагностика потреб пошуку відчуттів» М. Цукермана, МПДО (модифікована С. Подмазіним), Міні-мульти (скорочений варіант методики ММРІ), методика «Дослідження вольової саморегуляції» (А. Зверькова, Є. Ейдмана), «Тест-опитувальник

самоствалення» (В. Століна, С. Пантілеєва), «Шкала самооцінки» Дембо-Рубінштейна, «Прогресивні матриці» Дж. Равена.

При тестуванні використовуються також такі методи обробки даних: якісні (диференціація матеріалів за групами, з подальшим аналізом та узагальненням) і кількісні (методи математичної статистики із застосуванням ПК).

Емпіричне дослідження психологічних проявів схильності до вживання наркотичних речовин учнів ЗП(ПТ)О проводилося на базі закладів профтехосвіти Хмельницької області. Кількісний склад вибіркової сукупності формувалася з урахуванням рекомендацій В. Шейко і Н. Кушнарєнко щодо розрахунку обсягів вибіркової сукупності, яка залежить від обсягу генеральної сукупності, а також від обраного рівня точності репрезентативності.

Науковці В. Пальчевський та С. Шахрай тлумачать поняття «учні групи ризику», «важкі», «важковиховувані», «педагогічно занедбані», «дезадаптовані» з точки зору традиційних підходів у ставленні до учнів і наголошують на тому, що в основі цих феноменів лежать насамперед соціальна зумовленість відхилень і психологічні фактори [169; 106].

Дослідник В. Оржеховська, діагностуючи ступінь ризику залучення підлітків до вживання наркотичних речовин на основі анкетування, пропонує використання таких градацій: «реальний ризик», «ризик вірогідно існує», «небезпечна ситуація ризику» [55].

На підставі аналізу різних підходів у науковій літературі щодо визначення «групи ризику» нами запропоновано ввести поняття «рівень схильності до вживання наркотичних речовин» й визначено такі, як: «низький рівень схильності», «середній рівень схильності» та «високий рівень схильності», що ґрунтуються на психологічних факторах патогенезу наркоманії.

Формування схильності до вживання наркотичних речовин відбувається поступово, в процесі онтогенезу. Рівень її сформованості, на нашу думку, залежить від структури самої особистості учня ЗП(ПТ)О та його найближчого соціального оточення.

Враховуючи, що наркотизація учнів ЗП(ПТ)О, як зазначалося раніше, це антитеза особистісному розвитку й самоактуалізації, то підструктури особистості, відносно процесів наркотизації, можуть виступати двоюко: на зіставленні ідеального та реального можливим є визначення якісного рівня особистості, а з іншого – кожна з них може виступати як об'єкт розвитку особистості. Останнє необхідно розуміти так, що особистість одночасно виступає й суб'єктом, і об'єктом самотворення [132].

Недостатньо розвинена та сформована здатність до спілкування, спрямованість, характер, самосвідомість, досвід, інтелект, психофізіологія можуть спровокувати деструктивні процеси й зумовити наркотизацію учня.

Таблиця 2.1 – Система психодіагностики схильності учнів ЗП(ПТ)О до вживання наркотичних речовин

Соціально-психолого-індивідуальний вимір структури особистості (за В. Рибалкою)	Показники	Інструментарій
Спілкування	Здатність до спілкування, задоволеність спілкуванням, екстра-інтроверсія	Анкетування, бесіда, опитувальник Г. Айзенка (EPI)
Спрямованість	Мотиви вибору професії, ціннісні орієнтації, потреба в пошуках відчуттів	Анкетування, бесіда, методика «Мотиви вибору професії», методика «Діагностика потреб пошуку відчуттів» (М. Цукермана)
Характер	Особливості характерологічної сфери, наявність акцентуацій характеру, вольова саморегуляція	Спостереження, методика МПДО (модифікована С. Подмазіним), скорочений варіант методики ММРІ (МІНІ–МУЛЬТ), методика дослідження вольової саморегуляції (А. Зверькова, Є. Ейдмана)
Самосвідомість	Самоставлення особистості, самооцінка особистості	Методика самовідношення (В. Столін, С. Пантилеев), методика «Шкала самооцінки» Дембо-Рубінштейна
Досвід	Проінформованість особистості про наслідки вживання наркотичних речовин, власний досвід вживання наркотичних речовин	Авторська анкета, спостереження, бесіда

Інтелект	Рівень розвитку невербального інтелекту, здатність особистості до знаходження закономірностей на основі аналізу та синтезу невербальної інформації, систематизованої інтелектуальної діяльності	Методика «Прогресивні матриці» Дж. Равена
Психофізіологія	Екстра-інтроверсія, стабільність-нейротизм	Спостереження, бесіда, особистісний опитувальник Г. Айзенка (EPI)

Методика містить 57 запитань, на які учням необхідно було дати ствердну (так), або заперечну (ні) відповіді. Обробка результатів розпочиналась з аналізу шкали «щирість».

Інтерпретація показників за шкалою «інтроверсія – екстраверсія»: (0-12 балів) – інтровертованість, (12-24 бали) – екстравертованість.

Для оцінки здатності до спілкуванням в авторську анкету включені питання, які визначають ступінь задоволеності учнів спілкуванням із батьками, друзями, одногрупниками, викладачами. Досліджувані оцінюють ступінь задоволеності за п'ятибальною шкалою (від 5 балів – «повністю задоволений» до 1 – «повністю не задоволений»).

Другим компонентом соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості (за В. Рибалкою) є її спрямованість. Для вивчення особливостей прояву спрямованості в учнів ЗП(ПТ)О різних рівнів схильності до вживання наркотичних речовин застосовуються такі методики: методика «Мотиви вибору професії» [53], ранжування ціннісних орієнтацій, методика «Діагностика потреб пошуку відчуттів» (М. Цукермана) [127, с. 78].

Методика «Мотиви вибору професії» – це методика, що дозволяє визначити мотиви вибору професії й передбачити, наскільки особистість буде успішно оволодівати нею, наскільки серйозно працюватиме, наскільки стійким буде її інтерес до обраної діяльності. Методика містить 20 тверджень – критеріїв вибору професії, які учням необхідно було оцінити за п'ятибальною шкалою: від 5 балів (дуже сильно вплинуло на вибір професії) до 1 бала (ніяк не вплинуло). Ця методика уможливує визначення в учнів домінуючих мотивів вибору професії.

До внутрішніх мотивів вибору професії віднесено: суспільну та особистісну значущість, задоволеність від праці завдяки її творчому характеру, можливості спілкування й т.д. Внутрішня мотивація виникає з потреб самої людини, яка працює із задоволенням, самостійно без зовнішнього тиску.

Зовнішні мотиви є як позитивні, так і негативні. До позитивних належать: матеріальне стимулювання, кар'єрне зростання, схвалення колективу, престиж, тобто стимули, заради яких особистість вважає за необхідне докласти зусиль. До негативних мотивів належать впливи на особистість шляхом тиску, покарання, критики, осуду та інші санкції негативного характеру.

Перевага внутрішніх мотивів в учнів є найбільш ефективною з точки зору задоволеності працею та її продуктивністю.

Для вивчення спрямованості особистості важливим є дослідження ціннісних орієнтацій учнів ЗП(ПТ)О. Серед життєвих цінностей запропоновано такі: хороші та вірні друзі, здоров'я, кохання, матеріальне благополуччя, щаслива сім'я, улюблена справа, вільний час, пізнання невідомого, розум і винахідливість, щастя інших, навчання, визнання та повага оточуючих, незалежність, активне життя, творчість, саморозвиток, відпочинок. Учням необхідно було виділити десять найбільш вагомих і проранжувати їх. Порівнювались ціннісні пріоритети двох полярних груп.

Пошук нових вражень має велике значення для особистості, оскільки стимулює емоції й уяву, розвиває творчий потенціал, що в кінцевому рахунку призводить до особистісного зростання. Методика «Діагностика потреб пошуку відчуттів» М. Цукермана дозволяє дослідити рівні цієї потреби. Методика містить 16 пар тверджень. Учням пропонується обрати з кожної пари один варіант, який їм більш притаманний.

Так, учні з високим рівнем потреби у відчуттях мають потяг, можливо, неконтрольований, до нових вражень, що «лоскочуть нерви». Це може провокувати їх на участь у ризикованих діях, авантюрах. Учні з середнім рівнем потреби у відчуттях демонстрували вміння контролювати свої потреби. З одного боку, вони відкриті новому досвіду, а з іншого – стримані й розсудливі в необхідних життєвих моментах. Учні з низьким рівнем потреби у відчуттях проявляють надмірну передбачливість та обережність. Досліджувані з такими показниками надають перевагу стабільності та впорядкованості над невідомим та неочікуваним у житті.

Спрямованість особистості визначалась і порівнювалась у двох полярних групах шляхом аналізу результатів середніх показників – рівнів потреби у відчуттях.

Третім компонентом соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості (за В. Рибалкою) є характер. З метою дослідження підструктури «характер» доцільно використати такі методики: МПДО (модифікована С. Подмазіним), скорочений варіант методики ММРІ (Міні-мульт) та методика дослідження вольової саморегуляції (А. Зверькова, Є. Ейдмана).

Модифікований опитувальник для ідентифікації типів акцентуацій характеру запропонований С. Подмазіним [113] як модифікація тесту

А. Личко. Ця методика дозволяє виявити патопсихологічні тенденції в учнів, що перебувають на межі між нормою та патологією в підструктурі характеру особистості [132, с. 506]. Опитувальник містить 143 твердження в довільному порядку. Твердження в тексті опитувальника складають десять діагностичних і одну контрольну шкалу. Контрольна шкала визначає відвертість і достовірність наданих відповідей. Порівняння отриманих балів за кожною зі шкал з мінімально допустимим числом дозволяють продіагностувати типи акцентуацій характеру: гіпертимний, циклоїдний, лабільний, антено-невротичний, сенситивний, тривожно-педантичний, інтровертований, збудливий, демонстративний і нестійкий типи. За допомогою правил ідентифікації були визначені типи акцентуації учнів. Здійснено порівняльний аналіз домінуючих акцентуацій характеру в учнів груп з ВРСВНР і з НРСВНР.

Опитувальник «Міні-мульти» (скорочений варіант ММРІ) [127, с. 261] використовується в умовах як індивідуального, так і групового обстеження. Як зазначає В. Пухов, застосування методики ММРІ або її скороченого варіанту «Міні-мульти» дає можливість на основі особистісного комплексного психологічного профілю проаналізувати психологічну структуру особистості й оцінити її нервово-психічну стійкість [105]. Побудова та аналіз психологічно-цілісного профілю особистості за методикою «Міні-мульти» здійснюється з урахуванням взаємозв'язку значень 8-ми основних (клінічних) шкал. При цьому кожна основна шкала виявляє вираженість певних особистісних особливостей та якостей, а також провідні індивідуально-психологічні тенденції досліджуваної особи, в тому числі схильність досліджуваного до соціопатичних варіантів розвитку особистості [127, с. 261]. Базовими шкалами є: іпохондрія (Hs), депресія (D), істерія (Hy), психопатія (Pd), паранояльність (Pa), психастенія (Pt), шизоїдність (Sc), гіпоманія (Ma). Для контролю правдивості й адекватності відповідей досліджуваного за методикою визначаються також значення трьох оціночних шкал «L», «F», «K» (шкали достовірності).

Середній рівень величини основних шкал відповідає значенню в 50 Т-балів. Коливання в межах 46-55 Т-балів не виявляють достатньо виражених індивідуально-особистісних властивостей та якостей і є характерними для добре збалансованої особистості. Показники шкали, що коливаються в межах 56-66 Т-балів, виявляють ті провідні тенденції, які визначають характерологічні особливості індивіда. Профіль, у якому одна чи кілька шкал наближаються за значеннями до рівня 70 Т-балів або перевищують його, розглядається як високий – для різних основних шкал це значення 67-74 Т-балів. Це свідчить про вираженість рис акцентуації, що утруднюють соціально-психологічну адаптацію, вираженість ознак нервово-психічної нестійкості досліджуваної особи та можливих негативних перспектив її розвитку.

Сполучення піків профілю по 6 і 9-й; по 4, 6, 9-й; та по 4, 6, 8-й шкалах (при піках вище 75 Т-балів) відтворюють наявність психосоматичних розладів особистості або ворожо-агресивні тенденції; окреслюють патерн ознак, що є характерними для зловживання алкоголем і для вживання психоактивних речовин.

За даними досліджень, сполучення в профілі значно завищених значень 8-ї шкали з високо розташованими піками 4, 6 та 9-ї шкал визначаються, як ознаки схильності до алкоголізації та вживання наркотичних речовин [105].

Для вивчення вищезазначеного компонента структури особистості було використано також тест-опитувальник А. Зверькова та С. Ейдмана «Дослідження вольової саморегуляції», який дозволив продіагностувати процеси вольової саморегуляції, ступінь здатності учнів ЗП(ПТ)О володіти собою, керувати своїми діями, емоціями і станами. Рівень розвитку вольової саморегуляції визначається як у цілому, так і за окремими властивостями, зокрема, – наполегливістю та самовладанням.

Високі бали за загальною шкалою характерні для емоційно зрілих, активних, незалежних і самостійних учнів ЗП(ПТ)О. Таким учням притаманна впевненість у собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинуте почуття обов'язку. Зазвичай, такі учні добре рефлексують особистісні мотиви, систематично реалізують наміри, вміють розподіляти зусилля, здатні контролювати свої вчинки, мають соціально позитивну спрямованість. Закономірно, що низькі бали спостерігаються в юнаків чуттєвих, емоційно нестійких, не впевнених у собі. Їм притаманна імпульсивність і нестійкість намірів.

Шкала «наполегливість» характеризує силу намірів особистості, її прагнення до завершення розпочатої справи. Учні з високими балами за цією шкалою працездатні, діяльні, їх мобілізують перепони на шляху до мети, не відволікають альтернативи та спокуси, головна надцінність – розпочата справа. Їм притаманна повага до соціальних норм. На противагу їм, в учнів із низькими балами спостерігається підвищена лабільність, невпевненість, імпульсивність, непослідовність у діях. Знижений фон активності та працездатності, як правило, компенсується в таких осіб підвищеною чутливістю, гнучкістю, винахідливістю, а також тенденцією до вільного трактування соціальних норм.

Шкала «самовладання» відображає рівень контролю емоційних реакцій і станів. Високі бали за цією шкалою отримували учні ЗП(ПТ)О, які відрізнялись емоційною стійкістю, вмінням володіти собою в різних ситуаціях. Їм притаманні внутрішній спокій, упевненість у собі, яка звільняє від страху перед невідомим, підвищена готовність до сприйняття нового, невідомого. Водночас в учнів з низькими балами спостерігається спонтанність та імпульсивність у поєднанні з образливістю й перевагою

традиційних уявлень, що відгороджують особистість від інтенсивних переживань і внутрішніх конфліктів, сприяють саморозкнутості з переважанням розслабленого настрою.

Четвертим компонентом соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості є самосвідомість. Автор моделі В. Рибалка доводить, що без самосвідомості, як ядра особистості, не можливе ніяке наукове уявлення про структуру особистості [132]. Такий же висновок роблять відомі науковці: Б. Анан'єв, Л. Виготський, У. Джемс, Г. Костюк, А. Маслоу, К. Роджерс, С. Рубінштейн, П. Чамата, К. Юнг.

З метою дослідження самосвідомості, самоусвідомлення власного «Я» доцільно використати методики: «Тест-опитувальник самоставлення» (В. Століна, С. Пангилєєва) і «Шкала самооцінки» Дембо-Рубінштейна.

Тест-опитувальник самоставлення побудовано відповідно до розробленої В. Століним ієрархічної моделі структури самоставлення. Опитувальник складається з 57 тверджень. На кожне запитання дається відповідь «так» або «ні» залежно від того, стосується твердження опитуваного чи не стосується. На основі отриманих даних обраховуються показники, що дозволяють виявити три рівні самоставлення за такими шкалами: глобальне самоставлення; самоставлення (диференційоване за самоповагою, аутосимпатією, самоінтересом та очікуваним ставленням до себе); рівень конкретних дій та готовність до них у ставленні до власного «Я»: самовпевненість, ставлення інших, самоприйняття, самопослідовність (саморегуляція), самозвинувачення, самоінтерес, саморозуміння. Високі показники за такими шкалами, як самоінтерес (потреба й мотиви самоусвідомлення), саморозуміння (самопізнання), самопослідовність (саморегуляція), самовпевненість, самоприйняття, аутосимпатія (самооцінка, емоційні компоненти самосвідомості) свідчать про наявність позитивного самоставлення. Деяко деструктивними можна вважати низькі результати тестування за всіма шкалами й особливо за такою шкалою, як самозвинувачення. Такі результати дають змогу передбачити прояв психологічних захистів в особистості й, відповідно, низький рівень самоосмислення, пасивність у самореалізації.

У подальшому необхідно врахувати, що самоставлення особистості – це динамічне явище, яке можемо коригувати у процесі цілеспрямованого впливу.

Самоставлення взаємопов'язане з іншими психологічними феноменами та особистісними утвореннями, зокрема з самооцінкою. За допомогою методики «Шкала самооцінки» Дембо-Рубінштейна визначено самооцінку особистості учня за такими шкалами, як «щастя», «здоров'я», «розум», «характер». Для розрахунків самооцінки досліджуваних було введено таку шкалу оцінювання: висока самооцінка – 5 балів, самооцінка

вища середньої – 4 бали, середня самооцінка – 3 бали, самооцінка нижча середньої – 2 бали, низька самооцінка – 1 бал.

П'ятий компонент соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості – «досвід» – досліджується за допомогою індивідуальної бесіди, під час якої визначається, чи достатньо учні поінформовані про наслідки вживання наркотичних речовин, їх руйнівний вплив. Авторська анкета також дозволяє з'ясувати наявність чи відсутність власного досвіду учня щодо вживання наркотичних речовин. Цей досвід оцінюється як негативний.

Для вивчення шостого компоненту підструктури – «інтелекту» – використовують методику «Прогресивні матриці» Дж. Равена [166]. Методика Дж. Равена є невербальним інтелектуальним тестом, який включає 60 графічних малюнків-завдань, розподілених на п'ять серій-субтестів за принципом зростаючої складності. Завдання ускладнюються від серії до серії.

Правильний розв'язок серії А залежить від уважності учня, рівня розвитку в нього статичних уявлень, а також від здатності до візуального розпізнавання. Правильне виконання серії В залежить передовсім від здатності учня здійснювати лінійну диференціацію та виробляти адекватне судження на підставі аналізу встановлених лінійних взаємозалежностей. Правильне рішення завдань серії С залежить від здатності до оперативної спостережливості й зіставлення постійно змінних фігур, рівня розвитку уважності та динамічної уяви. Правильному розв'язуванню завдань серії D сприяють продуктивність інтелектуальних процесів, здатність мислено охоплювати кількісні та якісні зміни під час упорядкування («складання») фігур за вимогами виявленої закономірності. Правильне виконання завдань серії Е залежить від здатності учня схоплювати й осмислювати складний кількісний та якісний розвиток кінетичних, змінних рядів фігур, а також від уміння актуалізувати вищі форми абстракції, узагальнення й задатки до вищого динамічного синтезу в ході складної інтелектуальної діяльності [166].

У процесі виконання тестових завдань в учня активізується перебіг чотирьох фундаментальних психологічних процесів: уваги, сприймання, мислення, уяви. Відсутність вербальних завдань у тесті має певне позитивне значення, оскільки дає змогу дещо нівелювати вплив навчання та життєвого досвіду на розв'язок [166].

Методика «Прогресивні матриці» Дж. Равена дозволяє дослідити рівень розвитку невербального інтелекту, здатність учня до виявлення закономірностей на основі аналізу та синтезу невербальної інформації, систематизованої, планомірної, методичної інтелектуальної діяльності.

Оцінювання інтелектуального розвитку особистості за методикою «Прогресивні матриці» Дж. Равена здійснюється відповідно до спеціальної відсоткової шкали [23, с. 129], що відображено в таблиці 2.3.

Таблиця 2.2 – Шкала оцінки результатів за методикою «Прогресивні матриці» Дж. Равена

Ступінь рівня інтелекту	Значення результату (%)	Рівень інтелекту
I	95 – 100	Високий
II	75 – 94	Вищий від середнього
III	25 – 74	Середній
IV	5 – 24	Нижчий від середнього
V	0 – 4	Інтелектуальний дефект

Сьомим компонентом соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості за В. Рибалкою виступає «психофізіологія». З метою її дослідження застосовують тест-опитувальник Г. Айзенка (ЕРІ). За допомогою опитувальника визначаються такі показники, як інтровертованість (екстравертованість), нейротизм (емоційна стабільність).

На думку Г. Айзенка, ці два фактори є основними параметрами особистості людини. Дослідник вважав, що в основі екстраверсії лежить слабкість генерації процесу збудження в поєднанні із силою, швидкістю та стійкістю реактивного гальмування. Наявність екстра- чи інтроверсії визначається залежністю реакцій та діяльності людини від зовнішніх вражень, що виникають на цей момент (екстравертованість), чи від образів, уявлень і думок, пов'язаних з минулим і майбутнім (інтровертованість).

Об'єднання цих двох характеристик визначає тип темпераменту за властивостями нервової системи. Стабільний екстраверт відповідає жвавому типу, нестабільний екстраверт – нестримному, стабільний інтроверт – спокійному, а нестабільний інтроверт – слабкому типу.

Показник «інтроверсія-екстраверсія», як було зазначено раніше, дозволяє визначити індивідуально-психологічну орієнтацію особистості учня на внутрішній суб'єктивний світ (інтроверсія), або на світ зовнішніх об'єктів (екстраверсія).

Показник нейротизму характеризує особистість учня з боку емоційної стабільності. Необхідно врахувати, що емоційно стійкі (стабільні) учні, не схильні до занепокоєння, стійкі до зовнішнього впливу, викликають довіру, здатні до лідерства. Емоційно нестабільні (нейротичні) учні – чутливі, тривожні, емоційні, схильні хворобливо переживати невдачі, засмучуватись через дрібниці [127, с. 141].

Емпіричне дослідження індивідуально-психологічних особливостей учнів, схильних до вживання наркотичних речовин, варто розпочати з першого компонента структури особистості (за В. Рибалкою) – зі спілкування.

У ранньому юнацькому віці, в якому перебувають учні ЗП(ПТ)О, формуються пізнавальні та професійні інтереси, потреба у праці, здібності будувати життєві плани, суспільна активність. У стосунках з однолітками, при збереженні великого значення колективно-групових форм спілкування, посилюється значення індивідуальних контактів.

Здатність до спілкування – важлива характеристика особистості.

Як зазначає науковець Г. Андреева, спілкування – це міжособистісна та міжгрупова взаємодія, основу якої становить пізнання одне одного, обмін певними результатами психічної діяльності (інформацією, думками, почуттями, оцінками тощо) [49, с. 9].

Психологи О. Власова та А. Марушкевич вважають спілкування найважливішою духовною потребою людини як суспільної істоти й підкреслюють, що історично виникнення спілкування зумовлене різними потребами взаємодії людей, які лише через обмін інформацією та узгодження дій могли забезпечити собі задоволення основних життєвих потреб [41, с. 174].

Дослідження підструктури спілкування в учнів дає змогу виявити цікаві й неоднозначні тенденції.

Другим компонентом соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості, за В. Рибалкою, є її спрямованість.

У психологічному плані головною особливістю періоду раннього юнацького віку є входження в самостійне життя. В першу чергу в цьому віці активно відбувається процес формування цілісної ідентичності, особливо в ситуативно-рольовому вимірі, що вимагає від учня ЗП(ПТ)О переосмислення своїх зв'язків з оточуючими, свого місця серед інших людей. Відбувається зміна локусу контролю, який суттєво впливає на самооцінку ступеню, відповідно до якого учень вважає себе здатним відігравати провідну роль у детермінації подій. У цей період відбувається вибір професії, значно змінюється соціальна позиція. Специфічними завданнями, які вирішуються на цьому етапі, є встановлення дружніх та інтимних стосунків, програвання статевої ролі і формування установок на майбутню сім'ю, досягнення незалежності, формування світоглядних основ, спроби самопізнання тощо [156, с. 54].

Психологічний зміст раннього юнацького віку пов'язаний з розвитком самосвідомості, вирішенням завдань професійного самовизначення та вступом у доросле життя, формуванням пізнавальних й професійних інтересів, потреби в праці, здатності будувати життєві плани, суспільної активності.

С. Рубінштейн у загальнопсихологічному терміні «спрямованість» об'єднав різноманітні динамічні тенденції: схильності, інтереси, ідеали, цілі, які в ролі мотивів визначають людську діяльність [138].

Справедливість цього твердження яскраво доводять слова В. Леонтьєва: «Мотиви постають як стимули, рушійні сили людської діяльності, як наймогутніші регулятори поведінки й повинні, безперечно, розглядатися в єдності з метою» [72, с. 51].

Дослідники О. Власова і А. Марушкевич визначають спрямованість як впорядковану структуру духовних цінностей, довготривалих цілей і життєво важливих потреб особистості, підкріплених поглядами, переконаннями й життєвими принципами людини [41, с. 72].

Спрямованість особистості (за В. Федоровим) – це інтегральна й генералізована властивість, сукупність відносно незалежних від поточних ситуацій стійких мотивів, що орієнтують діяльність особистості [156].

Є. Клімов в якості регулятора повсякденної поведінки та самовизначення людини розуміє образ світу як найважливішу частину свідомості [56; 57]. Стосовно професійного самовизначення таким регулятором є «професійно-типова картина світу». Є. Клімов стверджує: не стільки професія породжує певний образ думок людини, скільки «людина знаходить у професії те, що відповідає сенсу її душі та способу думок» [56, с. 19]. Таким чином, професія є не тільки діяльністю, але й «сферою прояву особистості» [57, с. 151].

На думку багатьох науковців (К. Левін, Г. Маррей, З. Фрейд та ін.), потреба в самовизначенні виступає як найважливіший фактор особистості [151, с. 79]. Потреби – це форма зв'язку організму із зовнішнім світом і джерело його активності. Саме потреби, будучи внутрішніми сутнісними силами організму, підштовхують його до різних форм діяльності, необхідних для збереження та розвитку індивіда, його роду в цілому. Виділяють три типи потреб: біологічні, соціальні та ідеальні.

Відомий засновник гуманістичної психології А. Маслоу підкреслював здатність людини до усвідомлення власних потреб і свідомого прагнення до їх задоволення [87]. Запропонована ним ієрархія потреб (відома ще як піраміда А. Маслоу) відображає п'ять рівнів потребової сфери людини – від найнижчих, фізіологічних, до найвищих – вершиною яких є самореалізація особистості. Потреби спонукають особистість до активності, спрямованої на їх задоволення. Сам аргумент такої активності називають мотивом. Весь комплекс факторів, що спонукають індивіда до спрямованої дії, називають мотивацією [87]. Відповідно до теорії А. Маслоу, життя є процесом постійного вибору, де самоактуалізація означає вибір на користь особистісного зростання [87, с. 412].

Мотивація до праці розуміється нами як усвідомлене спонукання суб'єкта до активної трудової діяльності, пов'язане з намаганням задовольнити матеріальні та духовні потреби особистості.

Трудова діяльність людини, як правило, ґрунтується одночасно на кількох мотивах, що становлять так зване мотиваційне ядро.

З метою більш глибокого вивчення спрямованості особистості учнів ЗП(ПТ)О варто використовувати методику «Діагностика потреб пошуку відчуттів» М. Цукермана. Американський психолог М. Цукерман був одним із перших авторів, який запропонував методику вимірювань потреб у пошуку вражень, які спрямовують особистість до того або іншого виду діяльності. Основою його теорії, розробленої в 60-ті роки ХХ століття, є положення про те, що люди відрізняються за оптимальним рівнем стимуляції та збудження, й ці відмінності впливають на вибір ними різних форм життєвої активності. У 1979 році М. Цукерман описав загальний портрет поведінки, пов'язаний з високою схильністю до пошуку вражень і визначив його як потребу в різних нових враженнях і переживаннях, прагнення до фізичного та соціального ризику заради цих вражень.

Дослідження ряду авторів свідчать, що люди з високим показником за тестом М. Цукермана прагнуть до експериментування з наркотичними речовинами з метою підвищення рівня збудженості та отримання різноманітних відчуттів.

Важливим у профілактиці нарктичної залежності є характер особистості. Це сукупність порівняно стійких рис або якостей особистості, які проявляються постійно й зумовлюють особливості її індивідуальної та соціальної поведінки, взаємодії з іншими людьми. Характер інтегрує в собі найбільш значущі та стійкі риси особистості [41, с. 87].

На думку американського вченого Е. Фрома, характер людини суттєво визначається не лише особливостями її індивідуальної активності, а й характеристикою епохи, тими умовами, які формуються в суспільстві для соціального існування та розвитку людини [41, с. 87].

Акцентуації характеру як загострення або яскраве вираження його окремих рис вважаються крайніми варіантами норми. Вони поділяються на явні та приховані. Такі особливості характеру визначають певні «вузькі місця» поведінки особистості. Як правило, загострення акцентуацій відбувається під тиском несприятливих обставин життя, переживанні людиною стресових ситуацій тощо. У надто несприятливих обставинах акцентуйовані характери можуть переходити в патологічну форму [41, с. 90].

Характер тісно пов'язаний зі спрямованістю особистості, що виявляється в активному ставленні людини до різних аспектів існування, а також вимог реального світу, який таким чином здійснює вплив на діяльність людини. Особливості темпераменту також відображаються на характері й

соціальної поведінці людини. Однак те, який бік темпераменту стане рисою характеру, залежить від умов його формування [41, с. 91].

Характер формується під впливом суспільних умов у результаті діяльності людини. Фундаментом формування характеру є система звичних дій і вчинків особистості. Водночас характер – це і прояв цілісності особистості. Тому для того, щоб зрозуміти характер особистості, необхідно уявити її індивідуальний розвиток протягом усього життєвого шляху.

Характер – це сукупність стійких якостей індивіда, що зумовлюють способи його поведінки та емоційного реагування. Риси характеру допомагають або заважають особистості встановлювати правильні взаємовідносини з людьми, виявляти витримку й самовладання у вирішенні складних життєвих питань, відповідати за свої дії та поведінку в суспільстві [123].

Пізнання характеру учня ЗП(ПТ)О дозволяє зі значною часткою ймовірності передбачити його поведінку й коректувати очікувані його дії та вчинки. У характері виявляється його своєрідність, що зумовлюється різноманітними неповторними ситуаціями, в яких відбувається соціалізація учня, його виховання та розвиток індивідуальності. Проявляючись у діяльності, характер у ній же формується й залежить від її змісту, особистісного сенсу для учня, успішності його діяльності, а також ставлення учня до своїх успіхів і невдач.

Характер виявляється в системі ставлень до дійсності: у ставленні до людей (комунікабельність або замкненість, правдивість або брехливість, тактовність або грубість); у ставленні до справи (відповідальність або недобросовісність, працелюбство або лінь); у ставленні до себе (скромність або самозакоханість, самокритичність або самовпевненість, гордість або приниженість); у ставленні до власності (щедрість або жадібність, акуратність або неохайність).

Залежно від переважного впливу тих чи інших сторін психіки на стосунки та діяльність особистості можна виділити інтелектуальні, емоційні та вольові риси характеру.

Поряд з мотивами, відношеннями та спрямованістю ті чи інші риси характеру або їх комплекс в окремих ситуаціях можуть визначати вчинки та поведінку учня.

Характер формується й утверджується під впливом середовища, діяльності та виховних впливів інших людей. З віком усе більшого значення набуває самовиховання, проте воно обумовлено відповідною мотивацією – потреба самовиховання перш за все має бути усвідомленою.

Характер не тільки формується в діяльності та спілкуванні, але й сам впливає на вибір різних видів діяльності й процеси спілкування. Ці впливи стають особливо очевидними в результаті проявів різних акцентуацій характеру.

Акцентуація характеру – це надмірне посилення та вираження окремих рис характеру або їх комбінацій, що проявляється у вибірковому ставленні особистості до психологічних впливів певного роду за хорошою або навіть підвищеною стійкістю до інших. Різні комбінації занадто посиленних рис дають різні типи акцентуацій.

Акцентуаціям характеру притаманна вразливість особистості до певних психотравмувальних впливів, спрямованих до «місця найменшого опору» характеру певного типу, при стабільності інших. Акцентуації характеру можуть виявлятися у ранньому віці, а в ранньому юнацькому віці їх прояв значно посилюється.

При складних психогенних ситуаціях упродовж тривалої дії на «слабку ланку» характеру вони можуть не тільки стати підґрунтям для гострих афективних реакцій, але й умовою формування наркотичної залежності в учнів. Важливо враховувати «слабкі ланки», характерні для кожного з типів акцентуацій. Якщо психічні впливи не чіпають цих місць, якщо ситуації не висувають підвищених вимог у цілому плані, то особистість зазвичай реагує адекватно, не виявляючи порушень соціальної адаптації. Знання «слабких ланок» дозволяє уникнути хибних кроків, перевантажень та ускладнень у взаємостосунках.

У зв'язку з цим актуалізується завдання діагностики особливостей характеру, вивчення його особливостей та застосування корекційних впливів. З цією метою для вивчення підструктури особистості – характеру використовуються методика МПДО (у модифікації С. Подмазіна), скорочений варіант методики ММРІ – «Міні-мульти» та методика «Дослідження вольової саморегуляції» (А. Зверькова, С. Ейдмана).

Четвертим компонентом соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості, за В. Рибалкою, виступає самосвідомість. Самосвідомість визначається як найвищий рівень розвитку свідомості. Вона є основою формування розумової активності та самостійності особистості в її судженнях і діях. Самосвідомість визначається як образ себе і ставлення до себе. Ці образ і ставлення нерозривно пов'язані з прагненням до самозмін, самоудосконалення, а однією з найвищих форм розвитку самосвідомості є спроба знайти сенс власної діяльності, що нерідко переростає в пошук сенсу життя [123, с. 585].

Джерельна база та досвід підтверджують, що жоден із факторів, що передують загрози наркотизації особистості, сам по собі або й у сукупності не визначає беззаперечно залучення особистості до наркотиків. Дослідження показали, що негативний життєвий досвід учня, складні сімейні обставини, низький культурний рівень є характерними для значної кількості учнів ЗП(ПТ)О й у більшості випадків не стають перешкодою в дорослому житті. З іншого боку, несприятливі психофізіологічні передумови самі по собі теж не можуть бути причиною наркотизації.

Основною детермінантою наркотизації в умовах зовнішніх впливів та індивідуально-типологічних особливостей учня виступає його самосвідомість, внутрішній світ. Предметом психологічного аналізу має стати те, як учень сприймає обставини свого життя, як ставиться до оточуючих, переживає події свого буття, чому один учень, незважаючи на несприятливі умови, переборює їх і стає успішним, а інший долучається до наркотиків.

Самосвідомість учнів ЗП(ПТ)О – це відносно стійка, більш-менш усвідомлена, цілісна, неповторна система уявлень особистості про саму себе, на основі якої вона будує власну взаємодію з іншими людьми та формує ставлення до себе. Особливе значення самосвідомості полягає в тому, що особистісні властивості учнів формуються завдяки самоусвідомленню, самооцінці, ставленню до себе. Головним у самосвідомості є відчуття власної ідентичності, її особистісного й соціального аспекту.

На думку Л. Шнейдер, втрата ідентифікації, яка виявляється в невідповідності поведінки особистості нормативним вимогам середовища, може бути пов'язана з процесом наркотизації. Ідентифікація, сформована у процесі соціалізації, втрачається або в результаті кардинальних психічних змін, або в результаті швидких і значних змін у навколишньому соціальному середовищі [171, с. 147].

Компонентами самосвідомості виступають: інтелектуальні (Я-концепція), емоційні (ставлення до себе), вольові (самоконтроль, самовладнання), мотиваційно-поведінкові (відповідальність, уміння планувати життя, рівень прагнень людини) [41, с. 74].

Виділяють такі рівні самосвідомості: перший – безпосередньо чуттєвий, на якому індивід відображає себе як тілесну істоту, йому відповідає чуттєвий ступінь самоусвідомлення – здатність відчувати свій організм як цілісність, отримувати інформацію про його процеси через механізми самовідчуття, самоприйняття, первинне самопереживання; другий – розвиваються механізми відображення психікою власного особистісного початку: самопереживання, самоактуалізація, позитивна та негативна ідентифікація, які забезпечують особистості сприйняття власних емоційних станів (Я-переживання), усвідомлення себе як активної внутрішньоєдиної істоти; третій – інтелектуально-аналітичний (або рефлексивний) рівень характеризується появою здатності особистості до усвідомлення власних когнітивних процесів, теоретичних форм і способів своєї діяльності, що забезпечуються розвитком її рефлексивних механізмів: самоспостереження, самоосмислення, самоаналізу; четвертий – цілеспрямовано-діяльнісний рівень розвитку самосвідомості відображає суб'єкта самоусвідомлення як здатного до усвідомленої саморегуляції та свідомого самовираження, що забезпечується появою механізмів самоосмисленої самодетермінації особистості, здатної до досягнення своїх дійсних потреб і реальних

можливостей програмування, прагнення до самореалізації, самовираження й самоствердження, а також самовдосконалення через численні форми самоконтролю, самокритики, самоорганізації й саморегламентации [41, с. 75–77].

Моментом народження найвищого ступеня самосвідомості стає той, коли особистість ставить собі питання: які сили дають їй можливість творити, досліджувати й підпорядковувати собі світ; якою є природа її розуму; яким законам підкоряється її духовне життя. Тобто, при зародженні самосвідомості думки особистості, які спрямовувались на зовнішній світ, переключаються на її внутрішній світ. Особистість за допомогою мислення починає досліджувати саме мислення. Таким чином, головними функціями самосвідомості постають завдання самопізнання, самоудосконалення та пошуку сенсу життя [123, с. 585].

Самосвідомість учнів ЗП(ПТ)О розвивається на основі суспільно-трудової діяльності, в процесі якої в них формується здатність до усвідомлення не лише навколишньої дійсності в нових умовах життєдіяльності, а й інших людей і самих себе.

Самостварення емоційно та змістовно об'єднує віру у власні сили, здібності, енергію, самостійність, оцінку своїх можливостей контролювати власне життя, бути послідовним і розуміти себе.

Шостим компонентом соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості (за В. Рибалкою) виступає інтелект.

Інтелект – досить складна, майже незмінна протягом життя людини реальність її психічного світу. Так, Ч. Спірмен визначає інтелект як здатність до розуміння відношень та абстракцій, В. Штерн – як загальну здатність психологічного пристосування людини до нових умов і життєвих завдань, Д. Векслер – як здатність особистості, що проявляється в цілеспрямованій діяльності, правильних розмірковуваннях і розумінні, пристосуванні середовища до своїх можливостей, А. Фурман визначає інтелект як відносно усталену структуру розумових (пізнавальних) здібностей особи [166, с. 16].

Інтелект визначає індивідуальні особливості учнів ЗП(ПТ)О, що належать до пізнавальної сфери: мислення, пам'ять, сприйняття, увага та інше. Під інтелектом розуміється певний рівень розвитку мисленнєвої діяльності особистості, яка забезпечує здатність набувати все нових знань й ефективно використовувати їх у процесі життєдіяльності.

При цьому особливе значення належить спостережливості, операціям абстракції, узагальнення й порівняння, які створюють внутрішні умови для об'єднання різноманітної інформації про світ речей і явища в єдину систему поглядів, що визначають моральну позицію особистості та допомагають формуванню її спрямованості, здібностям, характеру [123, с. 197].

Водночас, враховуючи те, що «кожен учень є неповторною індивідуальністю, яка перебуває в постійному розвитку і психічні процеси

якої полідетерміновані як зовнішніми, так і внутрішніми чинниками, часто-густо не вдається уникнути багатозначності будь-якого отриманого за допомогою тестів психологічного факту, а відтак – і різнорівневого, й багатоваріантного тлумачення результатів тестування» [166, с. 95–97]. На формувальному етапі дослідження будемо розвивати в учнів логічне мислення, здатність аналізувати, синтезувати, вміння встановлювати причинно-наслідкові зв'язки.

Як зазначає В. Рибалка, індивідуальність особистості є унікальною завдяки невичерпним глибинам її психогенетичної, психофізіологічної природи, що не піддається точному науковому аналізу. Вона може бути лише поверхово виявлена в деяких почуттях та емоціях, інстинктах, рефлексах, звичках, коли загострюється психофізика, з'являється особлива чутливість нервової системи до всього комплексу відчуттів і сприйнятів, емоцій [132].

Психофізіологія вивчає фізіологічні процеси, що супроводжують психічні процеси, або супутні з ними [123, с. 531].

Цікавим є дослідження американського психолога М. Закермана, який вивчав тенденції людини до пошуку нових переживань, прагнення до фізичного та соціального ризику. Він визначив дві групи чинників, що мають відношення до актуалізації цієї потреби: дефіцит активації, який спонукає до пошуку нових стимул-реакцій (складних і мінливих), і дефіцит інформації, що змушує шукати шляхи зниження невизначеності. Потреба в додатковій стимуляції може визначатися деякими біохімічними особливостями людини. Індивідуальний рівень потреби у відчуттях має свої біохімічні передумови. Міра потреби у відчуттях негативно пов'язана з рівнем таких біохімічних показників: моноамінооксидази (МАО), ендорфінів і статевих гормонів. Функція моноамінооксидази полягає в контролі та обмеженні рівня деяких медіаторів, зокрема, норадреналіну й дофаміну. Ці медіатори забезпечують функціонування нейронів катехоламіноергічної системи, що має відношення до регуляції емоційних станів індивіда. Якщо вміст МАО в нейронах виявляється зниженим (порівняно з нормою), то послаблюється біохімічний контроль за дією вказаних медіаторів. Ендорфіни, що продукують у мозку біологічно активні речовини, знижують больову чутливість і заспокійливо впливають на психіку людини. Статеві гормони (андрогени й естроген) пов'язані з процесами маскулінізації та фемінізації.

Іншими словами, індивіди, в яких менше продукується в організмі МАО, ендорфінів і статевих гормонів, з більшою вірогідністю будуть схильні до формування поведінки, що виражається в пошуку сильної додаткової стимуляції. Закерман висловив припущення, що пошук відчуттів пов'язаний з необхідністю забезпечити оптимальний рівень активації в катехоламіноергічній системі. Тому індивіди з низьким рівнем продукції катехоламінів будуть, мабуть, шукати сильних відчуттів, аби підняти активність цієї системи до оптимального рівня.

Однак, не можна виключити того, що перераховані біохімічні особливості самі виникають як наслідок поведінки, спрямованої на пошук відчуттів, що формується в результаті дії яких-небудь інших, невідомих в цей час (можливо, й соціальних) чинників.

Фізіологічною основою ж саморозвитку, самовдосконалення особистості є саморегуляція вищої нервової діяльності. Вища нервова діяльність – це найдосконаліша з усіх відомих самонастроєваних і саморегульованих систем. Процес вищої нервової діяльності є поєднанням безумовних та умовних рефлексів, які взаємодіють з іншими психофізіологічними процесами. Одним із проявів цієї взаємодії є цілеспрямований саморозвиток особистості, розвиток його індивідуальності.

Психологічною основою особистісного становлення учня, прагнення до самовиховання, самовдосконалення є збалансованість процесів збудження та гальмування. Уся психічна діяльність особистості є тими чи іншими проявами цих двох провідних процесів.

Як зазначає З. Вітульська [40, с. 5], їхні комбінації і взаємодії складають основу розвитку психічного типу та зміну станів особи. Зокрема, єдність фізичних і психічних факторів викликає в людини потребу в розвитку збуджуючої активності при пасивному темпераменті, або, навпаки, розвитку гальмівної стриманості при надмірно активному темпераменті.

Особливості нейродинаміки та деякі властивості темпераменту (зокрема, екстра-, інтроверсія) також є досить вагомими в багатьох видах діяльності, оскільки становлять основу для цілого ряду професійно важливих якостей. Так, за даними наукових досліджень, особам з високими показниками нейротизму притаманні: емоційна лабільність, гіперреактивність і повільне повернення до початкового стану після емоційних переживань. Вони часто скаржаться на різні хворобливі відчуття: головний біль, безсоння, порушення травлення тощо. Для них характерні домінування негативних емоцій, переживання тривоги.

Властивості екстра-, інтроверсії прийнято вважати професійно важливими перш за все для групових видів діяльності та професій, пов'язаних зі спілкуванням, роботою з людьми. Вивчаючи специфічні характеристики суб'єкта спілкування в процесі професійної адаптації А. Мацкевич зазначає, що інтроверти надають перевагу діяльності, яка дає змогу уникати їм надмірної зовнішньої стимуляції, тоді як екстраверти схиляються до емоційно наповненої діяльності, що вимагає від них додаткових рухів.

На думку Г. Айзенка, фактори «екстра-інтроверсія» та «стабільність-нейротизм» є основними параметрами особистості.

2. Діагностичні методики для виявлення схильних до наркотизації осіб

2.1. Анкета для вивчення рівня схильності до вживання наркотичних речовин учнів професійно-технічних навчальних закладів

Шановний друже!

Просимо відповісти на запитання анонімної анкети

1. **Ваш вік** _____
2. **Ваша стать:** чол. / жін.
3. **Місце проживання** до вступу в професійне училище (професійний ліцей): місто; село
4. **Ваша сім'я:** повна (є батько й мати); неповна (розлучені, вдівці).
5. **Зайнятість Ваших батьків:**
має роботу за місцем постійного проживання (батько; мати);
тимчасово безробітний (батько; мати);
на заробітках (батько; мати)
6. **Ваші захоплення** _____
7. **Пропонується перелік цінностей.** Виберіть з нього 10 найбільш вагомих для Вас (за необхідності доповніть перелік власними цінностями) і пронумеруйте їх у графі «Ранг» від найбільш до найменш вагомої. Найбільш важому цінності поставте на перше місце, найменш важому – на останнє:

Цінності	Ранг
Хороші й вірні друзі	
Матеріальне благополуччя	
Здоров'я	
Кохання	
Щаслива сім'я	
Навчання	
Визнання та повага оточуючих	
Улюблена справа, хобі	
Незалежність	
Розум та винахідливість	
Вільний час	

Цінності	Ранг
Пізнання невідомого	
Щастя інших	
Активне життя	
Творчість	
Відпочинок	
Саморозвиток	
Ваш варіант	

8. **Якщо у Вас виникнуть труднощі, до кого Ви звернетесь за допомогою?**

1) батька; 2) матері; 3) бабусі; 4) дідуся; 5) одногрупників; 6) друзів; 7) викладачів; 8) психолога; 9) майстра; 10) Ваш варіант.

9. **Чи розуміють Вас батьки, чи підтримують Ваш вибір?**

а) так; б) іноді; в) ні; г) не могу визначитися.

10. **Чи схвалюють батьки Ваших друзів?**

а) так; б) іноді; в) ні; г) не могу визначитися.

11. **Оцініть ступінь Вашої задоволеності.** При оцінці орієнтуйтеся на такі показники: *5 балів* – повністю задоволений; *4 бали* – більше задоволений, ніж не задоволений; *3 бали* – важко відповісти (не могу визначитися); *2 бали* – більше не задоволений, ніж задоволений; *1 бал* – повністю не задоволений.

Спілкуванням з батьками –

Спілкуванням з друзями –

Спілкуванням з одногрупниками –

Спілкуванням з викладачами –

Навчанням у професійному училищі (ліцеї) –

Життям узагалі –

12. **Ваше ставлення до наркотиків:**

а) негативне; б) нейтральне (байдуже); в) позитивне.

13. **Чи є у Вас друзі, які вживають наркотики?**

а) так; б) ні.

14. **Чи був у Вас особистий досвід вживання наркотичних речовин?** а) так; б) ні.

Дякуємо за відповіді!

2.2. Опитувальник Г. Айзенка

Опитувальник ЕРІ містить 57 питань, 24 з яких направлені на виявлення екстраверсії – інтроверсії, 24 інших – на оцінку емоційної стабільності-нестабільності (нейротизму). 9 складають контрольну групу питань для оцінки відвертості досліджуваного, його ставлення до обстеження й достовірності результатів.

1. Чи часто ти відчуваєш потребу у нових враженнях, прагнеш багато що змінити довкола себе?

2. Чи часто потрібна підтримка надійного друга, готового допомогти, підбадьорити чи заспокоїти?

3. Ти вважаєш себе безтурботною людиною?

4. Чи відчуваєш утруднення, коли треба відповісти «ні»?

5. Перед тим, як щось робити, чи обмірковуєш можливі наслідки для себе, кінцевий результат?

6. Якщо щось пообіцяв зробити чи завжди дотримуєш слова?

7. Чи часто у тебе змінюється настрій?

8. Звичайно ти дієш швидко, не замислюючись?

9. Чи часто відчуваєш себе пригніченим, розчарованим без будь-яких на це причин?

10. Чи можеш зробити будь-що, побившись об заклад?

11. Чи відчуваєш сором'язливість і збентеження, коли намагаєшся заговорити з симпатичною людиною протилежної статі?

12. Чи втрачаєш часом самовладання, відчуваєш злість?

13. Чи часто дієш під впливом хвилинного настрою?

14. Чи часто відчуваєш муки через те, що зробив або сказав щось таке, чого не слід було б?

15. Чи надаєш перевагу читанню книг, газет, журналів перед зустріччю з людьми?

16. Тебе легко образити?

17. Чи подобається тобі часто бувати в компаніях?

18. Чи спадає на думку те, що не хотів би відкривати іншим?

19. Чи правда, що іноді усе горить у тебе в руках, а часом настають смуток і нудьга?

20. Ти хочеш мати друзів небагато, але дуже близьких та відданих тобі?

21. Ти мрійник?

22. Якщо на тебе кричать, ти відповідаєш у такий же спосіб?

23. Чи часто відчуваєш свою провину?

24. Чи всі твої звички та захоплення тобі подобаються?

25. Чи відчуваєш ти бажання весело провести час у компанії?

26. Ти людина, яка легко збуджується?

27. Люди, які тебе знають, вважають, що ти людина компанійська, заводій?
28. Коли зробив щось важливе, то чи не замислювався над тим, що міг зробити це краще?
29. Ти вважаєш за краще менше говорити, коли перебуваєш у товаристві незнайомих?
30. Ти дозволяєш собі іноді побазікати?
31. Чи буває у тебе безсоння через різні думки?
32. Відповідь на питання, що тебе цікавить, ти шукатимеш найімовірніше у книзі?
33. Чи відчуваєш ти часом посилене серцебиття?
34. Тобі подобається робота, яка потребує посиленої уваги?
35. Чи бувають у тебе, іноді, напади тремтіння?
36. Коли ти знаєш про контроль (перевірку), чи обов'язково платитимеш за свій проїзд?
37. Ти байдуже ставишся над кепкуванням над собою?
38. Ти дратівливий?
39. Чи цікаво тобі виконувати роботу, пов'язану з швидкістю трудових операцій?
40. Чекаючи неприємних подій, чи почуваш ти хвилювання?
41. Ти найчастіше ходиш повільно?
42. Чи дозволяєш собі іноді кудись запізнюватися?
43. Чи часто тобі доводиться бачити «страшні» сни?
44. Чи любиш поговорити по-простому навіть з незнайомою людиною?
45. Чи страждаєш від якогось болю?
46. Чи пригнічують тебе неприємні почуття, коли ти тривалий час позбавлений можливості спілкуватися з людьми?
47. Чи вважаєш ти себе людиною нервовою?
48. Чи є серед твоїх знайомих люди, які тобі дуже не подобаються?
49. Ти дуже впевнена в собі людина?
50. Тебе легко образити, якщо вказати на помилки у твоїй поведінці?
51. Ти згоден з тим, що від тусовки дістати справжнє враження важко?
52. Чи дошкуляють тобі думки, що ти чимось гірший за інших?
53. Чи здатен ти внести пожвавлення у нудну компанію?
54. Чи робиш спроби розпочати розмову на тему, в якій не орієнтуєшся?
55. Тебе хвилює твоє здоров'я?
56. Чи часто кепкуєш з інших?
57. Ти страждаєш від безсоння?

КЛЮЧ

1. Шкала екстраверсія – інтроверсія:

«так» (+): 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56.

«ні» (-): 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

2. Шкала нейротизму – стабільності (емоційна нестабільність – емоційна стабільність):

«так» (+): 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 24, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

3. Шкала відвертості:

«так» (+): 6, 24, 36.

«ні» (-): 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Відповіді, які збігаються з «ключем», оцінюються в 1 бал.

Середній бал по шкалі екстраверсія – інтроверсія: 11-12. Менше 11 балів відповідає інтровертованому типу, більше 12 балів – екстравертованому.

Середній бал по шкалі нейротизм – стабільність: 12-13. Менше 12 балів – емоційна стабільність, більше 13 балів – емоціональна нестабільність (нейротизм).

Показник по шкалі відвертості 4-5 бали є критичним, він свідчить про тенденцію давати на запитання тільки «гарні» відповіді. Якщо у респондента по цій шкалі кількість балів перевищує 5, то результати є недостовірними.

2.3. Методика «Мотиви вибору професії»

Інструкція. Нижче наведені твердження, які характеризують будь-яку професію. Прочитайте їх і оцініть, якою мірою кожне із них вплинуло на ваш вибір професії. Назвіть цю професію і спеціальність.

Оцінювати слід за п'ятибальною системою: 5 - дуже сильно вплинуло; 4 - сильно; 3 - середньо; 2 - слабо; 1 - ніяк не вплинуло.

№ з/п	Твердження	Оцінка	Тип мотивації
1.	Вимагає спілкування з людьми	1	
2.	Подобається батькам	-	
3.	Передбачає високе почуття відповідальності	с	
4.	Вимагає переїзду на нове місце проживання	+	
5.	Відповідає моїм здібностям	1	
6.	Дозволить обмежитись обладнанням, яке є	-	
7.	Дає можливість приносити користь людям	с	
8.	Сприяє розумовому і фізичному розвитку	1	
9.	Є високооплачуваною	+	
10.	Дозволяє працювати недалеко від дому	+	
11.	Є престижною	-	
12.	Дає можливість для зростання професійної	с	

	майстерності		
13.	Єдина можливість у тих обставинах, які склалися	-	
14.	Дозволяє реалізувати здібності до керівної роботи	с	
15.	Є привабливою	1	
16.	Близька до улюбленого шкільного предмета	+	
17.	Дозволяє відразу отримати позитивний результат праці для інших	с	
18.	Вибрана моїми друзями	-	
19.	Дозволяє використовувати професійні уміння поза роботою	+	
20.	Дає великі можливості проявити творчість	1	

Умовні позначення:

“1” - внутрішні індивідуально значущі мотиви;

“с” - внутрішні соціально значущі мотиви;

“+” - зовнішні позитивні мотиви;

“-” - зовнішні негативні мотиви.

Максимальна сума вказує на вид мотивації, який переважає.

2.4. Діагностика потреб пошуку відчуттів (М. Цукермана)

Методика запропонована М. Цукерманом у 1964 році. Використовується для дослідження рівня потреб у відчуттях різного роду стосовно підлітків і дорослих людей.

Інструкція до тесту: «Вашій увазі пропонується ряд тверджень, які об'єднані в пари. З кожної пари Вам необхідно вибрати одне, яке найбільш характерно для Вас, і відзначити його».

Тестовий матеріал Варіант А Варіант Б.

1. Я б вважав за краще роботу, що вимагає численних роз'їздів, подорожей.

Я б вважав за краще працювати на одному місці.

2. Мене підбадьорює свіжий, прохолодний день.

У прохолодний день я не можу дочекатися, коли потраплю додому.

3. Мені не подобаються всі тілесні запахи.

Мені подобаються деякі тілесні запахи.

4. Мені не хотілося б спробувати який-небудь наркотик, який міг би чинити на мене незнайомий вплив.

Я б спробував який-небудь з незнайомих наркотиків, що викликають галюцинації.

5. Я б вважав за краще жити в ідеальному суспільстві, де кожен безпечний, надійний і щасливий.

Я б вважав за краще жити в невизначені, неясні дні нашої історії.

6. Я не можу витримати поїздки з людиною, яка любить швидкість.

Іноді я люблю їздити машиною дуже швидко, оскільки вважаю це збудливим.

7. Якби я був продавцем-комівояжером, то волів би твердий оклад, а не відрядну зарплату з ризиком заробити мало або нічого.

Якби я був продавцем-комівояжером, то я волів би працювати відрядно, оскільки у мене була б можливість заробити більше, ніж «сидячи на окладі».

8. Я не люблю сперечатися з людьми, чії погляди різко відрізняються від моїх, оскільки такі спори завжди нерозв'язні.

Я вважаю, що люди, які не згодні з моїм поглядом, більше стимулюють, ніж люди, які згодні зі мною.

9. Більшість людей витрачають в цілому занадто багато грошей на страхування.

Страхування – це те, без чого не могла би дозволити собі обійтися жодна людина.

10. Я б не хотів опинитися загіпнотизованим.

Я б хотів спробувати виявитися загіпнотизованим.

11. Найбільш важлива мета в житті – жити в своє задоволення і взяти від нього стільки, скільки можливо.

Найбільш важлива мета в житті – знайти спокій і щастя.

12. У холодну воду я входжу поступово, давши собі час звикнути до неї.

Я люблю відразу пірнути або стрибнути в море або холодний басейн.

13. У більшості видів сучасної музики мені не подобаються безладність і дисгармонійність.

Я люблю слухати нові і незвичайні види музики.

14. Найгірший соціальний недолік – бути грубою, невихованою людиною.

Найгірший соціальний недолік – бути нудною людиною, занудою.

15. Я надаю перевагу емоційно-виразним людям, навіть якщо вони трохи неврівноважені.

Я надаю перевагу більше людям спокійним, навіть «відрегульованим».

16. У людей, що їздять на мотоциклах, є якась несвідома потреба заподіяти собі біль, шкоду.

Мені б сподобалося водити мотоцикл або їздити на ньому.

Ключ до тесту

Питання: 1а, 2а, 3б, 4б, 5б, 6б, 7б, 8б, 9а, 10б, 11а, 12б, 13б, 14б, 15а, 16б.

Обробка та інтерпретація результатів тесту. Кожна відповідь, яка збіглася з ключем, оцінюється в один бал. Отримані бали підсумовуються. Сума збігів і є показником рівня потреб у відчуттях. Пошук нових відчуттів має велике значення для людини, оскільки стимулює емоції і уяву, розвиває творчий потенціал, що в кінцевому підсумку сприяє його особистісному зростанню.

Високий рівень потреб у відчуттях (11-16 балів) свідчить про наявність потягу, можливо, безконтрольного, до нових вражень, що часто може провокувати опитуваного на участь у ризикованих авантюрах і заходах.

Від 6 до 10 балів – середній рівень потреб у відчуттях. Він свідчить про вміння контролювати такі потреби, про помірність у їх задоволенні, тобто, з одного боку, – про відкритість новому досвіду, з іншого боку, – про стриманість і розсудливість у необхідних моментах життя.

Низький рівень потреб у відчуттях (від 0 до 5 балів) означає наявність передбачливості й обережності при отриманні нових вражень (і інформації) від життя. Респондент з таким показником надає перевагу стабільності та впорядкованості невідомого і несподіваного в житті.

2.5. Модифікований опитувальник для ідентифікації типів акцентуацій характеру у підлітків (О.С. Лічко – С.Л. Подмазін)

Інструкція. Кожний з вас хоче знати особливості свого характеру, принаймні, його найбільш яскраві риси. Знання характеру дозволяє управляти собою, краще взаємодіяти з людьми, орієнтуватися на певне коло професій. Адже характер - це основа особистості.

Опитувальник допоможе вам визначити тип вашого характеру, його особливості.

Вам запропоновані аркуші тверджень і відповідей. Прочитавши в аркуші запитань кожне твердження, вирішіть, чи типове, характерне воно для вас, чи навпаки. Якщо так, тоді підкресліть номер цього запитання в аркуші відповідей, а якщо ні, то просто пропустіть цей номер.

Чим точнішими і щирішими будуть ваші відповіді, тим повніше ви дізнаєтеся про свій характер.

Після того, як аркуш відповідей буде заповнений, підрахуйте суму набраних вами балів у кожному горизонтальному рядку (один підкреслений номер – це один бал). Проставте ці суми наприкінці кожного рядка в аркуші відповідей.

Аркуш тверджень

1. У дитинстві я був веселим і невгамовним.
2. У молодших класах я любив школу, але потім вона стала для мене обтяжливою.
3. У дитинстві я був таким самим, як і зараз: мене легко було засмутити, але і легко заспокоїти, розвеселити.
4. У мене часто буває погане самопочуття.
5. У дитинстві я був уразливим і дошкульним.
6. Я часто побоююся, що з моєю мамою щось може трапитися.
7. Мій настрій поліпшується, коли мене залишають самого.
8. У дитинстві я був примхливим і дратівливим.
9. У дитинстві я любив розмовляти і гратися з дорослими.
10. Вважаю, що найважливіше – незважаючи ні на що, якнайкраще провести сьогоднішній день.
11. Я завжди дотримуюсь своїх обіцянок, навіть якщо це мені не вигідно.
12. Як правило, у мене гарний настрій.
13. Тижні гарного самопочуття змінюються в мене тижнями, коли і самопочуття, і настрої у мене погані.
14. Я легко переходжу з радості до смутку і навпаки.
15. Я часто відчуваю млявість, нездужання.
16. До спиртного я відчуваю відразу.
17. Уникаю вживати спиртне через погане самопочуття і головний біль.
18. Мої батьки не розуміють мене й іноді здаються мені чужими.
19. Я ставлюся насторожено до незнайомих людей і мимоволі побоююся зла з їхнього боку.
20. Я не бачу в себе великих недоліків.
21. Від нотацій мені хочеться утекти подалі, але якщо не вдається, мовчки слухаю, думаючи про інше.
22. Всі мої навички гарні і бажані.
23. Мій настрій не змінюється від незначних причин.
24. Я часто прокидаюся з думкою про те, що сьогодні має бути зроблено.
25. Я дуже люблю своїх батьків, прихильний до них, але, буває, дуже ображаюся і навіть сварюся з ними.
26. Періодами я почуваю себе бадьорим, періодами – розбитим.
27. Нерідко я соромлюся їсти в присутності сторонніх людей.
28. Моє ставлення до майбутнього часто змінюється: то я будую райдужні плани, то майбутнє здається мені вовкуватим.
29. Я люблю займатися чим-небудь цікавим на самоті.
30. Майже не буває, щоб незнайома людина відразу викликала в мене симпатію.
31. Люблю одяг модний і незвичний, що притягує погляди.
32. Більше за усе люблю ситно поїсти і добре відпочити.

33. Я дуже врівноважений, ніколи не дратуюсь і ні на кого не серджусь.
34. Я легко сходжуся з людьми у будь-якій обстановці.
35. Я погано переносю голод – швидко слабшаю.
36. Самотність я переносю легко, якщо вона не пов'язана з прикростями.
37. У мене часто буває поганий, неспокійний сон.
38. Моя сором'язливість заважає мені подружитися з тими, з ким мені хотілося б.
39. Я часто тривожуся з приводу різноманітних неприємностей, що можуть статися у майбутньому, хоча приводу для цього немає.
40. Свої невдачі я переживаю сам і ні в кого не прошу допомоги.
41. Сильно переживаю зауваження й оцінки, що мене не задовольняють.
42. Зазвичай я вільно почуваю себе з новими, незнайомими однолітками, у новому класі, таборі праці й відпочинку.
43. Як правило, я не готую уроки.
44. Я завжди говорю дорослим тільки правду.
45. Пригоди і ризик мене приваблюють.
46. До знайомих людей я швидко звикаю, незнайомі можуть мене дратувати.
47. Мій настрій прямо залежить від шкільних і домашніх справ.
48. Я часто стомлююся до кінця дня, до того ж так, що здається – не залишилося сил.
49. Я соромлюся незнайомих людей і боюся заговорити першим.
50. Я багато разів перевіряю, чи немає помилок у моїй роботі.
51. У моїх приятелів помилкова думка, нібито я не хочу з ними дружити.
52. Іноді бувають дні, коли я без причини на всіх серджуся.
53. Я можу сказати про себе, що в мене гарна уява.
54. Якщо викладач не контролює мене на уроці, я майже завжди займаюся чим-небудь стороннім.
55. Мої батьки ніколи не дратують мене своєю поведінкою.
56. Я можу легко організувати хлопців для роботи, ігор, розваг.
57. Я можу випереджати інших у міркуваннях, але не в діях.
58. Буває, що я сильно радію, а потім сильно засмучуюся.
59. Іноді я стаю примхливим і дратівливим, а незабаром шкодую про це.
60. Я надмірно вразливий і дошкульний.
61. Я люблю бути першим там, де мене люблять, боротися ж за першість я не люблю.
62. Я майже не буваю цілком відвертим, як із приятелями, так і з рідними.
63. Розсердившись, я можу почати кричати, розмахувати руками, а іноді й битися.
64. Мені часто здається, що, за бажаючи, я міг би стати актором.
65. Мені здається, що тривожитися про майбутнє марно – все само собою влаштується.

66. Я завжди справедливий у стосунках з педагогами, батьками, друзями.
67. Я переконаний, що у майбутньому здійсняться всі мої плани і бажання.
68. Іноді бувають такі дні, що життя мені здається складнішим, аніж є насправді.
69. Досить часто мій настрій позначається на моїх вчинках.
70. Мені здається, що в мене багато хиб і недоліків.
71. Мені буває важко, коли я згадую про свої маленькі помилки.
72. Часто всілякі міркування заважають мені довести почату справу до кінця.
73. Я можу вислухати критику і заперечення, але намагаюся все одно усе зробити по-своєму.
74. Іноді я можу так розлютитися на кривдника, що мені важко втриматися, щоб відразу не побити його.
75. Я практично ніколи не відчуваю сорому і не буваю сором'язливим.
76. Не відчуваю прагнення до занять спортом або фізкультурою.
77. Я ніколи не говорю про інших погано.
78. Люблю усякі пригоди, охоче йду на ризик.
79. Іноді мій настрій залежить від погоди.
80. Нове для мене приємне, якщо обіцяє для мене щось гарне.
81. Життя здається мені дуже важким.
82. Я часто відчуваю острах перед викладачами і керівництвом.
83. Закінчивши роботу, я довго хвилююся з приводу того, що міг зробити щось неправильно.
84. Мені здається, що інші мене не розуміють.
85. Я часто засмучуюся через те, що, розсердившись, наговорив зайвого.
86. Я завжди зумію знайти вихід із будь-якої ситуації.
87. Люблю замість занять піти в кіно або просто прогуляти уроки.
88. Я ніколи не брав удома нічого без дозволу.
89. При невдачі я можу посміятися над собою.
90. У мене бувають періоди підйому, захопленнь, ентузіазму, а потім може наступити спад, апатія до усього.
91. Якщо мені щось не вдається, я можу впасти у відчай і втратити надію.
92. Заперечення і критика мене дуже засмучують, якщо вони різкі і грубі за формою, навіть якщо вони стосуються дрібниць.
93. Іноді я можу розплакатися, якщо читаю сумтну книгу або дивлюся сумний фільм.
94. Я часто сумніваюся у слухності своїх вчинків і рішень.
95. Часто в мене виникає почуття, що я виявився непотрібним, стороннім.
96. Зіштовхнувшись із кривдою, я обурююся і відразу ж виступаю проти неї.
97. Мені подобається бути в центрі уваги, наприклад, розповідати хлопцям різні смішні історії.

98. Вважаю, що найкраще провести час - це нічого не робити, просто відпочивати.
99. Я ніколи не спізнююся у школу або ще будь-куди.
100. Мені неприємно залишатися довго на одному місці.
101. Іноді я так засмучуюся через сварку з викладачем або однолітками, що не можу йти на уроки.
102. Я не вмію керувати іншими людьми.
103. Іноді мені здається, що я тяжко і небезпечно хворий.
104. Не люблю усякі небезпечні й ризиковані пригоди.
105. У мене часто виникає бажання перевірити ще раз роботу, яку я тільки що виконав.
106. Я боюся, що у майбутньому можу залишитися самотнім.
107. Я охоче вислуховую настанови, які стосуються мого здоров'я.
108. Я завжди висловлюю свою думку, коли щось обговорюється у групі.
109. Вважаю, що ніколи не треба відриватися від колективу.
110. Питання, пов'язані зі статтю і любов'ю, мене зовсім не цікавлять.
111. Завжди вважав, що задля цікавої, привабливої справи усіма правилами можна знехтувати.
112. Мені іноді бувають неприємними свята.
113. Життя навчило мене бути не дуже відвертим, навіть із друзями.
114. Я їм мало, іноді довго взагалі нічого не їм.
115. Я дуже люблю насолоджуватися красою природи.
116. Йдучи з будинку, лягаючи спати, я завжди перевіряю, чи вимкнені газ, електроприлади, чи замкнені двері.
117. Мене приваблює тільки те нове, що відповідає моїм принципам та інтересам.
118. Якщо в моїх невдачах хтось винний, я не залишаю його без покарання.
119. Якщо я когось не шаную, мені вдається поводитися з ним так, що він цього не помічає.
120. Найкраще проводити час у різноманітних розвагах.
121. Мені подобаються всі навчальні предмети.
122. Я часто буваю ватажком в іграх.
123. Я легко переношу біль і фізичні страждання.
124. Я завжди намагаюся стримуватися, коли мене критикують або коли мені заперечують.
125. Я занадто недовірливий, тривожуся з усякого приводу, особливо з приводу свого здоров'я.
126. Я рідко буваю безтурботно веселим.
127. Я часто загадую собі різноманітні прикмети і намагаюся їх дотримуватися, щоб усе було добре.
128. Я не прагну брати участь у житті навчального закладу і групи.
129. Іноді я роблю швидкі, необдумані вчинки, через котрі потім шкодую.

130. Не люблю заздалегідь розраховувати усі витрати, легко беру в борг, навіть якщо знаю, що до обіцяного терміну віддати гроші буде важко.
131. Навчання мене обтяжує, і якби мене не примушували, я взагалі не вчився б.
132. У мене ніколи не було таких думок, які потрібно було б приховувати від інших.
133. У мене часто буває настільки гарний настрій, що запитують, чому я такий веселий.
134. Іноді в мене настрої буває настільки поганим, що я починаю думати про смерть.
135. Найменші прикrostі занадто засмучують мене.
136. Я швидко втомлююся на уроках і стаю розсіяним.
137. Іноді я дивуюся грубості і невихованості хлопців.
138. Викладачі вважають мене акуратним і старанним.
139. Часто мені приємніше розмірковувати наодинці, ніж проводити час у гучній компанії.
140. Мені подобається, коли мені підпорядковуються.
141. Я міг би вчитися значно краще, але наші педагоги і навчальний заклад не сприяють цьому.
142. Не люблю займатися справою, яка потребує зусиль і терпіння.
143. Я ніколи нікому не бажав поганого.

Примітка. В аркуші відповідей (див. у таблиці далі, у правій крайній графі) МДЧ - мінімальне діагностичне число, досягнення або переважання якого означає наявність акцентуації. Позначення типів акцентуацій характеру (ТА):

Г - гіпертимний,

Ц - циклоїдний,

Л - лабільний,

А - астено-невротичний,

С - сензитивний,

Т - тривожно-педантичний,

І - інтравертований,

З - збуджувальний,

Д - демонстративний,

Н - нестійкий,

К - контрольний бал, перевищення якого робить результати тестування менш достовірними.

Аркуш відповідей

ТА	Номер твердження													Сума балів	МДЧ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
Г	1	12	23	34	45	56	67	78	89	100	111	122	133		10
Ц	2	13	24	35	46	57	68	79	90	101	112	123	134		8
Л	3	14	25	36	47	58	69	80	91	102	113	124	135		9
А	4	15	26	37	48	59	70	81	92	103	114	125	136		8
С	5	16	27	38	49	60	71	82	93	104	115	126	137		8
Т	6	17	28	39	50	61	72	83	94	105	116	127	138		9
І	7	18	29	40	51	62	73	84	95	106	117	128	139		9
З	8	19	30	41	52	63	74	85	96	107	118	129	140		9
Д	9	20	31	42	53	64	75	86	97	108	119	130	141		9
Н	10	21	32	43	54	65	76	87	98	109	120	131	142		10
К	11	22	33	44	55	66	77	88	99	110	121	132	143		4

2.6. Опитувальник Міні-мульти (скорочений багатофакторний опитувальник для дослідження особистості - СБОУ)

ОПИС

Міні-мульти розроблений шведським психологом Кінканнон і адаптований в російському варіанті (перекладано на українську мову СБОУ) В.П. Зайцевим і В.Н. Козюлею. Цю методику краще використовувати для виявлення осіб, які потребують медичної допомоги, або для використання в психосоматичних лікарнях.

Методика дозволяє оцінити рівень нервово-емоційної стійкості, ступінь інтеграції особистісних властивостей, рівень адаптації особистості до соціального оточення.

Методика в основному розрахована на обстеження дорослих осіб (від 16 до 80 років, з освітою не нижче 6-7 класу середньої школи), зі збереженим інтелектом.

Опитувальник Міні-мульти є скороченим варіантом ММРІ, містить 71 питання, 11 шкал, з них 3 – оцінні. Перші 3 оціночні шкали вимірюють щирість досліджуваного, ступінь достовірності результатів тестування і величину корекції, що вноситься надмірною обережністю. Решта 8 шкал є базисними й оцінюють властивості особистості.

Час проведення опитування не обмежується. При цьому СБОУ досить економічний: середній час обстеження займає близько 15 хв, а обробка отриманих даних - всього 5-6 хв.

Інструкція

Напишіть своє прізвище та інші відомості про себе на бланку відповідей.

Нижче наведено твердження, що стосуються стану Вашого здоров'я і Вашого характеру. Прочитайте кожне твердження і вирішіть, правильне воно чи неправильне правильне те рішення, яке першим спадає на думку.

Якщо твердження правильне, то поставте, будь ласка, косий хрестик у лівому квадраті поруч з відповідним номером бланка відповідей (цей квадратик розташований у графі, позначеній буквою «п»).

Якщо твердження стосовно Вас неправильне, то поставте хрестик у лівому квадраті, розташованому праворуч від відповідного номера на бланку відповідей (графі позначена буквою «н»).

Усі відповіді повинні бути внесені в доданий бланк.

ТЕКСТ ОПИТУВАЛЬНИКА

1. У Вас хороший апетит?
2. Вранці Ви зазвичай відчуваєте, що виспалися і відпочили.
3. У вашому повсякденному житті багато цікавого.
4. Ви працюєте з великим напруженням.
5. Часом у Вас з'являються такі нехороші думки, що про них краще не розповідати.
6. У Вас дуже рідко буває закреп.
7. Іноді Вам дуже хотілося назавжди піти з дому.
8. Часом у Вас бувають напади нестримного сміху або плачу.
9. Часом Вас турбує нудота і позиви на блювоту.
10. У вас таке враження, що Вас ніхто не розуміє.
11. Іноді Вам хочеться вилятися.
12. Щотижня Вам сняться кошмари.
13. Вам важче зосередитися, ніж більшості людей.
14. З Вами відбувалися (або відбуваються) дивні речі.
15. Ви досягли б в житті набагато більшого, якби люди не були налаштовані проти Вас.
16. У дитинстві Ви скоювали крадіжки.
17. Бувало, що по кілька днів, тижнів або цілих місяців Ви нічим не могли зайнятися, тому що важко було змусити себе включитися в роботу.
18. У Вас переривчастий і неспокійний сон.
19. Коли Ви перебуваєте серед людей, Вам чуються дивні речі.
20. Більшість людей, які Вас знають, не вважають Вас неприємною людиною.
21. Вам часто доводилося підкорятися кому-небудь, хто знав менше Вас.
22. Більшість людей задоволені своїм життям більше, ніж Ви.

23. Дуже багато людей перебільшують свої нещастя, щоб домогтися співчуття і допомоги.
24. Іноді Ви гнівайтесь.
25. Вам безумовно не вистачає впевненості в собі.
26. У вас часто бувають посмикування в м'язах.
27. У Вас часто буває відчуття, ніби Ви зробили щось неправильне або негарне.
28. Зазвичай Ви задоволені своєю долею.
29. Деякі так люблять керувати, що Вам хочеться все зробити наперекір, хоча Ви знаєте, що вони праві.
30. Ви вважаєте, що проти Вас щось замишляють.
31. Більшість людей здатні домагатися вигоди не зовсім чесним шляхом.
32. Вас часто турбує шлунок.
33. Часто ви не можете зрозуміти, чому напередодні Ви були в поганому настрої і роздратовані.
34. Часом Ваші думки змінювалися так швидко, що Ви не встигали їх висловлювати.
35. Ви вважаєте, що Ваше сімейне життя не гірше, ніж у більшості Ваших знайомих.
36. Часом Ви впевнені у власній непотрібності.
37. В останні роки Ваше самопочуття було в основному хорошим.
38. У Вас були періоди, під час яких Ви щось робили і потім не могли пригадати, що саме.
39. Ви вважаєте, що Вас часто незаслужено карали.
40. Ви ніколи не почували себе краще, ніж тепер.
41. Вам байдуже, що думають про Вас інші.
42. З пам'яттю у Вас все гаразд.
43. Вам важко підтримувати розмову з людиною, з якою Ви тільки що познайомилися.
44. Велику частину часу Ви відчуваєте загальну слабкість.
45. У Вас рідко болить голова.
46. Іноді Вам було важко зберегти рівновагу при ходьбі.
47. Не всі Ваші знайомі Вам подобаються.
48. Є люди, які намагаються вкрати Ваші ідеї та думки.
49. Ви вважаєте, що робили вчинки, які не можна пробачити.
50. Ви вважаєте, що Ви занадто сором'язливі.
51. Ви майже завжди про що-небудь тривожитесь.
52. Ваші батьки часто не схвалювали Ваших знайомств.
53. Іноді Ви трохи брешете.
54. Часом Ви відчуваєте, що Вам незвичайно легко приймати рішення.

55. У Вас буває сильне серцебиття, і Ви часто задихаєтеся.
56. Ви запальні, але це не надовго.
57. У Вас бувають періоди такого занепокоєння, що важко всидіти на місці.
58. Ваші батьки та інші члени сім'ї часто чіпляються до Вас.
59. Ваша доля нікого особливо не цікавить.
60. Ви не засуджуєте людини, яка не проти скористатися в своїх інтересах помилками іншого.
61. Іноді Ви сповнені енергії.
62. За останній час у Вас погіршився зір.
63. Часто у Вас дзвенить або шумить у вухах.
64. У Вашому житті були випадки (можливо, тільки один), коли Ви відчували, що на Вас діє гіпноз.
65. У Вас бувають періоди, коли Ви незвично веселі без особливої причини.
66. Навіть перебуваючи в суспільстві, Ви зазвичай відчуваєте себе самотньо.
67. Ви вважаєте, що майже кожен може збрехати, щоб уникнути неприємностей.
68. Ви відчуваєте все гостріше, ніж більшість інших людей.
69. Часом Ваша голова працює повільніше, ніж зазвичай.
70. Ви часто розчаровуєтеся в людях.
71. Ви зловживаєте спиртними напоями.

ОБРОБКА

До методики додається спеціальний бланк, де з одного боку фіксуються відповіді досліджуваного. Якщо досліджуваний згоден з твердженням, то у графі з номером питання він ставить знак «+» («так», «правильно»), якщо не згоден – знак «-» («ні», «неправильно»). На зворотному боці бланка експериментатор будує профіль особистості досліджуваного з урахуванням значення шкали корекції, додаючи до балів відповідне значення шкали корекції. Таблиця цих значень наведена на бланку.

БЛАНК ТЕСТУ

Прізвище, ім'я, по батькові _____ Вік _____ Стать _____
Освіта _____ Дата _____
(Поруч з номером при відповіді «правильно» закресліть квадратик «П», при відповіді «неправильно» - квадратик «Н»).

В	Н	В	Н	В	Н	В	Н	L
<input type="checkbox"/>	1	<input type="checkbox"/>	21	<input type="checkbox"/>	41	<input type="checkbox"/>	61	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	2	<input type="checkbox"/>	22	<input type="checkbox"/>	42	<input type="checkbox"/>	62	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	3	<input type="checkbox"/>	23	<input type="checkbox"/>	43	<input type="checkbox"/>	63	F
<input type="checkbox"/>	4	<input type="checkbox"/>	24	<input type="checkbox"/>	44	<input type="checkbox"/>	64	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	5	<input type="checkbox"/>	25	<input type="checkbox"/>	45	<input type="checkbox"/>	65	K
<input type="checkbox"/>	6	<input type="checkbox"/>	26	<input type="checkbox"/>	46	<input type="checkbox"/>	66	1
<input type="checkbox"/>	7	<input type="checkbox"/>	27	<input type="checkbox"/>	47	<input type="checkbox"/>	67	2
<input type="checkbox"/>	8	<input type="checkbox"/>	28	<input type="checkbox"/>	48	<input type="checkbox"/>	68	3
<input type="checkbox"/>	9	<input type="checkbox"/>	29	<input type="checkbox"/>	49	<input type="checkbox"/>	69	4
<input type="checkbox"/>	10	<input type="checkbox"/>	30	<input type="checkbox"/>	50	<input type="checkbox"/>	70	5
В	Н	В	Н	В	Н	В	Н	6
<input type="checkbox"/>	11	<input type="checkbox"/>	31	<input type="checkbox"/>	51	<input type="checkbox"/>	71	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	12	<input type="checkbox"/>	32	<input type="checkbox"/>	52	<input type="checkbox"/>		7
<input type="checkbox"/>	13	<input type="checkbox"/>	33	<input type="checkbox"/>	53	<input type="checkbox"/>		8
<input type="checkbox"/>	14	<input type="checkbox"/>	34	<input type="checkbox"/>	54	<input type="checkbox"/>		9
<input type="checkbox"/>	15	<input type="checkbox"/>	35	<input type="checkbox"/>	55	<input type="checkbox"/>		
В	Н	В	Н	В	Н			
<input type="checkbox"/>	16	<input type="checkbox"/>	36	<input type="checkbox"/>	56	<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>	17	<input type="checkbox"/>	37	<input type="checkbox"/>	57	<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>	18	<input type="checkbox"/>	38	<input type="checkbox"/>	58	<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>	19	<input type="checkbox"/>	39	<input type="checkbox"/>	59	<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>	20	<input type="checkbox"/>	40	<input type="checkbox"/>	60	<input type="checkbox"/>		

Значення *шкали K* додається до базисних шкал №1, 4, 7, 8, 9.

До балів значення *шкали K* додають за наступною схемою

Шкала *Hs* = $Hs + (0.5 * K)$;

Шкала *Pd* = $Pd + (0.4 * K)$;

Шкала *Pt* = $Pt + K$;

Шкала *Sc* = $Sc + K$;

Шкала *Ma* = $Ma + (0.2 * K)$;

Наприклад: якщо за *шкалою K* отримано 9 балів, то до значення

шкали № 1, виходячи з таблиці, додають 5 балів, до значення шкали № 4 - 4 бали, до значень шкал № 7 та № 8 по 9 балів, до значення шкали № 9 - 2 бали.

Після отримання остаточних значень будують профіль.

Оціночні шкали:

1. Шкала брехні (L).
2. Шкала вірогідності (F).
3. Шкала корекції (K).

Базисні шкали:

1. Іпохондрії (Hs).
2. Депресії (D).
3. Істерії (Hy).
4. Психопатії (Pd).
6. Паранояльності (Pa).
7. Психастенії (Pt).
8. Шизоїдний (Se).
9. Гіпоманії (Ma).

Опитування рекомендується проводити індивідуально або в групі за наявності у кожного досліджуваного тексту опитувальника і бланка для відповідей, у присутності експериментатора, якому досліджувані можуть ставити питання.

Ключ

Шкали	Відповіді	№ питання
L	Н	5, 11, 24, 47, 53
F	Н	22, 24, 61
	П	9, 12, 15, 19, 30, 38, 48, 49, 58, 59, 64, 71
K	Н	11, 23, 31, 33, 34, 36, 40, 41, 43, 51, 56, 61, 65, 67, 69, 70
1 (Hs)	Н	1, 2, 6, 37, 45
	П	9, 18, 26, 32, 44, 46, 55, 62, 63
2 (D)	Н	1, 3, 6, 11, 28, 37, 40, 42, 60, 65, 71
	П	9, 13, 17, 18, 22, 25, 36, 44
3 (Hy)	Н	1, 2, 3, 11, 23, 28, 29, 31, 33, 35, 37, 40, 41, 43, 45, 50, 56
	П	9, 13, 18, 26, 44, 46, 55, 57, 62
4 (Pd)	Н	3, 28, 34, 35, 41, 43, 50, 65
	П	7, 10, 13, 14, 15, 16, 22, 27, 52, 58, 71
6 (Pa)	Н	28, 29, 31, 67
	П	5, 8, 10, 15, 30, 39, 63, 64, 66, 68
7 (Pt)	Н	2, 3, 42

	П	5, 8, 13, 17, 22, 25, 27, 36, 44, 51, 57, 66, 68
8 (Se)	Н	3, 42
	П	5, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 30, 38, 39, 46, 57, 63, 64, 66
9 (Ma)	Н	43
	П	4, 7, 8, 21, 29, 34, 38, 39, 54, 57, 60

Примітка. Н - неправильно, П – правильно.

Для швидкого додавання до балів відповідних значень шкали корекції можна скористатися таблицею коефіцієнтів корекції.

Таблиця коефіцієнтів корекції

К	0,5К	0,4К	0,2К
16	8	6	3
15	8	6	3
14	7	6	3
13	7	5	3
12	6	5	2
11	6	4	2
10	5	4	2
9	5	4	2
8	4	3	2
7	4	3	1
6	3	2	1
5	3	2	1
4	2	2	1
3	2	2	1
2	1	1	0
1	1	1	0

Як користуватися шкалою корекції

1. Необхідно подивитися, скільки балів за *шкалою корекції К* отримав респондент.
2. Знаходимо цей бал в стовпчику *К*.
3. У рядку, навпаки знайденого балу, буде вказано, скільки балів необхідно додати до балів респондента за відповідними шкалами.

Приклад

За *шкалою корекції К* респондент отримав 6 балів. Знаходимо 6 балів у стовпчику *К*. Дивимось, що написано у відповідному рядку:

- до «сирих» балів за 7 і 8 шкалами потрібно додати 6 балів;
- до «сирих» балів за 1 шкалою потрібно додати 3 бали;
- до «сирих» балів за 4 шкалою потрібно додати 2 бали;
- до «сирих» балів за 9 шкалою потрібно додати 1 бал.

Наведений вище бланк зручний для експрес-аналізу первинних даних. Однак для отримання більш точного профілю з урахуванням статі необхідно використовувати таку таблицю:

Стать	Чоловіки		Жінки	
	М	δ	М	δ
Статистичний показник				
Вік	40,5	15,85	39,3	14,89
L	1,48	1,23	1,51	1,19
F	3,1	2,3	2,64	1,71
К	7,68	3,42	7,72	2,64
1	7,24	3	8,47	2,92
2	7,02	2,68	7,96	3
3	9,73	2,91	11,53	3,38
4	10,39	2,13	9,76	1,9
6	4,03	1,74	4,77	2
7	13,57	2,51	14,48	2,27
8	13,68	2,83	13,52	2,8
9	6,23	1,55	6,35	1,91

Переклад «сирих» балів (після додавання відповідних значень по *Шкалі Корекції*), як і в тесті ММРІ, виробляють за такою формулою:

$$T = 50 + \frac{10(X - M)}{\delta}$$

де X – «сирий» бал, а M і δ - значення взяті з таблиці

2.7. Методика дослідження вольової саморегуляції

(А. Звєрькова, С. Ейдмана)

Мета дослідження: визначити рівень розвитку вольової саморегуляції.

Дослідження вольової саморегуляції за допомогою тест-опитувальника проводиться або з одним респондентом, або з групою. Щоб забезпечити незалежність відповідей опитуваних, кожен отримує текст опитувальника, бланк для відповідей, на якому надруковані номери питань і поряд з ними графа для відповіді.

Інструкція опитуваним. Вам пропонується тест, що містить 30 тверджень. Уважно прочитайте кожне і вирішіть, правильно чи неправильно сформульовано це твердження стосовно Вас. Якщо правильно, то в аркуші для відповідей навпроти номера цього твердження поставте знак «плюс» (+), а якщо вважаєте, що воно стосовно Вас неправильне, то «мінус» (-).

Тест

1. Якщо щось не клеїться, у мене нерідко з'являється бажання кинути цю справу.
2. Я не відмовляюся від своїх планів і справ, навіть якщо доводиться вибирати між ними і приємною компанією.
3. За необхідності мені неважко стримати спалах гніву.
4. Зазвичай я зберігаю спокій в очікуванні приятеля, який спізнюється.
5. Мене важко відволікти від розпочатої роботи.
6. Мене сильно вибиває з колії фізичний біль.
7. Я завжди намагаюся вислухати співрозмовника, не перебиваючи, навіть якщо не терпиться йому заперечити.
8. Я завжди «гну» свою лінію.
9. Якщо треба, я можу не спати ніч (наприклад, робота, чергування) і весь наступний день бути в «хорошій формі».
10. Мої плани занадто часто перекреслюються зовнішніми обставинами.
11. Я вважаю себе терплячою людиною.
12. Мене не просто змусити холоднокрівно спостерігати за приголомшливим видовищем.
13. Мені рідко вдається змусити себе продовжувати роботу після серії образливих невдач.
14. Якщо я ставлюся до когось погано, мені важко приховувати свою напругу до нього.
15. За необхідності я можу займатися своєю справою в незручній і невідповідній обстановці.
16. Мені сильно ускладнює роботу усвідомлення того, що її необхідно будь-що зробити до певного терміну.

17. Вважаю себе рішучою людиною.
18. З фізичною втомою я справляюся легше, ніж інші.
19. Краще зачекати на ліфт, який щойно відправився, ніж підніматися сходами.
20. Зіпсувати мені настроїй нелегко.
21. Іноді якась дрібниця оволодіває моїми думками, не дає спокою, і я ніяк не можу від неї звільнитися.
22. Мені важче зосередитися на завданні або роботі, ніж іншим.
23. Переспорити мене важко.
24. Я завжди прагну довести розпочату справу до кінця.
25. Мене легко відволікти від справ.
26. Я помічаю іноді, що намагаюся домогтися свого всупереч об'єктивним обставинам.
27. Люди часом заздять моєму терпінню і ретельності.
28. Мені важко зберегти спокій у стресовій ситуації.
29. Я помічаю, що під час монотонної роботи мимоволі починаю змінювати спосіб дії, навіть якщо це часом призводить до погіршення результатів.
30. Мене зазвичай сильно дратує, коли «перед носом» зачинаються двері транспорту, який від'їжджає, або ліфта.

Обробка результатів. Мета обробки результатів – визначення величин індексів вольової саморегуляції за пунктами загальної шкали (В) та індексів за субшкалами «наполегливість» (Н) і «самовладання» (С). Кожен індекс – це сума балів, отримана при підрахунку збігів відповідей опитуваного з ключем загальної шкали або субшкали. В опитувальнику 6 маскувальних тверджень. Тому загальний сумарний бал за шкалою «В» повинен знаходитися в діапазоні від 0 до 24, за субшкалою «наполегливість» – від 0 до 16 і за субшкалою «самовладання» – від 0 до 13.

Ключ для підрахунку індексів вольової саморегуляції.

Загальна шкала: 1-, 2+, 3+, 4+, 5 +, 6, 7 +, 9 +, 10-, 11+, 13-, 14-, 16-, 17+, 18+, 20+, 21-, 22-, 24+, 25-, 27+, 28-, 29-, 30-.

«Наполегливість»: 1-, 2+, 5+, 6, 9 +, 10-, 11+, 13-, 16-, 17+, 18+, 20+, 22-, 24+, 25-, 27+.

«Самовладання»: 3+, 4+, 5+, 7 +, 13-, 14-, 16-, 21-, 24+, 27+, 28-, 29-, 30-.

Аналіз результатів. У найзагальнішому вигляді під рівнем вольової саморегуляції розуміється міра оволодіння власною поведінкою в різних ситуаціях, здатність свідомо керувати своїми діями, станами і спонуканнями. Рівень розвитку вольової саморегуляції може бути охарактеризований в цілому і окремо за такими властивостями характеру, як наполегливість і самовладання. Рівні вольової саморегуляції визначаються у зіставленні з середніми значеннями кожної з шкал. Якщо вони складають більше половини

максимально можливої суми збігів, то цей показник відображає високий рівень розвитку загальної саморегуляції, наполегливості або самовладання. Для шкали «В» ця величина дорівнює 12, для шкали «Н» – 8, для шкали «С» – 6. Високий бал за шкалою «В» характерний для осіб емоційно зрілих, активних, незалежних, самостійних. Їх відрізняє спокій, впевненість у собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинене почуття власного обов'язку. Як правило, вони добре рефлексують особисті мотиви, систематично реалізують наміри, вміють розподіляти зусилля і здатні контролювати свої вчинки, володіють вираженою соціально-позитивною спрямованістю. У граничних випадках у них можливо наростання внутрішньої напруженості, пов'язаної з прагненням проконтролювати кожен нюанс власної поведінки і тривогою з приводу найменшої його спонтанності. Низький бал спостерігається у людей чутливих, емоційно нестійких, ранимих, невпевнених у собі. Рефлексивність у них невисока, а загальний фон активності, як правило, знижений. Їм властива імпульсивність і нестійкість намірів. Це може бути пов'язано як з незрілістю, так і з вираженою витонченістю натури, не підкріпленою здатністю до рефлексії і самоконтролю.

Субшкала «наполегливість» характеризує силу намірів людини – її прагнення до завершення розпочатої справи. На позитивному полюсі – діяльні, працездатні люди, які активно прагнуть до виконання наміченого, їх мобілізують перепони на шляху до мети, але відволікають альтернативи і спокуси, головна їхня цінність – розпочати справу. Таким людям властива повага до соціальних норм, прагнення повністю підпорядкувати їм свою поведінку. У крайньому вираженні можлива втрата гнучкості поведінки, поява маніакальних тенденцій. Низькі значення за цією шкалою свідчать про підвищений рівень лабільності, невпевненості, імпульсивності, які можуть призводити до непослідовної поведінки. Знижений фон активності і працездатності, як правило, компенсується у таких осіб підвищеною чутливістю, гнучкістю, винахідливістю, а також тенденцією до вільної трактування соціальних норм.

Субшкала «самовладання» відображає рівень довільного контролю емоційних реакцій і станів. Високий бал за субшкалою набирають люди емоційно стійкі, які добре володіють собою в різних ситуаціях. Властиві їм внутрішній спокій, впевненість у собі, вони не мають страху перед невідомим, підвищують готовність до сприйняття нового, несподіваного і, як правило, це поєднується зі свободою поглядів, тенденцією до новаторства і радикалізму. Водночас прагнення до постійного самоконтролю, надмірне свідоме обмеження спонтанності може призводити до підвищення внутрішньої напруженості, переважання постійної заклопотаності і стомлюваності. На іншому полюсі цієї субшкали – спонтанність і імпульсивність у поєднанні з уразливістю і перевагою традиційних поглядів

відмежують людину від інтенсивних переживань і внутрішніх конфліктів, сприяють незворушному фону настрою. Соціальна бажаність високих показників за шкалою неоднозначна. Високі рівні розвитку вольової саморегуляції можуть бути пов'язані з проблемами в організації життєдіяльності та стосунках з людьми. Часто вони відображають появу дезадаптивних рис і форм поведінки. На відміну від них низькі рівні наполегливості та самовладання в ряді випадків виконують компенсаторні функції. Але також свідчать про порушення в розвитку властивостей особистості та її вмінні будувати відносини з іншими людьми і адекватно реагувати на ті чи інші ситуації.

Отримавши інформацію про усвідомлювані особливості саморегуляції, можна розробити програму вдосконалення, зазначивши ті властивості, які в першу чергу потребують розвитку або корекції.

2.8. Опитувальник «Шкала самооцінки» (ШСО)

Прізвище, ім'я, по батькові.....
Група.....
Дата обстеження.....

Інструкція. Кожна людина оцінює свої здібності, можливості, характер та інше. Рівень домагань кожної людини, риси людської особистості можливо умовно показати вертикальною лінією, нижня частина якої символізує найнижчий розвиток, а верхня – найвищий. Вам пропонується розглянути сім таких ліній. Вони означають: 1) здоров'я; 2) розумові здібності; 3) характер; 4) авторитет у товаришів; 5) уміння робити щось власноруч – «умілі руки»; 6) зовнішність; 7) упевненість у собі. На кожній лінії написано її значення.

На кожній лінії ризикою (–) позначте, як ви оцінюєте розвиток у собі цієї якості, риси особистості в цей момент. Після того хрестиком (х) позначте, на якому рівні розвитку цих якостей, рис Ви були б задоволені собою, почувались гордо.

Тож: «–» – рівень розвитку якостей у цей момент;

«х» – рівень розвитку якостей, який ви хотіли б мати.

На вертикальній лінії, наприклад, лінії «здоров'я», нижча риска означає зовсім хвору людину, верхня – абсолютно здорову.

Подивіться на сім ліній, довжина кожної – 100 мм від верхньої до нижньої риски. Невеличкою ризикою позначена також середина лінії.

Обробка та інтерпретація результатів:

1. Шкала «здоров'я» не розглядається з точки зору самооцінювання і рівня домагань. Її кількісне значення дає змогу знати соматичний стан підлітка. Якщо це кількісне значення дуже мале, то психолог може провести діагностику рівня тривоги та внутрішньоособистісних конфліктів, а також відправити підлітка на медичний огляд до лікаря.

2. Усі шкали – по 100 мм (тобто 100 балів), тому вимірюється довжина до риски; наприклад, 54 мм – 54 бали.

3. Підраховується величина самооцінки (до знаку «-»), величина рівня домагань (до знаку «х»), різниця між величинами рівня домагань і самооцінки. Якщо рівень домагань нижчий від самооцінки, то результат буде з мінусом.

4. Підраховується середня самооцінка за шістьма показниками.

5. Рівень домагань можна зобразити у вигляді профілю.

6. Слід звернути увагу на завищені або занижені показники самооцінки і рівня домагань у підлітка.

Завищені показники – більше 75 балів, занижені показники – менше 25 балів.

III. ПСИХОЛОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА НАРКОТИЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ

1. Система психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти

Розробляючи систему психологічних засобів профілактики наркотичної залежності, важливо керуватися загальною теорією систем. Система визначається як «сукупність елементів, що перебувають у відношеннях та зв'язках між собою та утворюють певну цілісність, єдність» [158, с. 427].

М. Амосов зазначав: «Елементи, що об'єднуються зв'язками так, щоб разом виконувати певну функцію, називаємо системою» [4].

Система – це порядок, зумовлений правильним, систематичним розташуванням і взаємним зв'язком частин; сукупність способів, методів, прийомів чого-небудь [35, с. 1126].

Важливе значення має поняття «педагогічна система». Як відомо, на різних історичних етапах функціонували й нині діють педагогічні системи різного ступеня складності. Їх мета – досягнення певних державних, педагогічних, психологічних цілей. Для цього визначаються доцільні дії з числа можливих, спрямованих на їх реалізацію.

Педагогічні системи, що базуються на філософських концепціях екзистенціалізму, спрямовані на врахування внутрішніх, спонтанних запитів особистості, підпорядкування всіх форм і методів виховання й навчання особистостей екзистенції, її внутрішньому функціонуванню. У тих педагогічних системах, де домінують бажання, інтереси, мотивації, наміри, уподобання особистості, індивід сам творить себе власними імпульсами, які надходять з його «Я», мріями, захопленнями [69].

У зв'язку з тим, що в сучасних теоріях і концепціях різних систем освіти домінують ідеї персоналізації, важливе значення мають теорії єдності мотивації учня та діяльності; суб'єктно-діяльнісний підхід, теорія інтеріоризації [37; 43; 139].

Враховуючи, що в процесі взаємодії кожний її об'єкт одночасно є й суб'єктом, тобто найскладнішою системою серед усіх явищ буття, важливою є думка вчених Е. Князевої і С. Курдюмова щодо ідеї діалогової методології синергетики, згідно з якою не варто нав'язувати «складно організованим системам шляхи їх розвитку»,

тобто необхідно «зрозуміти як сприяти їх власним тенденціям розвитку» [58.].

Г. Балл, А. Фурман зазначають, що саме методологія школи діалогу культур поєднує позитивні риси колективістського та індивідуального типів педагогіки, що сприяє колективному вирішенню проблем з урахуванням унікальної індивідуальності учасників колективного діалогу, тим етапом особистісного розвитку, на якому перебуває учень [11; 165].

Для довільної системи характерними є багаторівневість та ієрархічність. Такою багаторівневою і складною психолого-педагогічною системою є система психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О. Її ефективність забезпечується застосуванням логічних і методологічних підходів, комплексу проблем і відповідних теоретичних вибудов, які реалізують головну українську парадигму освіти, її гуманістичну сутність.

Праці Б. Гершунського і Я. Прухи [44] дають можливість при побудові системи психологічних засобів профілактики наркотичної залежності зосередитись на таких найбільш суттєвих ознаках системи, як: цілеспрямованість та керованість; ієрархічна структура організації; наявність у ній інтегрованих властивостей; багатозв'язковість елементів; вплив зміни однієї на зміну інших.

Поняття «система психологічних засобів» корелює поняття «психотехніка», яке стосується галузі психології, що вивчає проблеми практичної діяльності людей у конкретно-прикладному аспекті [123, с. 326].

На думку Г. Глової, психотехніка – це «завжди визначений набір прийомів і засобів, які стихійно або цілеспрямовано використовуються для досягнення виховних цілей, різних у різний історичний час і в різних соціальних відносинах» [45, с. 43].

Психолог А. Пузирей відносить до психотехнічних систем, що формують духовний світ людини, змінюють і перетворюють психіку окремої людини або групи людей, психологічне консультування, психоаналіз, тренінгові групи і т.і. С. Пальчевський, зважаючи на це, наголошує, що психотехніки розрізняють природні та експериментальні, призначені для виконання конкретних завдань соціалізації. Ці системи, виходячи з моделі особистості, задають відповідні цілі, формують певні якості людини, забезпечують психологічний захист у критичні моменти життя [106, с. 80–82].

Систему психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О визначаємо як сукупність психологічних засобів впливу, спрямованих на формування в учнів ЗП(ПТ)О

активної, адаптивної, функціональної поведінкової реакції у психологічному подоланні проблем, що створює психологічні умови для підвищення можливостей особистості до самопрофілактики та самореалізації в динамічному соціальному середовищі.

Психологічними засобами профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О є способи організованого впливу на учнів з метою формування в них психологічних якостей та форм поведінки, які сприятимуть їхньому саморозвитку, самовдосконаленню, а також здоров'язбереженню.

Пропонується систематизація методологічних підходів до проблеми розробки психологічних засобів профілактики наркотичної залежності молоді на основі аспектів: застосування інформації про наркотики, афективне навчання, вплив соціальних факторів, формування життєвих навичок, включення до альтернативної наркотикам діяльності, зміцнення здоров'я [121].

Н. Іванець, В. Пеліпас виділяють такі моделі просвітницько-виховної роботи з питань психологічної профілактики наркотизації: визнання аморальності поведінки – ствердження гріховності вживання психоактивних речовин; залякування – декларація ідеї небезпечності вживання наркотиків; пізнання – надання інформації про дію психоактивних речовин та пов'язаний з цим ризик; корекція психологічних особливостей підлітків і молоді, які зумовлюють наркотизацію (проблеми спілкування, прийняття рішення, подолання складних ситуацій, тривог, відмова від вживання наркотиків); зміцнення здоров'я – розвиток альтернативних звичок (спорт, активне дозвілля, здоровий спосіб життя, зміцнення ресурсів людини, що допомагає впоратися з навантаженнями, підвищеними вимогами середовища, стресами та конфліктами без застосування наркотиків).

Використання інформаційної моделі первинної профілактики наркозалежності виявило ряд суперечностей, осмислення яких змусило переглянути цілі та зміст, конкретні методи й процедури первинної профілактики. Замість попередньої цілі (повна відмова від немедичного вживання психоактивних речовин) було висунуто нову: формування здорового способу життя. Осмислення необхідності формування відповідальної поведінки молоді змістило акцент у профілактичній роботі з методів інформування про наркотики й ефекти, які вони викликають, – до вивчення сутності особистості та аналізу причин, що можуть призвести до вживання наркотиків.

Головна мета первинної профілактики полягає у формуванні в молоді певного типу поведінки в масштабах суспільства. Утвердження розумних форм особистісної та колективної поведінки, а також

покращення умов життєдіяльності стосуються двох частин системи «підростаюче покоління – суспільство».

Аналіз факторів ризику свідчить про те, що долучитись до наркотиків або виявити певні девіації в поведінці може кожна особистість раннього юнацького віку. Тому комплекс психосоціальних завдань, на які спрямовані поведінкові програми первинної профілактики наркоманії, сприяють профілактиці всіх форм девіантної поведінки у всіх без винятку здорових учнів. У ході навчальних занять формування психосоціальних навичок усувається або мінімізується дія факторів ризику.

Досвід засвідчує, що найкраще місце для опанування психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О є сам навчальний заклад, де створені умови систематичного, цілеспрямованого навчання протягом кількох років.

В. Оржеховська виділяє у профілактиці наркотизації такі напрями: психолого-гігієнічний, педагогічний, санітарно-гігієнічний, медико-соціальний, охорони здоров'я, адміністративно-правовий, економічний [55, с. 234].

М. Цеплигін, Є. Кошкіна, А. Шамота систематизують основні напрями профілактичної роботи з учнями та їх педагогами таким чином:

- роз'яснювальні та просвітницькі заходи (лекції, семінари, виступи по радіо, статті в засобах масової інформації), спрямовані на інформування про руйнівні наслідки зловживання психоактивними речовинами, причини наркотизації, симптоми залежності;

- виявлення за допомогою щорічних диспансеризацій та вибіркового обстеження «групи ризику» (за наявністю ознак психічної дезадаптації, асоціальної або ризикової поведінки; несприятливих сімейно-побутових та економічних умов; спадкової обтяженості; об'єктивних прикмет вживання наркотиків);

- психопрофілактична та психокорекційна робота з молоддю, що входить до «групи ризику»: індивідуальне динамічне спостереження, здійснення повторних обстежень, проведення індивідуальної або групової психотерапії, фармакотерапії, а також залучення родичів і близьких [150, с. 31–39].

Н. Максимова пропонує застосовувати до розв'язання цієї складної проблеми такі підходи, як: превентивна освіта, мета якої полягає в попередженні вживання молоддю психотропних речовин (сутність її вбачається в тому, що отримана інформація про згубність психотропних речовин має перетворюватись у реально домінуючий мотив поведінки особистості); психокорекційна робота з підлітками

«групи ризику» (має спрямовуватися на корекцію особистості); здійснення психологічної допомоги дітям з сімей, обтяжених алкогольною та наркотичною залежністю; психологічна підтримка дружин, матерів або інших близьких людей, які проживають разом з алкоголіком чи наркоманом; психокорекційна робота з дорослими дітьми алкоголіків і наркоманів [85, с. 129].

При цьому науковець зосереджує увагу на доцільності здійснення превентивної освіти через засоби масової інформації. Пропонується її впровадження у ході вивчення предметів, які традиційно включені до навчальних програм, введення профілактики наркоманії в навчальний план як окремого предмета, метою якого має бути формування в учнів орієнтації на здоровий спосіб життя. На нашу думку, реалізації такого підходу має передувати спеціальна підготовка майбутніх працівників психологічної служби та педагогічних працівників у вищих навчальних закладах.

Важливими, на думку Н. Максимової, є використання методів непрямого впливу («вплетене» повідомлення), принципів нейролінгвістичного програмування у створенні книг (за типом коміксів), плакатів, радіо- та телепередач, відеосюжетів та відеокліпів, комп'ютерних ігор, а також значків і наклейок для цільових груп і груп високого ризику [84].

Такий підхід не перебуває в межах компетенцій педагогів і психологів ЗП(ПТ)О, а потребує впровадження державної цільової програми створення подібних засобів профілактики.

Спеціальні заняття з превентивної освіти, стверджує науковець, повинні включати широке коло питань. Метою таких занять має бути формування в учнів орієнтації на здоровий спосіб життя. Це, перш за все, знання, що сприяють умінню учнів робити правильний вибір у ситуаціях, що стосуються здоров'я: відомості про найважливіші фізіологічні, психологічні та соціальні сфери, які допомагають вести здоровий спосіб життя; відомості про фактори, які можуть перешкоджати нормальному способу життя: шум, забруднення, паління, переїдання, алкоголь та інші психотропні речовини, недостатня фізична активність тощо; інформація про інфекційні захворювання та профілактичні щеплення; причини нещасних випадків і перша допомога при них; питання охорони психічного здоров'я: стрес, фрустрація, перевтома; уміння створювати позитивні, конструктивні та взаємопідтримувальні міжособистісні стосунки як умову збереження психічного здоров'я; питання сексуальності: фізіологічні та психологічні аспекти, відхилення від

норми, венеричні захворювання, СНІД, протизаплідні засоби, аборти, безпліддя [83].

Погоджуючись з Н. Максимовою щодо доцільності інформаційних підходів у профілактиці наркотизації та опираючись на досвід роботи на посаді практичного психолога, можемо стверджувати, що інформаційна модель профілактики є малоефективною, більше того – може мати зворотні наслідки.

Широке застосування в засобах масової інформації методу залякувань наслідками вживання наркотиків, у тому числі, свідчень колишніх наркоманів, дають зворотній ефект. Лекції спеціалістів, яскраві буклети, плакати також часто мають протилежну дію, оскільки збуджують інтерес до психоактивних речовин і бажання експериментувати. Інтенсивність негативної інформації зумовлює зниження значущості або її нівелювання загрози вживання наркотиків. Ефективність сильного страху може бути високою, проте завжди є короткотривалою.

Особливий інтерес має методика Н. Максимової щодо психокорекційної роботи з підлітками «групи ризику», яка полягає в застосуванні групової психологічної корекції та рольових ігор, що дозволяє підлітку розглянути свою поведінку з боку іншої людини (об'єктивно), відпрацювати навички реагування у складних ситуаціях, формування позитивного образу «Я», сприяти розвитку емпатії та рефлексії, підвищувати самоповагу й самооцінку, формувати навички аналізу своєї поведінки та способи прийняття рішень [84].

На думку О. Романової, сучасна превентологія, головною ціллю якої є пропаганда здорового способу життя, актуалізує складне системне уявлення про здоров'я. Воно включає три компоненти: фізіологічне, психічне та духовне здоров'я. Останні два об'єднуються в поняття «душевне здоров'я», яке за своєю природою є культурно-історичним феноменом. Тому в підході до первинної профілактики з позицій системного уявлення про здоров'я пріоритетного значення набуває проблема психогігієнічної функції культури. Деструктивні, пов'язані із залякуванням, методи первинної профілактики, замінюються на конструктивні, спрямовані не на зміну або руйнування спонтанних аттитюдів (соціальних установок), а на формування таких установок і сутнісної орієнтації людини, при яких наркотики не є цінностями.

При цьому групові заняття з учнями щодо попередження вживання наркотиків виступають як необхідний елемент методології первинної профілактики. Автор виділяє такі методи профілактики зловживань психоактивними речовинами серед підлітків: «мозковий

штурм»; аналіз конкретних історій (випадків); групова дискусія; драматичні вистави; індивідуальні та групові дослідження; індивідуальні та групові виступи; перегляд відеоматеріалів; рольове моделювання; лекції педагога; робочі листки і т.і. [137].

Вагомою є позиція щодо конструктивного підходу в профілактиці наркотичної залежності та групової роботи з учнями ЗП(ПТ)О.

Психологічні засоби профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О об'єднано в ієрархічно-діяльнісну систему психологічних впливів на особистість учня відповідно до соціально-психолого-індивідуального виміру структури особистості (за В. Рибалкою).

Система психологічних засобів профілактики наркотичної залежності має допомогти учням змінити порушені, дезадаптовані форми поведінки, сформувані мотивацію на зміну свого емоційного та когнітивного реагування, допомогти в розвитку здорових, адаптованих форм поведінки.

При побудові системи психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О враховувались такі підходи:

- спрямованість психокорекційної роботи до різних підструктур особистості учня;
- довготривалість та інтенсивність психологічних впливів;
- здійснення їх на всіх етапах роботи.

У дослідженні доречно застосовувати такі психологічні засоби профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О:

- прямі – безпосередній вплив на особистість учня (тренінги, рольові ігри, вправи, бесіди, діагностування);
- непрямі – опосередкований вплив через книги, відеоматеріали, плакати, листівки, думки авторитетних людей;
- усвідомлені – передбачають свідому постановку перед учнем визначених цілей, яких він прагне досягти;
- неусвідомлені – здійснюються без навмисного впливу на особистість учня;
- емоційні – з використанням визначених афективних станів (рольові ігри, вправи, вистави);
- когнітивні – націлені на систему знань учня та її перетворення (лекторії, «круглі столи»);
- поведінкові – спрямовані безпосередньо на вчинки учня (вправи, рольові ігри).

Методологічною основою проблеми розробки психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О є

особистісний підхід, який ґрунтується на синтезі видобутих педагогічною та психологічною наукою закономірностей будови, функціонування та розвитку особистості, сукупності концептуальних уявлень, принципів, психодіагностичних і психодидактичних засобів, які сприяють глибшому й повному розумінню особистості учня, що є основою його гармонійного розвитку та саморозвитку.

Принципами особистісного підходу в попередженні наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О визначені: єдність особистісних і соціальних аспектів профілактики; рефлексивність; розвиток ресурсів психологічного подолання проблем; формування поведінкових, когнітивних та емоційних структур особистості; стресостійкість і самоефективність, сприяння у вирішенні завдань дорослішання.

Враховуючи принципи, положення, підходи й завдання щодо профілактики наркотичної залежності та керуючись теорією систем, об'єднано в систему психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О такі складові: психологічну просвіту учнів, їх індивідуально-психологічне консультування та профілактично-розвивальний тренінг.

Ефективність психологічних засобів профілактики наркотичної залежності досягається за умови особистісного та професійного зростання учнів ЗП(ПТ)О, що позначається на самому процесі життя, їх самореалізації як засобу самоствердження через самовираження та саморозвиток. Це положення має суттєве значення для вирішення проблеми профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О, оскільки реалізується у ставленні учня до світу й самого себе, способах самоствердження, досягненні вдовolenості власним життям.

Застосовуючи ієрархічно-діяльнісну систему психологічних засобів профілактики наркотичної залежності молоді [66], доцільно впорядкувати певним чином психологічні засоби профілактики відповідно до психологічної структури особистості. Методологічну основу до розв'язання проблеми розробки психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти становить концепція тривимірної, поетапно конкретизованої психологічної структури особистості, розробленої В. Рибалкою, оскільки в ній особистість представлена не у вигляді окремих чи навіть системи певних особистісних якостей, а в об'ємному вимірі. Базові властивості соціально-психолого-індивідуального виміру особистості дозволяють вибудувати цілісну систему психологічних засобів наркотичної залежності учнів

ЗП(ПТ)О, відповідно до якої можна з'ясувати ступінь сформованості індивідуально-психологічних особливостей особистості за запропонованими вимірами.

Таким чином, **система психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти є упорядкована ієрархічно-діяльнісна взаємопов'язана сукупність способів, методів і прийомів психологічних впливів на учнів, що об'єднані у психологічну просвіту, індивідуально-психологічне консультування, профілактично-розвивальний тренінг відповідно до психологічної структури особистості з метою формування наркостійкості, здатності до самопрофілактики в динамічному соціальному середовищі.**

Психологічна просвіта – один із важливих психологічних засобів діяльності психологічної служби. Просвітницька діяльність психолога спрямовується на формування уявлення про практичну значимість психологічного знання та психологічної допомоги людині, яка формується.

Основними завданнями психологічної просвіти є підвищення психологічної культури людей шляхом масового навчання та індивідуальної роботи. Вона має, з одного боку, широкий характер, оскільки певною мірою знайомить людей з основами психологічних знань, можливостями психології та її методів, особливостями роботи психологів тощо. У вузькому розумінні завдання просвітницької роботи полягає в цілеспрямованому поширенні психологічних знань із певної проблематики або ж стосується конкретної категорії людей.

Психологічна служба ЗП(ПТ)О повинна дбати про психологічну просвіту педагогів, учнів, батьків, а практичний психолог – знайомити учасників навчально-виховного процесу з основами психології, самонавчання, самовиховання, формувати потребу у психологічних знаннях, знайомити з причинами, проявами та корекцією аномалій психофізичного розвитку учнів, з причинами появи важковиховуваних підлітків та особливостями психолого-педагогічних впливів на них, підвищувати психологічну культуру суспільства в цілому, оскільки розв'язання багатьох соціальних проблем, що виникають у суспільстві, неможливе без знання та врахування психологічних чинників.

Завданнями просвітницької діяльності в закладі професійної (професійно-технічної) освіти є також поступове усвідомлення учнями цілей, завдань і можливостей власного психофізіологічного розвитку, розуміння кола проблем, які вони можуть розв'язувати за допомогою

психолога чи соціального педагога; уявлення про те, до кого можна звернутись у разі виникнення проблем особистісного характеру, підвищення психологічної компетентності учнів з метою розширення їхніх можливостей самостійно розв'язувати проблеми й конфлікти, які виникають в особистому житті та навчальній і професійній діяльності, а також, причини та наслідки поширення наркоманії, субкультури наркоманів, методи її профілактики. Учень ЗП(ПТ)О має вирішити питання успішного пристосування до норм колективного життя в умовах навчального закладу, в якому він буде здобувати професію та соціалізуватись у нових суспільних відносинах, не втрачаючи при цьому свого внутрішнього «Я».

Результатом психологічної просвіти в ЗП(ПТ)О має стати вироблення учнями власних поглядів на життя, трансформація системи ціннісних орієнтацій, формування професійного ідеалу; засвоєння культури людських взаємин і соціально-професійних функцій; формування індивідуального стилю навчальної та професійної діяльності, власної моделі моральної поведінки; опанування форм ефективного міжособистісного та професійно-ділового спілкування; збереження особистісного психологічного здоров'я та гідного ставлення до оточуючих [48].

У ЗП(ПТ)О є значна частка учнів, які мають поверхові уявлення про наркотики, їхню дію та наслідки вживання.

Враховуючи, що загальні завдання та форми реалізації просвітницької роботи конкретизуються залежно від сфери застосовуваної практики, в межах якої функціонує соціально-психологічна служба, визначено просвітницьку роботу з учнями як психологічну просвіту, оскільки вона, крім просвітницької функції, має здійснювати ще й профілактичну.

Її мета полягає в тому, щоб отримані знання стали реально діючими мотивами поведінки учнів. Оскільки розуміння цінності здоров'я приходить до людини у зрілому віці, молодь не замислюється над цим питанням. Через таку легковажність молоді люди ризикують своїм життям, експериментуючи з наркотиками, прагнучи до нових вражень, нехтуючи інформацією про їх шкоду.

Складність здійснення цього завдання зумовила потребу у створенні спеціальних методик і програм, застосування яких має забезпечити формування в учнів готовності зробити правильний вибір щодо проблеми наркотизації.

У вітчизняній профілактичній практиці, спрямованій на боротьбу з наркоманією, застосовується інформаційно-попереджувальний метод, який передбачає спеціальні відео,

публікації, інформаційні бюлетені тощо, в яких наводиться та демонструється інформація про те, що таке наркоманія, як небезпечно вживати наркотики та які наслідки наркотизації.

Проте цей метод, що має здебільшого інформаційний характер, як свідчать дослідження, є не тільки малоефективним, а й загрозливим, оскільки в силу психологічних особливостей молоді, зокрема такої її якості, як невдоволена цікавість, інформація може спровокувати бажання випробувати на собі вплив тієї або іншої речовини, стати стимулом для експериментування з психотропними речовинами.

Свідченням такого явища є спалах у Європі на початку ХІХ століття зловживання опієм, що трапився після публікації мемуарів англійського поета Томаса де Куїнсі, який з метою лікування від алкоголізму почав вживати наркотики й описав свій стан так яскраво, що багатьом захотілось відчутти подібне.

Л. Шнейдер визначає наркоманію як інфекційну хворобу, котра поширюється наркогенною інформацією. Її джерелом є особи, які вживають наркотичні речовини й зацікавлені у поширенні наркоманії (наркомафія) [171].

Під час спілкування, спільного проведення молоддю часу, поширення наркогенної інформації зводиться до розповідей про приємну дію наркотиків, ствердження про їхню користь, або, в крайньому випадку, – безпечність. При цьому наркогенна інформація міститься не стільки в словах, скільки в позиціонуванні поведінки тих, хто вже «прийняв дозу», у їхньому власному прикладі: розкутість, «понтівість», невтомність, велика активність.

Інфікування наркоманією розпочинається з некритичного засвоєння наркогенної інформації. Поступово формується готовність випробувати на собі дію наркотичної речовини. Все залежить від ступеня стійкості до «наркогенного» зманювання, від сприйнятливості наркогенної інформації.

В. Шахрай наголошує, що для підлітків властиве майже інстинктивне групування з ровесниками, а реакція групування – головний регулятор їхньої поведінки [169, с. 340–342].

Субкультура наркоманів є специфічною реакцією на ставлення суспільства до них. Аналіз змісту й спрямованості цієї субкультури дозволяє говорити про неї як про антисуспільне негативне явище, оскільки вона здатна втягувати молодь до наркотиків.

У цьому середовищі відбувається стрімка девальвація особистості з руйнуванням морально-етичних аспектів поведінки, порушується моральна основа її саморегуляції. Цінності життя,

закріплені традиційною мораллю, спотворюються. Натомість у процесі наркотизації формується специфічна система цінностей, яка пізніше стає провідною в житті молоді людини.

Однолітки можуть згуртуватися навіть навколо одного наркозалежного. Тому одним із шляхів подолання наркотизації серед молоді є своєчасне виявлення та руйнація такої референтної групи, ізоляція від однолітків її лідера, перешкоджання потраплянню до неї нових членів або переорієнтація угруповання однолітків на суспільно корисну діяльність, самовдосконалення. Саме на цьому етапі найлегше зупинити поширення наркотизації молоді.

Отже, підлітковий наркотизм пов'язаний із психічним експериментуванням, пошуком нових, незвичайних відчуттів і переживань. За попередженням лікарів-наркологів, 2/3 молодих людей вперше долучаються до наркотичних речовин через бажання дізнатися, «що – там» (за межею дозволеного). Це групове явище пов'язане з наслідуванням авторитетних старших і впливом групи. Іноді першу дозу нав'язують обманом під виглядом цигарки чи напою. До 90% наркоманів починають вживати наркотики в компаніях однолітків, які збираються у певних місцях.

У зв'язку з такими явищами, на нашу думку, інформацію про шкоду наркотиків, яку отримують учні, необхідно трансформувати у знання та переконання щодо їхньої загрози здоров'ю та щасливому особистому життю, успішному майбутньому. Крім того, потрібно спрямувати інформацію формуючого психологічного впливу на вироблення цінності власного успішного розвитку, самореалізації.

Поняття наркостійкості взаємопов'язане з поняттям психологічної стійкості особистості. Психологічна стійкість – це цілісна характеристика особистості, яка забезпечує її стійкість до фруструючого і стресогенного впливу складних ситуацій. Вона формується одночасно з розвитком особистості й залежить від типу нервової системи людини, досвіду особистості, набутого в тому середовищі, де вона розвивалась, від вироблених навичок поведінки та дій, а також від рівня розвитку основних пізнавальних структур особистості. Психологічна стійкість у своїх основних параметрах залежить від здатності особистості до адекватної оцінки ситуації. Учень, який не володіє достатнім досвідом подолання психотравматичних ситуацій, не здатен впоратися з проблемою, вжити певних заходів, зробити конструктивні дії, внаслідок чого з'являються внутрішні посилення на безсилля, невдачу, самотність.

А. Бандурою визначено критерії здорового розвитку особистості:

1) збалансоване використання відповідних віку когнітивних, емоційних і поведінкових стратегій, спрямованих на вирішення життєвих проблем і соціальної підтримки;

2) погодженість когнітивного, поведінкового й емоційного компонентів у поведінці особистості та розвиток її когнітивно-оціночних механізмів;

3) переважання мотивації досягнень успіху над мотивацією уникнення невдач, готовність до активної протидії впливам середовища і свідомо спрямованість власних зусиль на подолання джерел стресу;

4) розвинуті особистісні й середовищні ресурси, які забезпечують психологічний фон для подолання стресу і сприяють розвитку позитивної «Я-концепції», розвиненості сприйняття соціальної підтримки, інтернального локусу контролю над середовищем, емпатії, афіліації, відносно низької чутливості до відторгнення, наявності ефективної соціальної підтримки з боку середовища тощо [177].

Для моделі успішного учня ЗП(ПТ)О, серед його рис та особливостей, відзначимо такі: адекватна самооцінка; самокритичність; вимогливість до себе; самовідданість; схильність до самовдосконалення; самодостатність; здатність розуміти й виправляти власні помилки; почуття власної гідності; віра у свої сили та можливості.

Водночас, як стверджують наукові джерела, жоден із показників наркотизації особистості сам по собі, або й у сукупності, не визначає беззаперечно, що особистість залучиться до наркотиків. Дослідження показують, що негативний життєвий досвід, складні сімейні обставини, низький культурний рівень, які є характерними для значної кількості учнів, у більшості випадків не стають перешкодою в їх дорослому житті. З іншого боку, несприятливі психофізіологічні передумови самі по собі також не можуть бути причиною наркотизації.

З цих позицій визначаємо психологічну просвіту серед учнівської молоді закладів профтехосвіти важливим превентивним напрямом. Нами враховано, що формування негативного ставлення до наркотиків здійснюється під впливом численних об'єктивних і суб'єктивних факторів – як незалежних, так і залежних, від волі та свідомості учнів, що спрацьовують стихійно або відповідно до завдань психологічної просвіти. Аргументи базуються на важливості того, що учні самі в ході просвітницьких зустрічей мають бути не пасивними поглиначами інформації, яка їм пропонується для усвідомлення, а

активними учасниками психологічної просвіти, суб'єктами власного формування та розвитку.

Доцільно враховувати, що досягти результативності психологічної просвіти можна за умови посилення механізмів суб'єктності, зокрема таких структур особистості, як інформаційно-пізнавальний, емоційно-почуттєвий компоненти, і через них – посилити здатність учнів до самопізнання, самоусвідомлення, адекватної самооцінки та здатність взяти на себе відповідальність за власні дії (за В. Рибалкою).

Накопичений досвід дозволяє нам розглядати психологічну просвіту учнів як процес, що складається із взаємопов'язаних кроків, а структурування психологічної просвіти здійснювати систематично, відповідно до заданих цілей, і відійти від фрагментарності, розраховуючи на її результативність.

Покроковість впливу психологічної просвіти подана на рисунку 3.1. При цьому вважали за необхідне поєднувати процес формування негативного ставлення до наркотиків з процесом правової освіти учнів з цього питання, ознайомлення їх з нормами адміністративної та кримінальної відповідальності у сфері обігу наркотичних речовин.

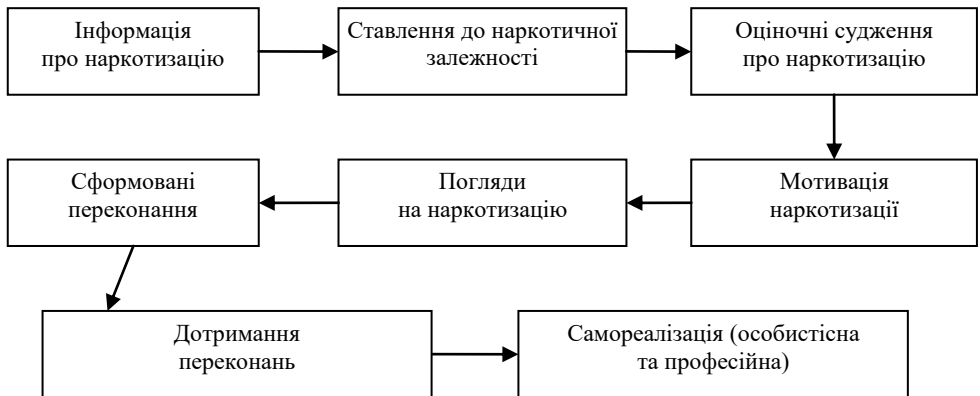


Рисунок 3.1. – Покроковість впливу психологічної просвіти

Першим кроком психологічної просвіти є засвоєння учнями основних знань про наркотизацію та її негативні наслідки, шляхи

залучення молоді до наркотиків, етапи формування наркоманії як хвороби та кримінальної відповідальності за вживання та розповсюдження наркотичних речовин, а також ефективні й неефективні форми міжособистісної взаємодії, альтернативні види діяльності, збереження здоров'я шляхом саморегуляції, психопрофілактики, аутопсихопрофілактики, зміцнення внутрішніх ресурсів особистості.

При цьому основними формами роботи є оглядові лекції, відеолекторії, бесіди, зустрічі з особами, які позбулися від наркотичної залежності, представниками медичних і правоохоронних органів.

Другим кроком психологічної просвіти є завдання формування в учнів негативного ставлення до вживання наркотиків. Основними формами цього етапу нами визначено: лекції, бесіди, доповіді, диспути, контроль, суспільну думку, які сприяють посиленню формуючих впливів на особистість учнів через потребнісно-мотиваційний компонент структури особистості.

Третім кроком психологічної просвіти ставиться завдання формування учнів оцінки та оціночних суджень про шкоду наркотичної залежності. Цей складний процес починається з порівняно простих оцінок і суджень учнів (таких як «наркотик – це погано»), що, в свою чергу, включає механізм сприяння психологічній профілактиці, підвищує суб'єктність у потребнісно-мотиваційному компоненті структури, зокрема, бажання володіти своєю емоційно-вольовою сферою на користь здоров'ю, своїй успішності.

Поступово прості оцінки й оціночні судження учнів трансформуються у повні та обґрунтовані щодо шкоди наркотиків у цілому, що забезпечує самостійність їх поведінки в неприйнятті наркотичних речовин.

Методами роботи на цьому етапі психологічної просвіти нами обрано дискусії, диспути, випуск учнівських газет, оформлення стендів і проведення конкурсів антинаркотичного характеру серед учнівських груп.

Четвертим кроком формується мотивація негативного ставлення учнів до наркотиків, виходячи з того, що самі лише оцінки й оціночні судження щодо загрози наркотиків є недостатніми для попередження вживання наркотиків. Завданням є сформувати мотиваційну сферу особистості учня, в структурі якої потреби та мотиви здорового способу життя, впевненості та віри в майбутнє ставали б провідними, стійкими й домінуючими в загальній структурі мотиваційної сфери особистості та реально впливали на повсякденну життєдіяльність.

На цьому етапі психологічної просвіти доцільно застосовувати виступи самих учнів у внутрішній пресі ЗП(ПТ)О; консультації; бесіди; підготовку та розповсюдження методичних листів і рекомендацій.

Завдання п'ятого кроку психологічної просвіти полягає у формуванні в учнів стійких антинаркотичних поглядів. Необхідно врахувати такий факт: для того, щоб потреба в здоровому та успішному способі життя переросла в погляди учня й набула особистісного значення, вона повинна увійти до емоційно-почуттєвої сфери особистості, оскільки сформовані погляди на життя ґрунтуються на власній позиції, оцінках, мотивах негативного ставлення до наркотиків.

Методами цього кроку є бесіди, під час яких виникає певний психологічний стан, що характеризує потенційну нетерпимість учня до вживання наркотиків, його спрямованість до успішного професійного й особистісного зростання.

Шостим кроком психологічної просвіти формуються переконання про згубність наркотиків не тільки для організму однієї людини, а й для всього учнівського колективу навчального закладу, суспільства в цілому. Тобто, в цей період просвіти відбувається формування сукупності свідомо та емоційно пережитих переконань, які визначають твердість і нетерпимість до наркотиків, є показником глибини сформованості негативного ставлення до наркотизації.

Сьомий крок психологічної просвіти характеризується дотриманням власних антинаркотичних поглядів і переконань, активною протидією поширенню наркотиків, підтримкою та просвітництвом інших учнів щодо загрози наркотизації.

Таким чином, запроваджений покроковий підхід у здійсненні цілеспрямованої психологічної просвіти, структурний і функціональний взаємозв'язок її складових, використання логічно впорядкованих засобів психологічного впливу, а також оволодіння прийомами налагодження контактної взаємодії та реалізації вимог індивідуального підходу, створюють у своїй сукупності науково-методичну основу забезпечення ефективності попередження наркотичної залежності в учнівському середовищі ЗП(ПТ)О та її результативності.

З'ясовано, що значна кількість негативних чинників і наслідків наркотичної залежності, дія її механізмів на стан здоров'я не відомі більшості учнів. Пояснюється це тим, що з цією категорією молоді попередньо не проводилась цілісна просвітницька робота.

Додамо, що розцінювання поширення серед молоді наркоманії як інфекційного захворювання викликало в середовищі учнів жваве обговорення нового погляду начебто відомої їм проблеми.

Мало місце наведення учнями прикладів із власного досвіду нездорової зацікавленості яскраво зображеною прокламацією та невпинного бажання перевірити на собі підтвердження того, про що в ній йдеться.

Таким чином, часто за проблемністю профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О стоять неусвідомлене, упереджене ставлення молоді до інформації щодо загрози наркотизації, безсистемний, фрагментарний характер такого інформування без урахування цільових груп та їхніх вікових особливостей.

Звертаючись до консультанта, учень, як правило, занепокоєний та стурбований тривожним відчуттям суперечностей, що виникають між вимогами оточуючих його людей, соціуму й доступними йому засобами поведінки, між притаманними йому індивідуальними рисами та здатністю до саморегуляції й гармонізації внутрішнього світу. Ці суперечності переживаються особистістю як стан неузгодженості, що викликає тривогу, стрес, невпевненість у собі, напругу, фрустрацію, що й ускладнює процеси адекватного взаєморозуміння, здатності до безконфліктного спілкування, позитивних емоційно-почуттєвих проявів, саморозвитку.

Від консультанта (практичного психолога, соціального педагога) учень очікує допомоги, завдяки якій він зможе позбутися неприємних переживань шляхом набуття вмінь розуміти й приймати інших людей і себе, передбачати маніпулятивні форми поведінки стосовно себе, долати життєві перешкоди, стреси, задовольняти власні потреби без шкоди для інших людей.

Окремі учні сподіваються, що консультант візьме на себе розв'язання їхніх проблем. Проте такий підхід є малоефективним, помилковим, оскільки одним із завдань консультування є посилення особистісних ресурсів учня з метою набуття ним умінь самостійно вирішувати життєві труднощі.

Консультант повинен точно визначати межу власної компетенції щодо участі в життєвій ситуації клієнта, засоби та ступінь психологічних впливів, завдяки яким у клієнта здійсниться пробудження усвідомлення власної відповідальності за своє життя, актуальної проблеми, з якою він звернувся по допомогу, а також дій, необхідних для успішного її розв'язання.

Визначено, що при індивідуально-психологічному консультуванні учнів ЗП(ПТ)О консультант має бути компетентним не тільки в питанні вікових особливостей учнів, а й специфіки психологічних чинників наркотизації молоді та механізмів розвитку рефлексивності, формування поведінкових, когнітивних та емоційних структур особистості, стресостійкості та самоефективності, здатних підвищити можливості особистості до самопрофілактики та самореалізації.

Отже, психологічна допомога учневі у вирішенні проблем набуття наркостійкості вимагає від консультанта індивідуального підходу в рамках «суб'єкт-суб'єктної» взаємодії на основі діалогічних форм спілкування.

У зв'язку з цим вимогами до консультанта є його цілісність, врівноваженість та адекватність, повага до клієнта, його беззаперечне прийняття, емпатійне розуміння.

Індивідуально-психологічне консультування розглядається нами як процес спеціально організованого спілкування, під час якого досліджується й прояснюється життєва ситуація учня, актуалізуються додаткові сили та здібності для конструктивного виходу зі складних життєвих обставин і, таким чином, відбувається набуття стійкості щодо наркотизації.

Психологічний зміст консультативної взаємодії можна подати як нерозривну єдність раціонального з ірраціональним мисленням [65]. Ірраціональне – жива чуттєва тканина діалогу, раціональне – професійне мислення психолога, головною характеристикою якого повинна також бути рефлексивність. Без рефлексивного контролю, адекватного відображення всіх сторін і суб'єктів спільної взаємодії в індивідуальному психологічному консультуванні, прогнозування можливих її наслідків неможливо досягти кінцевої мети – допомогти клієнту в ефективному вирішенні життєвої проблеми, включаючи труднощі саморозвитку.

Завданнями індивідуально-психологічного консультування визначено такі: надання психологічної інформації, інтеграція особистості, подолання внутрішньої конфліктності; активізація психічних ресурсів клієнта; подолання особистих обмежень та освоєння нових поглядів на власну життєву ситуацію; професійні підтримка й порада; смислотворення та перебудова ієрархії цінностей; створення основи для формування інсайтів з приводу «глухих кутів життя» та допомога в розв'язанні гострих життєвих проблем; вироблення адекватних форм поведінки в різних життєвих ситуаціях та інше.

Важливим було порівняти сутність поняття «психологічне подолання» (копінг) у різних психологічних школах.

Дослідження засвідчило, що неопсихоаналітичний підхід, розроблений Н. Хаан, розглядає процеси психологічного подолання як егопроцеси, спрямовані на продуктивну адаптацію особистості у складних ситуаціях.

Функціонування психологічних засобів у процесі подолання проблем передбачає задіяння в цей процес когнітивних, моральних, соціальних і мотиваційних структур особистості. У випадку нездатності особистості до адекватного подолання проблеми включаються захисні механізми, що сприяють пасивній адаптації, тобто ригідні, дезадаптивні способи подолання проблеми, які перешкоджають адекватній орієнтації особистості в реальній дійсності. Тобто, психологічне подолання та захист функціонують на основі однакових егопроцесів, але є різноспрямованими механізмами в подоланні проблем [180].

Методологічні підходи до консультування досить детально охарактеризовані в роботі С. Васьківської: філософія консультативної роботи диктує повну відмову від концепції хвороби й розглядає людину, котра звернулась по допомогу, такою, яка має певні психологічні труднощі; превентивна консультативна робота може запобігти більш серйозним психотерапевтичним наслідкам; консультування охоплює різнопланове коло інтерперсональних проблем клієнтів; психолог-консультант виступає фасилітатором ресурсних можливостей клієнта у вирішенні його проблем; діагностична спрямованість консультування значно розширює спектр підходів, методів психологічної допомоги та залежить від змісту проблем [33].

У якості теоретико-методологічного підґрунтя нашого підходу в проведенні індивідуально-психологічного консультування учнів ЗП(ПТ)О нами використані положення відомих психотерапевтичних шкіл.

С. Васьківська зазначає, що всю множину психологічного консультування можна розподілити на дві групи, залежно від позиції, яку займає психолог під час взаємодії. Першою є директивна модель психологічного консультування, що передбачає побудову такого сценарію взаємодії, в якому психолог грає роль учителя, наставника, знавця, ведучого, а клієнт – підопічного.

Застосування такої моделі консультування доречне, коли добре вивчені психологічні феномени, виражена психологічна інформація. При цьому психологічна допомога надається у вигляді

порад, інструкцій, вказівок, настанов чи інших форм керівництва до дії. Директивна модель консультативного впливу доцільна за умови, коли клієнт з певних причин є слабким чи незібраним, що зумовлюється віком, афективним станом, непорозуміннями, тимчасовою неорганізованістю [33, с. 14].

Інша модель – недирективна – базується на клієнт-центрованій терапії й організує процес бесіди в атмосфері щирості, беззаперечного прийняття, конгруентності та емпатії, за яких клієнт самостійно знаходить вихід з проблемної для нього ситуації.

Автор клієнт-центрованої терапії К. Роджерс акцентував увагу на позитивній природі людини, її природженій здатності до самореалізації й визначив кредо психологічного консультування: «Психолог тільки допомагає індивіду допомогти собі» [183]. Це означає, що він має навчити особистість самостійно справлятися зі своїми проблемами, бути здатною розвиватися далі, реалізовувати себе, освоювати нові, більш складні елементи й блоки свідомості, застосовувати нову світоглядну основу, завдяки чому стають можливими розв'язання проблеми, подолання кризи. Під час психологічного консультування йде робота з широким змістом свідомості в напрямі духовного змушнення особистості.

Положення екзистенціальної терапії ґрунтується на здатності людини пізнавати свій внутрішній світ, вільно обирати життєвий шлях, відповідально підходити до пошуку власного унікального сенсу життя. Фактично йдеться про здатність людини до самотворення, самореалізації. Саме ці завдання постають перед учнями ЗП(ПТ)О у процесі їх саморозвитку.

При вибудові наших підходів до психологічного консультування базувалися на розумінні того, що існує багато моделей консультативної допомоги. Зокрема, Р. Нельсон-Джоунс у своїй праці «Теорія і практика консультування» описує сутність більше десятка консультативних напрямів, а Р. Мей пропонує для кожної проблеми свою форму терапії, а відтак нараховує їх близько трьохсот [33, с. 14].

Для успішних постановки та розв'язання завдань індивідуально-психологічного консультування виходили з того, що умовно його можна розділити на діагностичну й терапевтичну частини. Під час першої збиралась інформація про учня, активно застосовувались методи ведення та структурування інтерв'ю.

У другій частині індивідуально-психологічного консультування отримана інформація аналізувалась, використовувались методи та прийоми психологічного впливу, складався план дій. При цьому враховувалось, що цілі терапевтичної

частини інтерв'ю переважно стосуються коригування та конструктивних трансформацій поведінки учня й механізмів його психіки, а терапевтичні завдання консультування розв'язувались в діалогічній сутності процесу спілкування, у включеності учня у вирішення власних психологічних проблем. Базуючись на тому, що психологу належить ініціатива у виборі та формуванні консультативного завдання і роль активного помічника й фасилітатора в його розв'язанні, формувалось консультативне завдання таким чином: «Які практичні чи психологічні дії варто здійснити учневі, щоб усунути, зменшити або компенсувати деструктивний вплив психологічних проблем?» При цьому враховувалось, що в кожній конкретній ситуації формування терапевтичного завдання є індивідуальним та буде оптимальним, якщо спрямовується на усунення психологічних проблем через їх прийняття учнем, підтвердження права на існування й на їх гармонійну асиміляцію – тобто на розширення свідомості учня на основі принципу позитивного ставлення до того, що відбувається з урахуванням причин виникнення психологічних проблем та узгодження внутрішніх когнітивних дисонансів, фруструючих і стресогенних впливів. Цим самим підтримуємо твердження, що більш ефективно можна вплинути на причини явищ, аніж на їх наслідки.

Підставою такого підходу є певні техніки психотерапії, які дозволяють аналізувати особисту історію клієнта з метою іншого трактування найбільш травматичних її епізодів (Ф. Перлз, НЛП). Ігрове відтворення значущих подій минулого життя клієнта з наступною їх корекцією, що сприяє зменшенню травматично-наслідкових зв'язків, описують Я. Морено, З. Морено, Д. Кіппер та інші. Цікавим є досвід відстежування проявів проблем через тілесні м'язові затиски (В. Райх, А. Лоуен), роботи з трасовим наведенням (Еріксон), експериментів зі зміненими станами свідомості людини (психодемічна терапія, техніка холодинаміки, холотропне дихання С. Грофа).

При з'ясуванні психологічних проблем учнів під час індивідуально-психологічного консультування використовується метод вчування – рефлексивне слухання з регулярним використанням зворотного зв'язку, що дозволяє точніше зрозуміти суть проблеми співрозмовника та має добрий психотерапевтичний ефект. Для успішної реалізації рефлексивного слухання застосовуються такі обов'язкові атрибути, як зоровий контакт і мова жестів, форми вербальної поведінки, що стимулюють учнів продовжувати розмову,

допомагають розуміти висловлене й рефлексувати почуття, гарантують зворотній зв'язок, який передає ставлення до сказаного.

Уміння активно слухати потребує зосередження уваги на тому, що говорить і переживає учень, активного обдумування отриманої вербальної та невербальної інформації на основі безоцінного сприйняття та глибокого проникнення в сказане, запам'ятовування думок, фактів, які повідомляє учень, логіки його повідомлення.

При цьому під час слухання застосовуються методи заохочування мовлення учнів, з'ясування, розпитування, уточнювання, переповідання, відображення почуттів, значень і резюмування.

Необхідно керуватись положенням, що індивідуально-психологічне консультування буде ефективним за умови прогнозування результативності психологічного впливу, врахування його реальності та стійкості наслідків. Отже, останнім етапом консультативної взаємодії нами визначено етап розв'язання терапевтичного завдання, на якому використовуються як консультативні бесіди, так і специфічні прийоми й техніки психотерапії.

Висновок про ефективність впливу на учня може базуватися на різних критеріях. У гуманістичній психології результатом роботи з клієнтом є якомога повніша самореалізація людиною власних потенцій, в екзистенційній – пошук життєвих смислів, у біхевіоризмі – адаптація, в психоаналізі – усвідомлення.

Р. Немов зазначає, що результати психологічного консультування можуть проявлятися: об'єктивно, засвідчуючи достовірні факти про зміни; суб'єктивно, якщо є позитивні зрушення в переживаннях; зовнішньо – спостерігається в проявах; внутрішньо – відчуваються зміни в психології клієнта [97, с. 428].

А. Айві, М. Айві, Я. Саймен-Даунінг виділяють такі критерії ефективності:

1. Іntenціональність. Скільки напрямів для розвитку клієнта може запропонувати консультант? Скільки можливостей з'явилося у клієнта в процесі співробітництва?

2. Творчість у прийнятті рішень. Хто визначає хід інтерв'ю – клієнт чи консультант? Чи є позитивне бачення проблем? Чи є хоча б декілька (2–3) альтернатив для дій? Наскільки легко/важко клієнт приймає рішення?

3. Чи може консультант реалізувати цілеспрямований вплив на клієнта?

4. Навички спостереження за клієнтом, конгруентність з клієнтом. Чи вміє консультант виділити суперечності й нівелювати їх у ході інтерв'ю? Чи помічає ключові слова та продуктивні моменти взаємодії? Чи присутній синтез нових конструкцій та нового світогляду?

5. Взаємодія «особистість» – «оточення». Чи створює консультант відповідні умови для зростання та розвитку клієнта?

6. Інтеграція. Чи вміє консультант інтегрувати методи, техніки, якості, концепції у взаємодію, чи здатний викликати позитивні зрушення у клієнта? [33].

Вважається, що оцінювати наслідки психологічної роботи можна за самовідчуттям клієнта, результатами психологічного тестування, спостереженням збоку.

Доцільно враховувати позицію С. Васьківської, за якою на засадах гуманної філософії добровільності психологічного обслуговування, відповідальності за результативність психологічних трансформацій завдяки суттєвій особистій віддачі, чіткій реалізації отриманих знань і рекомендацій, рекомендується обмежити поняття про ефективність психологічної інтервенції рамками безпосередньої консультативної взаємодії. При цьому критеріями ефективності виступають: якість довірчого контакту (чи долається комунікативний бар'єр, чи існує психологічний резонанс та порозуміння); кількість інсайтів (нових думок і переживань, які отримує учень у процесі розмови); консультативна стимуляція (чи відчувається психологічна напруга серйозної психологічної роботи).

При побудові та оцінці результатів консультативної роботи необхідно виходити з наведених характеристик процесу психологічного консультування, оскільки це є комплексною, надійною системою визначення ефективності психологічного консультування.

Власний досвід показав такий розподіл індивідуально-консультативних проблем, з якими звертаються учні: конфлікти з батьками та педагогами, невміння конструктивно їх вирішувати, проблеми у взаємостосунках з однолітками, нерозділене кохання, невпевненість у собі та власних силах, втрата віри в майбутнє, що свідчить великою мірою про недостатньо розвинену духовність.

Це підтверджує новітні гіпотези, які зазначають, що передумовою психічного й фізичного нездоров'я людини є незріла духовність. А зрілість духовної сфери, на думку М. Бердяєва, неможлива без здатності вміння виробити певне ставлення до себе завдяки саморефлексії, самопізнанню, переосмисленню власних цінностей. Мудрість древніх римлян звучала таким чином: «Здоровий

дух оздоровлює тіло» [34, с. 180]. Активізація духовного рівня сприяє трансформації нижчих рівнів індивідуальності, зумовлює зміни на психічному, душевному рівні.

Духовність – це інтегрований стержень усіх сил індивідуальності, який забезпечує їй опору та цілісність. Як філософська та психологічна категорія, духовність пов'язана з потребою осягнення людиною смислу буття та власного призначення в ньому.

За словами Ф. Ніцше, «той, хто знає навіщо жити, може витримати будь-яке як». Наближаючись до розуміння смислу, людина відчуває умиротвореність, а гублячи це відчуття, вона переживає психологічну кризу, страждає від внутрішньої неадекватності, докорів сумління, почуття провини та інших емоцій патогенного типу. Пробудження духовності виражається в підсиленні почуття наповненості душевного світу, а її придушення – в спустошеності душевного життя, екзистенційному вакуумі. Ми розділяємо думку С. Васківської про те, що розвиток духовності є найбільш досконалим механізмом психологічного захисту особистості [34, с. 181].

Таким чином, індивідуально-психологічне консультування допомагає учневі досягти чіткого усвідомлення того, що з ним відбувається, окреслити якомога більше варіантів для прийняття ним самостійного рішення, делегувати йому відповідальність за наслідки прийнятого рішення, заручившись підтримкою здорової частини його особистості.

Змістом профілактично-розвивального тренінгового етапу є проведення циклу тренінгових занять, об'єднаних спільною метою – профілактика наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О. Вибір саме цієї форми психологічної роботи з учнями спирається на позитивний досвід, напрацьований у сучасній психолого-педагогічній практиці. Зокрема, існує багато цікавих розробок тренінгових програм як у вітчизняній, так і в зарубіжній літературі [55; 81; 84; 85; 116].

Тренінг, як один із психологічних засобів профілактики наркотичної залежності, що проводиться у формі групової роботи учнів, має ряд переваг [34, с. 26–28]:

- груповий досвід протидіє відчуженню, яке виступає як психологічний захист при зіткненні особистості з проблемою;
- допомагає залучити позитивний досвід інших, отримати зворотній зв'язок і підтримку від учнів зі схожою проблемою;
- учасники можуть ідентифікуватись з іншим, програвати «ролі» іншої людини для кращого розуміння інших і себе, своєї проблеми, своїх можливостей та обмежень;

- взаємодія в групі створює напругу, яка не виникає в індивідуальній роботі і яка допомагає прояснити психологічні проблеми кожного;

- група полегшує процеси саморозкриття, самовивчення, самопізнання.

Врахування цих переваг логічно спрямовує нас до обрання цієї форми роботи для профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О.

Метою профілактично-розвивального тренінгу є піднесення й утвердження особистісного розвитку учнів ЗП(ПТ)О, підвищення здатності особистості до самопрофілактики та самореалізації в динамічному соціальному середовищі.

Відповідно до соціально-психолого-індивідуального виміру тривимірної постапно-конкретизованої структури особистості (за В. Рибалкою) нами визначено головні завдання профілактично-розвивального тренінгу:

- формування самоусвідомленості власної особистості;
- формування здатності до самопізнання, самоусвідомлення власних позитивних якостей, адекватної самооцінки, рефлексії, саморегуляції, адекватних емоційно-почуттєвих проявів;

- формування здатності до безконфліктного спілкування, розпізнавання маніпулятивних форм поведінки, навичок протистояння соціальному тиску, стресам;

- формування здатності до подолання життєвих перешкод, задоволення власних потреб без шкоди для інших людей, взяття на себе відповідальності за власні дії;

- формування прагнення до самовдосконалення, саморозвитку, самодостатності, успішного особистісного й професійного розвитку.

Для досягнення мети та вирішення завдань профілактично-розвивального тренінгу визначено за необхідне створити умови, в яких будуть реалізовуватись принципи:

- активності учасників (у ході занять члени групи постійно залучаються до різних дій: обговорення і програвання рольових ситуацій, які пропонують самі учні, спостереження за заданими критеріями за поведінкою учасників рольових ігор, виконання спеціальних усних і письмових вправ і завдань);

- позиції дослідження (у ході роботи в тренінгових групах створюються такі ситуації, коли учасникам необхідно самим знайти вирішення проблеми, самостійно сформулювати вже відомі психології закономірності взаємодії та спілкування людей);

- об'єктивізації поведінки (на початку занять поведінка учасників групи переводиться з імпульсивного на об'єктивізаційний рівень і підтримується на цьому рівні; важливим засобом об'єктивізації поведінки, який використовується у всіх випадках тренінгів, є особливим чином організований зворотній зв'язок);

- партнерського спілкування (передбачає визнання цінності іншої людини, її думок, інтересів, а також прийняття рішень з максимально можливим урахуванням інтересів усіх учасників спілкування, а не досягнення однією зі сторін своїх інтересів за рахунок інших).

У ході тренінгових занять членами групи та ведучим (тренером) надається можливість обговорити засоби розв'язання проблем у складних для учнів ситуаціях найбільш відповідною мовою – мовою реальної поведінки. У процесі тренінгу учень багаторазово спостерігає відтворення в різноманітних варіантах складної для нього ситуації, в результаті чого зростає здатність об'єктивізувати її й розпізнавати в реальному житті. Спостерігаючи дії інших учасників групи, учень мимовільно засвоює ефективні стереотипи поведінки, розширюючи таким чином свій діапазон форм реагування на складну ситуацію.

Враховуючи, що для досягнення позитивних результатів тренінгових занять, необхідно дотримуватись певних правил.

Правило «Тут і зараз»: головним є те, що триває зараз, які почуття є в кожного учасника зараз. На заняттях дозволяється користуватись інформацією один про одного, яку учасники отримали під час тренінгу. Попередній досвід спілкування не обговорюється й не може бути використаний на заняттях як аргумент. Виходити з приміщення під час занять не можна.

Правило емоційної відкритості: якщо учасник думає або відчуває щось важливе для нього постійно, «тут і зараз», то він може розповісти про це, розкрити свої почуття.

Правило «Стоп»: кожен має право сказати: «У мене є почуття, але я не хочу говорити про це, мені боляче». Це переживання також стає частиною групового досвіду, що викликає нові почуття й нові перспективи роботи тренінгової групи.

Правило відвертості: говорити лише про реальні почуття, а не про ті, які б заспокоїли, виправдали або образили співрозмовника. Якщо надавати співрозмовнику викривлену інформацію, то це може спровокувати помилкове враження як про себе, так і про інших.

Правило «Не давати поради»: порада, навіть якщо вона правильна, важко виконується, оскільки порада є досвідом

індивідуального способу дії, який може не підходити іншим (це обмеження свободи особистості іншого, що може спричинити не усвідомлену агресію).

Правило «Я – висловлювання»: у групі важливим є те, що кожний учасник висловлюється тільки від свого імені, що дозволяє вести мову про власні думки, почуття.

Правило заборони на діагнози та оцінку: оцінювання вчинку без прохання породжує тривожність щодо майбутніх оцінок інших членів групи. Це може призвести до замкненості або пристосування до інших.

Правило особистої відповідальності: чим більше учасник проявляє активність, тим більше він бере участь у груповій роботі, й, відповідно, у нього з'являється можливість для особистісного зростання. Всі дії, що тривають під час тренінгу, дають усім однакові можливості.

Правило конфіденційності: розповідати про те, що відбувалося на тренінгу, як поведився той чи інший учасник групи, які проблеми вирішував, – неприпустимо з точки зору етики. Усі групові процеси мають обговорюватися лише в групі.

Правило «Презумпція здоров'я»: усі учасники беруть на себе відповідальність визнавати себе здоровими людьми.

Правило кола: під час роботи кожний учасник повинен бачити всіх. Говорити на заняттях можна лише тоді, коли тебе всі бачать. Крім того, кожний учасник має знаходитись у відносно однаковому положенні щодо інших учасників групи.

Правило ініціативи учасників: на заняттях обговорюється будь-яка тема, що виникає у присутніх. Першочерговою є найактуальніша.

Правило включеності: на заняттях не має супервізорів, тих, хто спостерігає й оцінює.

Правило постійності: пропускати заняття не бажано, група працює в постійному складі.

Тренер разом із учасниками обговорює принципи і правила роботи групи. Прийняті правила записуються на плакаті «Наші правила», до якого тренер звертається на початку кожного заняття.

У ході профілактично-розвивального тренінгу використовуються такі психологічні засоби, як: релаксація, аутотренінг, групові й індивідуальні тренінгові вправи, рольові ігри, елементи когнітивної психології, гештальттерапії, логотерапії тощо.

Тренінгові заняття побудовані за такою структурою:

I. Вступне слово ведучого.

II. Релаксаційна вправа або вправа на емоційне налаштування на роботу в групі.

III. Основна частина – тренінгові вправи, тестові завдання з розвитку механізмів сприяння психологічній профілактиці наркотичної залежності.

IV. Завершальна частина – вправи на підсумкову рефлексію, емоційну розрядку, самозвіти учасників.

V. Домашня міні-практика.

Аутотренінг, який застосовується у програмі тренінгових занять, спрямовується для досягнення психотерапевтичного ефекту, зняття психологічної напруги в учасників експерименту та ґрунтується на підходах, викладених у праці М. І. Буянова [32].

Релаксаційні вправи допомагають зняти емоційну напругу, налаштуватись на роботу, активізують несвідомі резерви психіки. Оскільки тренінгові заняття проходять після навчальних занять, більшість учнів потребують попередньої релаксації та емоційного налаштування на тренінгову взаємодію. Залежно від умов і часу проведення заняття та емоційного стану учасників, релаксаційний комплекс іноді може бути замінено вправою на емоційне налаштування на роботу, активізацію учнів.

Тренінгові вправи підібрані таким чином, щоб кожна з них сприяла розвитку особистісних ресурсів учнів ЗП(ПТ)О й підвищувала їхні можливості до самопрофілактики та самореалізації.

Профілактично-розвивальний тренінг складається з 9 занять, які враховують особистісний підхід до профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О, для чого використано базові властивості соціально-психолого-індивідуального виміру психологічної структури особистості, розробленої В. Рибалкою (спілкування, спрямованість, характер, самосвідомість, досвід, інтелект, психофізіологія).

Програма профілактично-розвивального тренінгу складається з 9 занять:

Заняття 1. Вступне заняття. «Знайомство» (вироблення і прийняття правил роботи в групі, формування групової згуртованості, атмосфери довіри, безпеки).

Заняття 2. «Я відкритий до спілкування» (формування здатності розуміти партнера зі спілкування, висловлювати свої почуття, розуміти та приймати себе й інших, передбачати маніпулятивні форми поведінки).

Заняття 3. «Мої цінності» (рефлексія життєвих цінностей і цілей, формування здатності до постановки цілей, формування життєвих цінностей).

Заняття 4. «Який Я» (розвиток самопізнання, рефлексії, цілеспрямованості, наполегливості, формування здатності до подолання життєвих перешкод, формування відповідальності).

Заняття 5. «Розвиток самосвідомості» (розвиток самопізнання, самоусвідомлення, здатності до адекватних емоційно-почуттєвих проявів).

Заняття 6. «Досвід у моєму житті» (розвиток навичок саморегуляції, рефлексивне осмислення та прийняття нового досвіду).

Заняття 7. «Я – розумний» (формування вмінь прогнозувати майбутнє, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки).

Заняття 8. «Сам собою управляю» (формування здатності до саморегуляції, конструктивних форм подолання стресу).

Заняття 9. Заключне. «Моє успішне майбутнє» (формування оптимістичного бачення майбутнього, розвиток здатності до визначення програми досягнення мети, групова рефлексія тренінгової роботи та попередніх етапів роботи).

Заняття необхідно проводити раз на тиждень у другій половині дня. Тривалість занять – 2-3 академічні години.

Заняття завершуються спеціальною вправою перед прощанням – емоційним заходом, що допомагає встановити теплі, дружні стосунки в колективі, знімає емоційну напругу та втому, що часом виникає. Після такої вправи наприкінці заняття додатково здійснювався обмін враженнями учасників у вигляді самозвітів. Така методика та організація заключної частини тренінгового заняття допомагає усвідомити результати зустрічі для кожного учасника, сприяє розвитку довіри, почуття відповідальності, готовності до нових зустрічей.

У кінці кожного заняття учасникам пропонуються також вправи домашнього міні-тренінгу для продовження рефлексивної практики поза роботою групи. Для цього на початку роботи учасники мають завести окремі зошити. Даються завдання на самоспостереження, самоаналіз, які забезпечують неперервність роботи над собою поза часом тренінгових занять, сприяють розвитку навичок самоактуалізації, самоусвідомлення, розширюють таким чином особистісний досвід учнівської молоді.

На початковому етапі проведення тренінгу, відчувається певна протидія з боку більшості учасників, що виникає через появу тривожних очікувань і розвиненість психологічного захисту. Для нейтралізації цих явищ використовується робота в підгрупах по 2-4 особи, в яких учасники обговорюють проблеми, що їх турбували.

Особлива увага надається усвідомленню позитивних аспектів своєї особистості. Адже відкриття в собі нових позитивних якостей сприяє впевненості, додає сил для подальших конструктивних змін. Якщо в ході заняття в когось із учасників виникають кризові моменти, неприємні переживання, то важливою стає емоційна підтримка керівником і групою цього учасника.

Досить відчутним є ефект групового впливу за рахунок «наповнення» особистості емоційною енергетикою завдяки роботі в групі. Ведучий наголошує на тому, що важливо не діяти за зразком, а проявити себе. У процесі прийняття рішень, переживання утруднень керівник забезпечує емоційну підтримку, демонструє ширю віру в можливості, здібності учасника, його інтелектуальні можливості та інтуїцію. Одночасно тренеру важливо не брати на себе відповідальність у складних ситуаціях, а зберігати позицію посередника у прийнятті рішення.

Таким чином, розроблений профілактично-розвивальний тренінг та його практичне застосування в роботі з учнями ЗП(ПТ)О дозволяє через взаємодію у групі, емоційне піднесення, що виникає в ході занять, проблемність, індивідуальну значущість тренінгових занять створити ситуацію розвитку особистісних ресурсів особистості й підвищити її здатність до самопрофілактики та самореалізації.

2. Профілактично-розвивальний тренінг

Мета – підвищення здатності особистості до самопрофілактики щодо наркотичної залежності та самореалізації.

Завдання:

1. Зниження рівня деструктивних особистісних факторів, що зумовлюють початок наркотизації.
2. Розширення самосвідомості, підвищення самооцінки.
3. Сприяння усвідомленню власних емоційних станів і розвиток навичок конструктивного реагування.
4. Формування толерантного ставлення та конструктивної взаємодії з однолітками, батьками, соціальним оточенням, розвиток навичок аналізу ситуацій міжособистісної взаємодії, їх причин і наслідків.
5. Навчання здатності обговорювати особистісні проблеми й вирішувати кризові конфліктні ситуації.
6. Підвищення рівня духовності.
7. Визначення сенсу життя, життєвих перспектив, надії та віри в майбутнє.

8. Розширення діапазону можливих варіантів поведінки учнів у складних для них ситуаціях, здібність до самоорганізації в ситуації і набуття на її основі досвіду.

9. Формування здатності «об'єктивізувати» небезпечні для особистості ситуації, навичок аналізу ситуації, уміння вичленити в ній головне та другорядне, розпізнати їх, попередити й уникнути.

10. Формування в учнів здатності приймати відповідальні рішення в ситуаціях вибору.

11. Мотивування до подальшого використання отриманих знань і навичок у реальному житті.

Для створення тренінгу були використані передові розробки практичного й теоретичного плану, які опрацьовані в різних психологічних школах: гештальт-психології, психодрамі, екзистенційній психології, психоаналізі, трансактному аналізі, дослідженні комунікацій Г. Брейтсона, НЛП, стратегічної психотерапії Дж.Хейлі.

Зустрічі мають відбуватися в чітко визначені дні, в одному приміщенні, в один і той же час. Це створює передбачуване середовище, необхідне для формування довірливих стосунків. Має бути визначене постійне місце тренера. Важливо стежити за виконанням правил. Група є закритою.

Заняття 1. ЗНАЙОМСТВО

Мета – знайомство з учасниками тренінгу, зняття емоційного напруження, укладення контракту на подальшу роботу.

Завдання – встановлення контакту, мотивація до роботи, тематична орієнтація, цілі, очікування.

Основні поняття: тренінгова група, правила роботи, очікування, наркотик, наркотична залежність.

Вступне слово тренера

Ми зібралися, щоб відверто поговорити про профілактику наркотичної залежності. Залежність означає несвободу. Залежність – це деструктивне, руйнівне вирішення особистих проблем. Як жити без залежностей, підтримуючи й удосконалюючи своє здоров'я, працюючи над життєвими планами, повністю переглянувши своє ставлення до відпочинку, розслаблення й одержання задоволення, ми навчимося під час тренінгу. Для того, щоб наше спілкування було ефективним, аби воно допомогло вирішити ті завдання, які ми перед собою ставимо, є певні принципи групової роботи.

Правило «Тут і зараз» – головним є те, що триває зараз, які почуття є у кожного учасника зараз. На заняттях дозволяється користуватись інформацією один про одного, яку учасники отримали під час тренінгу. Попередній досвід спілкування не обговорюється й не може бути використаний на заняттях як аргумент. Виходити з приміщення під час занять не можна.

Принцип емоційної відкритості – якщо учасник думає або відчуває щось важливе постійно, «тут і зараз», то йому можна сказати про це, розкрити свої почуття.

Правило «Стоп» – кожний має право сказати: «У мене є почуття, але я не хочу говорити про це, бо мені боляче». Такі переживання теж стають частиною групового досвіду, викликають нові почуття й нові перспективи роботи тренінгової групи.

Правило відвертості – говорити лише про реальні почуття, а не про ті, які б заспокоїли співрозмовника, виправдали чи образили. Якщо надавати співрозмовнику спотворену інформацію, то це може спровокувати помилкове враження як про себе, так і про інших.

Правило «Не давати поради» – порада, навіть якщо вона правильна, важко виконується, тому що порада – це індивідуальний спосіб дії, який може не підходити іншим, це також обмеження свободи особистості іншого, що може спричинити агресію, яка не усвідомлюється.

Правило «Я-висловлювання» – в групі важливим є те, що кожен учасник висловлюється тільки від свого імені, оскільки це дозволяє говорити про свої думки, почуття.

Правило заборони на діагнози та оцінку – оцінювання вчинку без прохання породжує тривожність щодо майбутніх оцінок інших членів групи. Це може призвести до замкненості або пристосування до інших.

Принцип особистої відповідальності – чим більшу активність проявляє учасник, тим більшу участь він бере у груповій роботі. Відповідно в нього з'являється можливість для особистісного зростання. Всі дії, які тривають під час тренінгу, дають усім однакові можливості.

Правило конфіденційності – розповідати про те, що відбувалося на тренінгу, як поведився той чи інший учасник групи, які проблеми вирішував, є неприпустимим з точки зору етики. Усі групові процеси повинні обговорюватися лише в групі.

«Презумпція здоров'я» – всі учасники беруть на себе відповідальність визнавати себе здоровими людьми.

Принцип кола – під час роботи кожен учасник має бачити всіх. Говорити на заняттях можна лише тоді, коли тебе всі бачать. Крім того, кожен учасник повинен знаходитись у відносно однаковому положенні щодо інших членів групи.

Принцип ініціативи учасників – на заняттях обговорюється будь-яка тема, що виникла у присутніх. Першочерговою є найактуальніша.

Принцип включеності – на заняттях не має супервізорів, тих, хто спостерігає й оцінює.

Принцип постійності – пропускати заняття не бажано, група працює в постійному складі.

Тренер разом з підлітками обговорює правила та принципи роботи групи. Прийняті правила записуються на плакаті «Наші правила», до якого тренер звертається на початку наступних занять.

Підготовча вправа «Магічні слова»

Вступне слово тренера

Метод «Магічні слова» К. Бессер-Зігмунд отримав визнання в багатьох країнах світу. Він заснований на цілеспрямованому використанні роботи мозку й безпосередньому звертанні до нашої нервової системи. У кожної людини зі словами пов'язані певні події та відчуття. Асоціативний досвід накопичується в мозку у вигляді інформації. За допомогою магічних слів ми можемо запам'ятовувати слова таким чином, щоб вони викликали до життя позитивні сили, а не породжували в нас слабкість і страх. Метод «Магічні слова» розроблений на основі нейролінгвістичного програмування. Аутотренінг спрямований на те, щоб позитивно впливати на внутрішні процеси, наші думки, а потім – дії.

Тренер промовляє релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: відчуття спокою, тепла, розслаблення, важкості, втоми. На цю вправу відводиться 3-5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Тепер давайте познайомимося!

Вправа 1. «Павутиння»

Мета – провести знайомство учасників тренінгу та згуртувати групу.

Хід вправи.

Цю вправу розпочинає тренер.

Сядьте в коло. В кожного з Вас є можливість назвати своє ім'я й розповісти про себе що-небудь (наприклад, про свої захоплення). Поміркуйте, про що Ви хотіли б розповісти.

Тренер бере клубок ниток, розповідає про себе, тримаючи кінець нитки в руці, кидає клубок підлітку, який сидить навпроти. Дії повторюють усі учасники тренінгу. Таким чином усі опиняються «в павутині», яку необхідно розплутати. Кожний учень повертає клубок попередньому, називаючи його ім'я, поки клубок не повернеться до ведучого.

Вправа 2. «Очікування»

Мета – навчитись теоретично формулювати мету, до якої прагнеш.

Хід вправи.

Тренер пропонує підліткам дати відповіді на запитання: «З якими очікуваннями ти прийшов у групу? Чи є в тебе якісь побоювання, страхи? Що ти хотів би отримати від занять?»

Усі відповіді підлітки фіксують на плакаті «Очікування», до якого тренер повертається наприкінці тренінгу, з'ясовуючи, виправдались очікування чи ні й чому.

Вправа 3. «20 Я»

Мета – продовження знайомства учасників тренінгу (для тренера мета може бути діагностичною).

Хід вправи.

Тренер пропонує підліткам двадцять разів відповісти на запитання: «Хто я? Який я?». Використовуються характеристики, інтереси, почуття. Кожне речення починається з «Я»... Після завершення самостійної роботи учні прикріплюють на груди папір. Далі починають не поспішаючи рухатись по кімнаті. Підходячи до інших членів групи, читають те, що написано в кожного. Таким чином відбувається знайомство.

Інший варіант: учні в колі зачитують свої роботи.

Ще можливий варіант: учасники виконують цю вправу анонімно; свої роботи учні віддають тренеру, який їх зачитує. Всі намагаються відгадати, кому належать відповіді.

У будь-якому випадку вправа виконує діагностичну функцію, в результаті чого тренер може почати створювати діагностичні та корекційні гіпотези, розробляючи індивідуальний план роботи з кожним учнем.

Для обговорення можна використати такі запитання: *«Чи легко було писати про себе? Чому? Яких рис більше: позитивних чи негативних? Чому? Чи часто ви замислюєтесь над запитанням: «Хто я?» Навіщо ставити собі це запитання? Цікаво чи ні отримувати на нього відповіді?»*

Необхідно досягти того, щоб вправа не стала просто приємним спілкуванням і безпредметною розмовою для тренера та учасників. Важливо зафіксувати, що саморозкриття в процесі виконання й обговорення вправи не має для учнів загрозливого характеру, а лише дає цікаву та важливу інформацію як для себе, так і для інших.

Вправа 4. «Оплески по колу»

Мета – емоційна стабілізація групи, підготовка до подальшої роботи.

Хід вправи.

Тренер дає таку інструкцію: *«Зараз ми будемо плескати в долоні один раз, рухаючись вправо. Як тільки я плесну в долоні двічі, то рух оплесків почнеться в протилежному напрямку».* Під час гри багато учасників допускать помилки, на які необхідно звернути увагу, наприклад, за допомогою питань: *«Чому ти помилився? Чому пропустив? Хто тобі заважав?»*

Заклучна частина

Самозвіти учасників. Настав час поговорити про враження від сьогоднішньої зустрічі. Що нового ви дізналися про себе? Як ви ставитеся до цього?

Домашня міні-практика

1. Продовжити займатись аутотренінгом.
2. Провести самоспостереження протягом 2-3 днів, як у поведінці проявляються риси інтра- чи екстравертованості. Запишіть результати самоспостереження в зошит.

Заняття 2. «Я ВІДКРИТИЙ ДО СПІЛКУВАННЯ»

Мета – розвиток навичок соціальної адаптації.

Завдання – формування толерантного ставлення й конструктивної взаємодії з однолітками, батьками, соціальним оточенням, розвиток навичок аналізу ситуацій міжособистісної взаємодії, їх причин і наслідків, розширення діапазону можливих варіантів поведінки учнів у складних для них ситуаціях, здібність до організації ситуації та набуття на її основі досвіду.

Вступне слово тренера

Здатність людини до спілкування, вміння створювати позитивну міжособистісну взаємодію, розуміти партнера по спілкуванню, вміти самому організувати ситуацію мають велике значення для побудови успішного сьогодення та майбутнього життя. Для цього необхідно бути ширим, відвертим, сміливим. На перших заняттях ми спробуємо набути навичок комунікативної компетентності, необхідних кожній людині для успішної самореалізації та життєдіяльності.

Підготовча вправа «Чарівні слова»

Тренер промовляє релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: відчуття спокою, тепла, розслаблення, важкості, втоми. На цю вправу відводиться 3-5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Вправа 5. «Ковпак»

Тренер промовляє такий текст.

«Ковпак мій трикутний. Трикутний мій ковпак. А якщо не трикутний, то це не мій ковпак».

Потім замість слова «ковпак» тренер пропонує всім двічі, відповідно до кількості складів у слові, доторкнутися до голови, а саме слово не вимовляти. Всі слідом за тренером проробляють це. Хтось торкається голови невлучно, що може викликати посмішки. Потім тренер пропонує замість слова «мій» показати на себе. Текст уже вимовляється з двома змінами. Так послідовно міняються на жести всі інші слова, причому слово «трикутний» замінюється у два прийоми: спочатку замість складу «три» всі учасники викидають по три пальці вперед, а потім замість «кутний» – показують «лікоть». Головний підсумок вправи – загальний піднятий настрій, досягнення стану розкутості та свободи, позбавлення замкнутості й сором'язливості.

Обмін враженнями від вправи.

Вправа 6. «Бінго»

Мета – продовжити знайомство учасників один з одним, сприяти формуванню навичок спілкування, позитивної самооцінки й усвідомлення унікальності кожної особистості.

Хід вправи

Кожному учаснику дають аркуш паперу А-4. Необхідно скласти аркуш навпіл по вертикалі, а потім без ножиць або будь-яких інших засобів, одними руками, «вирізати» фігурку «бінго» – силует

людини. Після цього кожен учасник пише на голові «бінго» свою мрію, на правій руці – улюблене заняття, на лівій – улюблене місце відпочинку, на правій нозі – улюблене захоплення, а на лівій – улюблену страву. На наступному етапі підлітки встають зі своїх місць і, підходячи один до одного, мають знайти й записати на відповідних частинах «бінго» імена тих, з ким у них співпала одна чи кілька позицій.

Після цього учасники повертаються в коло. Тренер ставить такі запитання: *«Чи є учасники, в яких співпали всі позиції? У кого співпала одна позиція? У кого співпало декілька позицій? Чи є учасники, в яких не співпала жодна з позицій? Який висновок можна зробити, аналізуючи цю вправу? Що допомагає людям пізнати одне одного (спілкування)?»*

Обмін враженнями від вправи.

Вправа 7. «Гори та долини»

Мета – розвиток навичок відкритості до спілкування, формування довірливих стосунків.

Хід вправи

Тренер пропонує учням на папері провести лінію. Радісні, позитивні, приємні події життя у хронологічному порядку із зазначеними датами зображуються на певній відстані від горизонтальної лінії (чим радісніша подія, тим вище лінія). Болючі, неприємні події – під горизонтальною лінією (чим болючіша подія – тим нижче лінія від горизонталі). Ці події послідовно з'єднуються. Як правило, утворюється хвиляста лінія. Далі учасники по колу розповідають про свою «лінію життя». Тренер аналізує роботи учнів, з'ясовуючи радісні та болючі події в житті кожного учасника тренінгу, а також їх причини.

Вправа 8. «Розмова через скло»

Мета – розвиток невербальної комунікації.

Хід вправи

Тренер надає підліткам інструкцію.

Нехай кожний із вас подивиться на групу й обере собі партнера, якого ще недостатньо добре знає. Підійдіть один до одного. Ви можете розташуватись у кімнаті так, щоб вам було зручно. Уявіть, що між вами знаходиться скло, яке не пропускає звуки. Вам потрібно поспілкуватись на будь-яку тему протягом 10 хвилин (теми можуть бути запропоновані тренером).

Питання для обговорення: «Що ви відчували під час спілкування? Які засоби взаємодії використовували? Про що розмовляли? На що орієнтувались, щоб зрозуміти партнера? Які труднощі виникали?»

Обмін враженнями від вправи.

Заклучна частина

Самозвіти учасників. Настав час поговорити про враження від сьогоднішньої зустрічі. Що нового Ви про себе дізнались? Як ви до цього ставитесь?

Домашня міні-практика

1. Продовжити займатись аутотренінгом.
2. Провести самоспостереження, чи стали ви відкритішими до спілкування та вмієте аналізувати спілкування в ситуації, спілкування товаришів, мотиви та наслідки спілкування. Спостереження запишіть у зошит.

Заняття 3. «МОЇ ЦІННОСТІ»

Мета – формування життєвих цінностей.

Завдання – рефлексія та формування життєвих цінностей і цілей, здатності до їх реалізації.

Вступне слово тренера

Успішна самореалізація людини залежить від тих цінностей, якими вона керується у своєму житті. Цінності є матеріального, соціального та духовного порядку. Необхідно вміти ставити життєві цілі на основі сформованих цінностей і досягати їх.

На сьогоднішньому занятті ми спробуємо розібратися в цьому важливому для кожної людини питанні й визначитись у власному житті.

Підготовча вправа «Чарівні слова». Тренер промовляє релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: «відчуття спокою, тепла», «розслаблення важкості, втоми». На цю вправу відводиться 3-5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Вправа 9. «Квітка радості»

Мета – рефлексія життєвих цінностей і цілей.

Хід вправи

Група розбивається на чотири підгрупи. Кожна підгрупа презентує свою квітку, пелюстки якої складаються з тих цінностей, які визначені учнями, а серединка квітки – це головна мета життя. Після

обговорення презентованих цінностей учні вимальовують спільну квітку, пелюстки якої складаються з найголовніших цінностей.

Обмін враженнями від вправи.

Вправа 10. «Квітка здоров'я»

Мета – формування свідомого ставлення до здоров'я як основної життєвої цінності.

Хід вправи

На фліпчарті вивішується квітка здоров'я, в якій всі пелюстки знімаються. Методом фронтальної бесіди визначаються складові вчинки, дії, взаємовідносини, які формують ту чи іншу складову здоров'я. Потім учасники об'єднуються в пари. На пелюстці свого кольору записують чинники здоров'я людини, обґрунтовують вмотивовану спрямованість поведінки на збереження свого здоров'я як основної цінності.

Обмін враженнями від вправи.

Вправа 11. «Життя з хворобою»

Мета – усвідомлення учасниками проблем, пов'язаних з наркоманією; зміна поглядів на проблеми тих, хто вживає наркотики.

Хід вправи

Тренер видає кожному учаснику по 12 карток і просить написати: на 4 картках – назви улюблених страв, на інших 4 картках – назви улюблених занять, захоплень; на решті 4 картах – імена близьких чи коханих людей.

Коли всі учасники виконали записи, тренер каже: «Давайте поставимо себе на місце людини, яка потрапила в залежність від наркотиків, для того, щоб краще зрозуміти, що може відбуватися в її житті. Отже, людина обрала задоволення, яке вона отримує від наркотику. За будь-яке задоволення доводиться платити... І не тільки грошима. Тому я прошу віддати по одній картці з улюбленою стравою, заняттям, близькою людиною».

Учасники самі вибирають і віддають 3 картки. Далі залежність вимагає наступних жертв, і учасники вибирають та віддають ще по 3 картки. Після цього тренер сам проходить по колу й, не дивлячись, відбирає по 1 картці в кожного учасника (це символізує те, що наркоман вже не спроможний сам контролювати ситуацію). Все, що залишилося в учасників, – це можливий варіант того, що наркоманія може зроби́ти з життям людини.

Обговорення

«Як себе почували учасники під час гри? Як зараз себе відчувають? З чим (або з ким) було найважче розлучатися?»

Тренер

«Те, що відбувалося зараз, було лише грою. Я сподіваюся, що це ніколи не зачепить вас і ваших близьких, що ніхто з вас не зіштовхнеться з такою ситуацією у вашому житті. Все це було лише грою й закінчилося разом із грою...»

Після цього учасники діляться пережитими почуттями.

Вправа 12. «Що таке життя?»

Мета – визначення сенсу життя, життєвих перспектив.

Хід вправи

Тренер запитує в учнів, яка асоціація виникає в кожного з них, коли воничують чи промовляють слово «життя». Група поділяється на чотири підгрупи. Пропонується методом мозкової атаки навколо слова «життя» записати визначення цього поняття. Після виконання завдання учні коментують презентовані варіанти визначень і наводять аргументи.

Обмін враженнями від вправи.

Вправа 13. «Гімн життю»

Мета – формування надії, віри та впевненості в майбутньому.

Хід вправи

Група ділиться на чотири підгрупи за обраним кольором ниток. Кожна підгрупа складає гімн життю, використовуючи слова: життя, думка, радість, щастя. Твори учнів презентуються.

Заклучна частина

Самозвіти учасників: «Давайте поділимося своїми враженнями. Що було цікавим, що збентежило, що стало несподіваним, приємним?»

Домашня міні-практика

1. Продовжити займатись аутотренінгом.
2. У зошитах зазначити найвагоміші цінності членів своєї родини або родин знайомих, на яких ви хотіли б бути схожими.

Заняття 4. «ЯКИЙ Я»

Мета – розвиток самопізнання.

Завдання: формування здатності до самоаналізу, рефлексії, саморозвитку, подолання життєвих перешкод; формування відповідальності.

Вступне слово тренера

Сьогодні ми продовжимо знайомство з власним «Я». Давайте пригадаємо своє попереднє життя, подивимось на себе сьогоднішнього, адже ваш життєвий досвід уже дає можливість шукати відповіді на запитання, як необхідно вчиняти в тій чи іншій ситуації.

Підготовча вправа «Чарівні слова». Тренер дає релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: відчуття спокою, тепла, розслаблення важкості, втоми. На цю вправу відводиться 3 – 5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Вправа 14. «Діалог із дзеркалом»

Мета – розвиток самопізнання.

Хід вправи

Тренер пропонує підліткам подивитися в дзеркало. *«Побачте себе в дзеркалі... Побачте в дзеркалі своє обличчя, а не маску. Поставте собі запитання і чекайте відповідь на нього. Краще, щоб це була реальна відповідь, а не вигадана...»*

Подальша робота йде за допомогою запитань: *«Хто ти? Чого ти в дійсності бажаєш? Що тобі заважає в житті? Як ти створюєш свої проблеми? Як намагася їх вирішити?»*

Робота проводиться з динамікою станів у процесі внутрішнього діалогу.

Вправа 15. «У чому мені пощастило в житті»

Мета – підвищення рівня життєвого оптимізму, налаштування гарного настрою.

Хід вправи

Група розбивається на пари. Протягом трьох хвилин партнер розповідає, в чому йому пощастило в житті. Потім міняються ролями. Після вправи учні обмінюються враженнями.

Вправа 16. Тест «Хто винен, коли не щастить?»

Мета – визначення співвідношення волі та гнучкості в характері, уміння перемагати обставини або підкорятися їм.

Хід вправи

Тренер:

- Йдеться про співвідношення волі та гнучкості у вашому характері, уміння перемагати обставини й підкорятися їм. Хто ви – корабель зі своїм курсом чи листок, що пливе за течією? Активна, упевнена в собі людина, яка сподівається тільки на удачу?

Оцініть від 0 до 10 на спеціальних бланках такі висловлювання:

1. Те, що багатьом здається удачею, насправді – результат наполегливої праці.
2. У складній ситуації я волію зачекати, поки проблема розв'яжеться сама собою.
3. Успіхи більше залежать від здібностей людини, ніж від випадкових обставин.
4. Я вірю в удачу.
5. Думаю, що випадок не відіграє важливої ролі в моєму житті.
6. Багато з моїх успіхів стали можливими тільки завдяки чийсь допомозі.
7. Під час роботи я переважно сам вирішую, що і як робити.
8. Мої успіхи часто залежать від щасливого випадку.
9. Хто не зміг досягти успіху – напевно, сам у цьому винен.
10. Я намагаюсь не планувати занадто вперед, бо дуже багато чого залежить від обставин.

Підрахуйте окремо суми балів за непарними та парними номерами висловлювань. Побудуємо графік. Це – ваша психологічна орієнтація.

Фаталіст. Схильний вірити тільки в удачу. Найкращі ліки від цієї хвороби – активні дії. Це допоможе відчутти свої сили й повірити в них. Але при цьому треба ставити завдання реальні та досяжні.

Авантюрист. Полюбляє діяти наважання, часто переоцінює себе. Схильний кидатися в бій, не подумавши про наслідки. Але надмірна самовпевненість часто призводить до невдач, які дають «авантюристові» корисні уроки.

Раціоналіст. Досягає успіху в житті, бо добре розуміє, що саме залежить від нього, а що – від інших, і діє залежно від розстановки сил.

Завдання – наведіть приклади літературних героїв, яких можна віднести до цих типів.

Вправа 17. «Попроси мене про...»

Мета – трансформування недоликів у переваги.

Хід вправи

Тренер пропонує учневі знайти партнера, якому той найбільше довіряє, вільно розташуватись у приміщенні. Після цього необхідно розповісти йому про свої недоліки та слабкості. Завершенням кожного монологу має бути щиросердечне прохання надати допомогу.

Питання для обговорення: «Які труднощі ви відчували під час свого монологу? В чому складність проблеми? Що ви відчували, коли просили про допомогу? У чому полягають ваші недоліки та слабкості? Які враження залишились у вас після своєї розповіді?»

Вправа 18. «Я вмію сказати «НІ!»

Мета – тренування навичок відповідальної поведінки.

Хід вправи

Тренер об'єднує учнів у три підгрупи. Кожна отримує картку зі своєю ситуацією. Впродовж 10 хвилин учасникам потрібно запропонувати кілька варіантів гідної поведінки в поданих ситуаціях.

Варіанти ситуацій:

1. Друг (подруга) пропонує піти на дискотеку, а ви не в настрої.
2. Ваш друг (подруга) пропонує разом піти в гості до його (її) друзів, які вам не подобаються.
3. Друг (подруга) просить вас позичити щось із вашого одягу, який ви не хочете давати.
4. Одногрупники пропонують піти з занять, а ви цього не бажаєте.
5. Вам пропонують спробувати наркотик.

Потім обговорюються всі ситуації та варіанти відповідей.

Заклучна частина

Самозвіти учасників: «Давайте поділимося своїми враженнями. Що було цікавим, що збентежило, що стало несподіваним, приємним?»

Домашня міні-практика

1. Продовжити займатись аутотренінгом.
2. Малюнком зобразити «Я-реальне» та «Я-ідеальне».

Заняття 5. «РОЗВИТОК САМОСВІДОМОСТІ»

Мета: сформуванню системи уявлень учнів про самих себе, формування адекватної самооцінки.

Завдання: розвиток самопізнання, самоусвідомлення, здатності до адекватних емоційно-почуттєвих проявів.

Вступне слово тренера

Ваше уявлення про себе – це виключно ваше усвідомлення. Образ «Я» – це система уявлень людини про саму себе. На основі образу «Я» кожна людина буде стосунки з іншими, формує ставлення до самого себе. Склавши уявлення про себе, людина повинна його оцінити. Виникають запитання: *«Як людина оцінює себе у власному сприйнятті? Чи сприяє ця оцінка самосприйняттю й самосхваленню, виникненню почуття власної гідності та цінності?»*

Необхідно розібратись у собі, щоб визначити, що можна робити з максимальною ефективністю, поєднати свою мету з ідеальним «Я» та успішно самореалізуватися.

Підготовча вправа «Чарівні слова». Тренер промовляє релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: відчуття спокою, тепла, розслаблення, важкості, втоми. На цю вправу відводиться 3-5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Вправа 19. «Прогноз погоди»

Мета: з'ясувати настрій учнів, розвинути навички самоаналізу.

Хід вправи

Тренер дає учням інструкцію: *«Візьміть аркуш паперу й олівці. Зробіть малюнок, який би відповідав вашому настрою. З чим на цей момент у вас асоціюється ваш настрій? Можете показати, що у вас зараз «погана погода» або «штормове попередження», а, можливо, для вас яскраво світить сонце».* Роботи обговорюються в колі.

Вправа 20. «Чарівна рука»

Мета – формування навичок самоусвідомлення, самоаналізу та самокорекції.

Хід вправи

Тренер пропонує учням обвести на папері свою долоню. На пальцях необхідно написати свої добрі, позитивні якості, а на долоні – те, що кожен прагне змінити в собі. Відбувається обговорення в групі.

Питання для обговорення: *Чи легко було виконати цю вправу? Що було важче зазначити: позитив чи негатив? Яким чином можна змінити свої негативні риси?*

Вправа 21. «Унікальні частини «Я»

Мета – дослідження своєї унікальності, її проявів у групі.

Хід вправи

Тренер задає тему для вільного обговорення, що стосується «реального Я», на відміну від власного уявлення учня про себе: *«Коли в ході тренінгу ви відчули своє «реальне Я»? Були самим собою?»*

Далі тренер просить зобразити на аркуші паперу своє унікальне «Я» й підписати кожну частину малюнка. Тренер вибирає учня, який показує малюнок і коротко характеризує частини свого «Я». На ролі цих «частин» запрошуються добровольці, які розташовуються навколо учня.

Обігравання. Кожна «частина» від першої особи розповідає, наприклад: «Який я, коли веселий...», «До чого прагне ця частина Я», «У чому відрізняється від інших», «У чому неповторність обговорюваного учня в цій якості?».

Після того, як висловилися всі «частини», необхідно знайти, як співвідносяться ці прояви «Я». Група, яка спостерігала, висловлює своє ставлення до «частин» щодо їх об'єктивності. Пропонується обговорити: що таке «реальне Я», висловити думки та почуття з приводу того, що відбувається.

Тренер: Узагальнюючи це дослідження можна зробити висновок, що «реальне Я» – це не тільки внутрішнє почуття людини, а й те, що відчувають до нього інші люди, а також те, як вони взаємодіють.

Обмін думками про вправу.

Вправа 22. «Самооцінка»

Мета – пошук критеріїв самооцінки.

Хід вправи

Тренер: Дуже часто ми чуємо такі характеристики людей: «люди з високою самооцінкою», «люди з низькою самооцінкою». Всі учасники діляться на чотири групи. Кожна група має охарактеризувати людей з високою та низькою самооцінками.

Групи виконують завдання. Потім тренер пропонує порівняти свої критерії з ключем характерних особливостей людей з низькою та високою самооцінками. Якщо такий пункт є, то група виділяє його червоним фломастером.

Люди з низькою самооцінкою зазвичай: упевнені глибоко в душі, що вони маловартісні; бояться припуститися помилки; постійно мріють про фізичну досконалість; обмежуються інтересами та вчинками, які добре відомі й безпечні; не вміють сприймати

компліменти; у спілкуванні з іншими найперше турбуються про те, яке враження вони справлять на інших; бувають або балакучі й гордовиті, або принижені й нерішучі; намагаються керувати іншими або дозволяють керувати ними; схильні до самознищувальної поведінки, наприклад, вживання наркотиків; не сприймають критику або впадають від неї у відчай.

Люди з високою самооцінкою, зазвичай: упевнені в глибині душі, що вони володіють достатньою цінністю; допускають або роблять помилки і вчаться на них; приймають свій фізичний вигляд таким, яким він є, навіть коли недосконалий; досліджують нові можливості та інтереси, використовуючи їх для зростання та розвитку; спокійно сприймають компліменти; безпосередні у спілкуванні з іншими; перебувають у гармонії з собою, не відчуваючи переваги над іншими людьми; з повагою ставляться до себе та інших; піклуються про своє фізичне й емоційне здоров'я; сприймають критику як можливий шлях зростання.

Ми з'ясували характеристики людей з низькою і високою самооцінками. А що таке адекватна самооцінка?

Поради щодо підвищення самоповаги

- Пам'ятайте про свої позитивні якості, замість того, щоб запам'ятовувати погане.

- В усьому, що ви робите, намагайтеся знайти позитивне. Привітайте себе з цим успіхом.

- Постійно згадуйте свої успіхи. Дуже легко принижувати себе в кожному зручному випадку.

- Дозволяйте собі щодня отримувати здорове задоволення, роблячи залежності зайвими.

- Пробачайте собі помилки. Ми можемо ставитися до себе досить суворо, але все-таки робимо їх. Визнайте свою помилку й адекватно компенсуйте збиток. Не перекладайте провину на інших – це ознака безсилля. Так само не перегинайте палицю, звинувачуючи в усьому тільки себе.

- Вчіться любити своє тіло.

- Дійте так, ніби ви були непереборним, легким у спілкуванні, винятково розумним, гідним любові та інших радощів життя, – і ви будете таким.

- Шукайте і приймайте допомогу, підтримку та пораду, коли потребуєте цього.

- Поводьтеся з собою добре. Ваша самоповага ніколи не підніметься, якщо ви не будете ставитися до себе належним чином.

Пам'ятайте: той, хто любить себе, виглядає краще, має прекрасне здоров'я й добре ставиться до оточуючих людей.

- Відмовтеся від переконання, що ви – «безнадійний випадок» і «невдаха», якого «ніхто не любить». Якщо ви думаєте так, то це може стати істиною, тому що ви самі переконуєте в цьому оточуючих.

- Учіться слухати, не даючи оцінок і не роблячи порівнянь.

- Умійте казати «ні». Найчастіше ми занадто швидко погоджуємося зробити те, про що нас просять, боячись несхвалення чи гніву з боку інших людей або вважаючи себе «гарним», тільки якщо поступилися комусь, щоб зробити приємність.

- Відмовтеся від балаканини, скарг, бажання помсти, від усіх неспроможних прагнень, що підривають вашу цілісність та особисту силу.

- Пам'ятайте, що ви недосконалі – і це прекрасно. Ви – людина, яка може помилятися й виправляти свої помилки. Досконалість недосяжна, а наявність деяких вад буває привабливішою і природною.

- Визнайте себе таким, який ви є, – унікальним, оригінальним, людським. Живіть сьогоднішнім – і ви отримаєте більше задоволення від життя.

Ці поради застосовувалися і традиційно застосовуються під час роботи з підлітками.

Заклучна частина

Самозвіти учасників: «Давайте поділимося своїми враженнями. Що відкрили для себе нового?»

Домашня міні-практика

1. Продовжити займатись аутотренінгом.
2. Підготувати міні-твір на тему «Я можу собою пишатися за те, що Я...»

Заняття 6. «ДОСВІД У МОЄМУ ЖИТТІ»

Мета – прийняття нового досвіду.

Завдання – розвиток навичок саморегуляції, рефлексивне осмислення і прийняття нового досвіду.

Вступне слово тренера

Багато психологів підкреслюють, що у процесі нагромадження підлітком життєвого досвіду його «Я-концепція» стає конкретнішою й реалістичнішою. У цей період відбувається не тільки фізичне становлення, а й когнітивне дорослішання, побудова життєздатної

теорії самого себе, розвиток внутрішніх захисних механізмів. *Внутрішні захисні механізми* – це ті якості, які обумовлюють стиль поведінки учня та його прагнення, а саме: досягти успіху, впевнено відстоювати свої думки, приймати самостійно правильні рішення, вміння знаходити друзів, реалістично себе оцінювати, бути оптимістом. Захисні фактори мають чудові властивості – накопичуватись. Чим більше у Вас таких факторів є, тим легше вам буде вистояти перед спокусами. На сьогоднішньому занятті ми будемо набувати досвіду саморегуляції, рефлексивного осмислення себе й ситуації та прийняття нового досвіду.

Підготовча вправа «Чарівні слова». Тренер промовляє релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: відчуття спокою, тепла, розслаблення, важкості, втоми. На цю вправу відводиться 3-5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Вправа 23. «Улюблене заняття»

Мета – самоусвідомлення підлітком своїх захоплень, порівняння їх з інтересами інших.

Вправа є діагностичною для тренера.

Хід вправи

Тренер пропонує учням написати або намалювати на папері три-п'ять видів діяльності, при виконанні яких вони почуваються добре. Пропонується відповісти на запитання: «Здійснюється ця діяльність самостійно чи з іншими людьми? Де вона здійснюється, які навколишні фактори допомагають здійснювати її, а які заважають? Чи вимагає ця діяльність внутрішньої або зовнішньої зосередженості? Які з ваших органів чуття у процесі цієї діяльності відпочивають? Які аргументи й контакти з іншими людьми потрібні вам для того, щоб займатися цією діяльністю?

Обмін думками про вправу.

Вправа 24. «Заборонений плід»

Мета – розвиток адекватного ставлення до заборон.

Хід вправи

Ведучий пропонує учасникам розділитися на пари довільно. Кожен учасник розповідає своєму партнерові про те, як він поведився в ситуаціях ризику. Після цього всі учасники виходять з кімнати. Ведучий кладе на стілець якийсь дрібний предмет і накриває його так,

щоб не було видно. Після цього учасники по черзі заходять до кімнати. Ведучий інструктує: «На стільці лежить річ, яку не можна чіпати. Проте уявіть, що в кімнаті нема нікого, крім вас, і ви можете робити так, як забажаєте».

Учасник має право відкрити захований предмет, узяти його собі – тобто ігнорувати заборону. Тренер запам'ятовує, як діяв перший учасник. Після цього партнер зазначеного підлітка заходить до кімнати й отримує таку ж інструкцію. Перший учасник відвертається (щоб не бачити й не чути, що робить його партнер).

По черзі кожна пара виконує цю вправу.

Після цього відбувається обговорення, при якому партнери пробують відгадати, чи дотримався заборони його співрозмовник, чи ні.

Тренер робить висновок про те, що заборона виконувати якісь дії не завжди сприймається людиною адекватно (навіть сама людина не завжди може передбачити свої дії). У зв'язку з цим необхідна копітка й тривала робота з формування правильних настанов стосовно недопустимості вживання наркотиків.

Вправа 25. «Відмова»

Мета – дати можливість учасникам оволодіти навичками впевненої поведінки, аргументованої відмови в ситуації вибору.

Хід вправи

Група ділиться на 3 підгрупи, кожній з яких пропонується окрема ситуація:

1. Одногрупник (сусід, лідер дворового угруповання) просить дозволу виготовити наркотик у тебе вдома.
2. Одногрупник (сусід, лідер дворового угруповання) просить дозволу залишити в тебе якісь речі.
3. Одногрупник (сусід, лідер дворового угруповання) просить сказати його батькам, що якась його річ лежить у тебе.

Завдання підгрупам: протягом 7 хвилин придумати якомога більше аргументів для відмови в такій ситуації. Після цього кожна підгрупа «розіграє» свою ситуацію перед рештою учасників. Один учасник грає роль того, хто вмовляє, інший – того, хто відмовляється. Тренер пропонує використати в кожній із ситуацій по три стилі відмови: впевнений, агресивний, невпевнений. Кожний стиль демонструється тільки одним учасником.

Якщо тренер відчуває, що роль того, хто вмовляє, може бути виконана учасниками не на належному рівні, він може взяти її на себе.

Далі варто обговорити необхідність набуття певних навичок, впливу тих чи інших форм відмови на подальші стосунки. Обговорюється питання про складнощі та переваги відповідальної поведінки.

Вправа 26. «Шприц»

Мета – дати можливість учасникам оволодіти навичками впевненої поведінки, аргументованої відмови в ситуації вибору.

Хід вправи

Учасники сідають по колу. Завдання: придумати 10 варіантів пропозиції вжити наркотик і 10 варіантів відмови від вживання наркотику.

Тренер бере шприц і пропонує його учаснику, який сидить справа від нього, вмовляючи його взяти шприц. Учасник відмовляється. Відмова повинна бути тактовною, але впевненою. Час, відведений на роботу пари, – 3 хвилини. Після цього шприц переходить до учасника – і вже той умовляє сусіда вжити наркотик.

Обговорення: Чи легко було підбирати вагомі відмови? Які з варіантів були найбільш ефективними відмовами? Чому? Як почували себе учасники в ролі того, хто вмовляє, і того, хто відмовляється? Які ще існують форми відмови?

Тренер дає учням кілька порад про те, як поводитися в ситуації, якщо їм пропонують зробити те, що не хочеться робити:

- Якщо ви бачите, що залишаєтесь з кимось наодинці, поспішіть повернутися до своїх друзів.
- Жарт допоможе послабити напруження в неприємній ситуації.
- Обґрунтований аргумент може розв'язати ситуацію на вашу користь.

Висновок. Рішення відіграють у нашому житті важливу роль. Коли ми вибираємо той чи інший шлях, моральні цінності з ідей перетворюються на частину нашої особистості, нашого життя. І це допомагає нам приймати в майбутньому мудріші рішення. У свою чергу, вміння знайти вихід зі складних ситуацій піднімає нашу впевненість у собі, формує основу самооцінки.

Давайте спробуємо дати визначення поняття «рішення».

Можлива відповідь: це процес, у ході якого людина вибирає один із двох чи більше варіантів дій. Дуже часто нам не вистачає вміння знайти найефективніше рішення.

Стратегію прийняття рішень можна звести до **5 кроків**.

1 крок. Коротко опишіть проблему, яка вимагає вирішення.

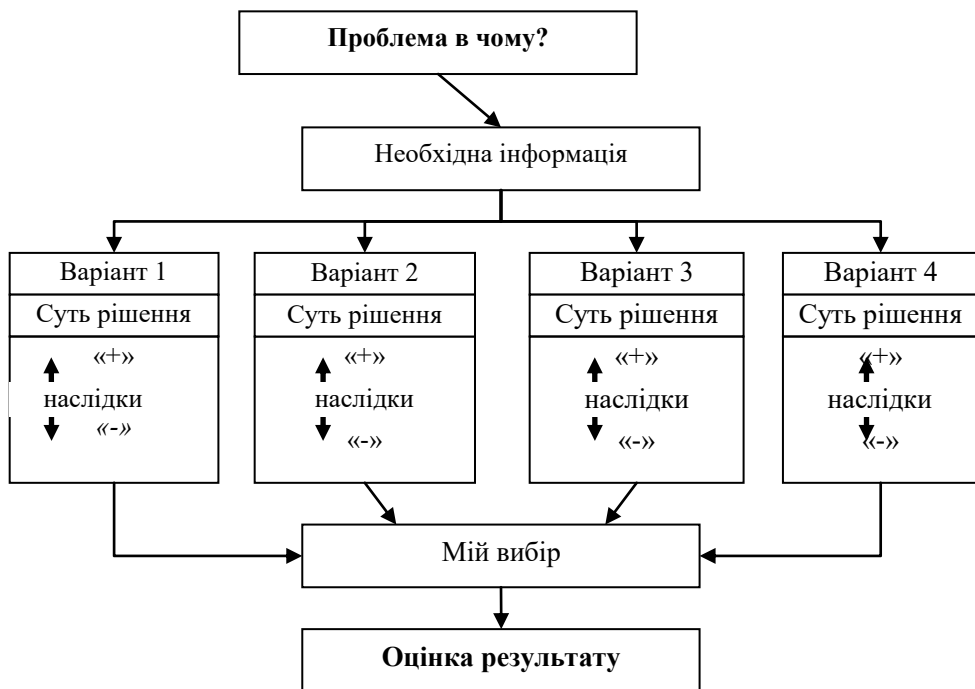
2 **крок**. Визначте можливості вибору, необхідну інформацію, сформулюйте варіанти вибору.

3 **крок**. Оцініть сформульовані можливості вибору, зваживши позитивні й негативні сторони кожного рішення.

4 **крок**. Прийміть рішення, вибравши необхідний варіант серед наявних.

5 **крок**. Прийміть обране рішення й оцініть його результати: наскільки воно допомогло розв'язати проблему.

Для закріплення учням пропонуються схема прийняття рішення й конкретні ситуації, які треба враховувати, використовуючи цю схему.



Заклучна частина

Самозвіти учасників: «Давайте поділимося своїми враженнями. Що було цікавим, що збентежило, що було несподіваним, приємним?»

Домашня міні-практика

1. Продовжити займатись аутотренінгом.

2. Пропонується окреслити проблему, яку необхідно вирішити. Вдома за схемою прийняття рішення треба потренувати ситуацію, за якою взяти на себе відповідальність за прийняте рішення.

Заняття 7. «Я – РОЗУМНИЙ»

Мета - формування вмінь встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, прогнозувати майбутнє.

Завдання - розвиток логічного мислення.

Вступне слово тренера

Людина розумна завжди у своїх думках прагне до щасливого майбутнього, пам'ятаючи, що це можливо завдяки виваженій діяльності в сьогоденні. На цьому занятті ми спробуємо з'ясувати, за яких умов стає можливою успішна самореалізація й досягнення життєвих цілей, як індивідуальні стилі інтелектуальної діяльності сприяють цьому.

Підготовча вправа «Чарівні слова». Тренер промовляє релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: відчуття спокою, тепла, розслаблення, важкості, втоми. На цю вправу відводиться 3-5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Вправа 27. «Шлях до мети»

Мета – формування вмінь самостійно ставити перед собою мету й визначати шляхи її досягнення.

Хід вправи

Учням пропонується на аркуші паперу написати найбільш значиму мету-проблему й поставити запитання: «Що для цього потрібно?» Необхідно проаналізувати шляхи досягнення мети, встановити логіку послідовних дій для її досягнення, засоби, методи та умови, ресурси й перешкоди. Зобразити це графічно, обговорити з учасниками тренінгу.

Узагальнення тренера: «Поставити мету й правильно оцінити ситуацію недостатньо. У вас має бути ще й рішучість діяти, бо мета, бажання, прагнення стають реальністю тільки в результаті конкретних дій. Ви повинні щодня мати мужність діяти, ризикувати, помилятися, зазнавати невдач, долати перешкоди. Краще зробити крок у неправильному напрямі, ніж усе життя тупцювати на одному місці».

Вправа 28. «Велика життєва ціль»

Мета – дослідження способів інтеграції особистості, посилення інтелектуальних ресурсів для розв'язання проблем.

Хід вправи

Тема для обговорення: «Яку роль для розвитку людини відіграють великі життєві цілі».

Завдання

Кожен учасник має зобразити на аркуші паперу свою велику життєву ціль, зазначити фактори, які зумовлюють її досягнення і фактори, які перешкоджають цьому.

Обігравання на прикладі, запропонованому одним із учасників.
З учнів обирається той, хто уособлюватиме визначену велику життєву ціль і по три учні, які будуть відігравати роль сприятливих факторів – «помічників» і «перешкод». Автор прикладу великої життєвої цілі збоку спостерігає й аналізує, як вибрані на зазначені ролі («цілі», «помічники», «перешкоди») учні по черзі обґрунтовуватимуть своє значення в житті та на шляху до цілі.

Потім «перешкоди» й «помічники» міняються ролями і намагаються якомога переконливіше довести автору великої життєвої цілі, як вони допомагають чи унеможливають її досягнення.

Після аналізу всіх аргументів автор цілі замальовує на аркуші паперу вищезазначений ним план досягнення великої життєвої цілі.

Обговорення в групі: «Які почуття й думки виникли у вас у ході цієї рольової гри? Що є головним у досягненні великої життєвої цілі?»

У ході обговорення має бути досягнуто розуміння того, що й перешкоди, і позитивні фактори взаємодіють і спільно сприяють досягненню цілі. Потрібно лише вміти долати чи знаходити альтернативи перешкодам й успішно використовувати сприятливі фактори.

Вправа 29. «Сила розуму»

Мета – формування вмінь психологічно налаштовуватись на досягнення життєвих цілей.

Хід вправи

Вступне слово тренера

Як зазначає багато психологів, силою розуму можна перепрограмувати ваш мозок на подолання негативних якостей, звичок, спрямувати його на досягнення великих життєвих цілей, змінити психологічну установку на іншу, бажану для вас.

Оскільки будь-яка звичка зміцнюється в підсвідомості, для перепрограмування потрібен приблизно 21 день. Таким чином, для того, щоб кожна з цих вправ мала ефект, варто проробляти її близько трьох тижнів доти, поки модель нової звички не набуде автоматизму.

Перший крок порятунку від поганої звички полягає в тому, щоб усвідомити, що ви справді хочете змінитися. Коли вирішите, що готові позбутися своєї звички, наступним кроком буде вироблення в себе повної відрази до неї всією своєю сутністю. Для цього необхідно уявити всі можливі негативні сторони цієї звички й уявити, що вони впливають на вас і змінюють у гірший бік.

Спочатку закрийте очі й розслабтеся. Задайте собі запитання: «Що поганого в цій звичці?» Кілька хвилин посидьте так. Нехай думки самі спадають вам на розум. Не намагайтеся аналізувати їх чи реагувати на них. Просто зауважуйте появу кожної думки. Потім, коли припиниться спонтанна поява думок, якомога яскравіше уявіть, що ви на собі відчуваєте наслідки негативної звички.

Після того, як протягом кількох хвилин ви випробуєте ці неприємні відчуття, протиставте цьому негативному образу те, як приємно, що у вас цієї звички немає (комбінація тактики «батога і пряника»).

Основний принцип – простий. Ви якомога реальніше уявляєте, що у вас немає такої звички, і в результаті отримуєте всілякі переваги, наприклад, вас оточують друзі, люди вітають вас, нагороджують за досягнення. Вам весело й радісно. Ви святкуєте перемогу. Всі сміються й аплодують. Люди підходять і вітають вас. Хтось підходить до вас з великою коробкою в яскравій обгортці, перев'язаною стрічкою. Хвилюючись, ви відкриваєте її й дістаєте приз, на якому написані слова: «Вітаю тебе – ти досяг свого». Ви з радістю піднімаєте його вгору, всім показуєте, почуваетесь чудово.

Заклучна частина

Самозвіти учасників: «Давайте поділимося своїми враженнями. Що було цікавим, що збентежило, що було несподіваним, приємним?»

Домашня міні-практика

1. Продовжити займатись аутотренінгом.
2. Кожному учневі на аркушах паперу зобразити план досягнення своєї великої життєвої цілі.

Заняття 8. «САМ СОБОЮ УПРАВЛЯЮ»

Мета – формування здатності до саморегуляції, конструктивних форм подолання стресу.

Завдання - розвиток саморегуляції.

Вступне слово тренера

На сьогоднішньому занятті ми будемо з'ясовувати, як залежить ефективність роботи від схвалення чи критики. Простежимо, як зовнішні оцінки впливають на динаміку самооцінки та процес взаємодії в групі. Будемо розвивати навички конструктивної поведінки у стресових ситуаціях, трансформувати негативні переживання в особистісно-розвивальні за допомогою почуття гумору. Ці вміння значною мірою сприятимуть розвитку здатності до саморегуляції власних станів.

Підготовча вправа «Чарівні слова»

Тренер промовляє релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: відчуття спокою, тепла, розслаблення, важкості, втоми. На вправу відводиться 3-5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Вправа 30. «Автобіографія за 45 секунд»

Мета – переживання невідповідності бажаного й можливого як стресової ситуації.

Хід вправи

Учням дається завдання написати стисло свою біографію, в якій було би все зрозуміло про них. Після цього повідомляється, що час прочитання біографії – 45 секунд (рекомендується використовувати пісочний годинник). Реально ніхто не вкладається в цей час, щоб розповісти про себе все чітко та зрозуміло. В кінці вправи проводиться обговорення результатів гри і обмін враженнями.

Вправа 31. «Завдання з секундоміром»

Мета – продемонструвати залежність ефективності роботи від схвалення-критики, простежити вплив зовнішніх оцінок на динаміку самооцінки та процес взаємодії у групі.

Хід вправи

Учні діляться на дві підгрупи, яким дається однакове завдання (наприклад, зібрати головоломку, мозаїку, розв'язати задачу). Головною умовою є те, що завдання повинно бути виконано швидко і якісно. Одну групу тренер підтримує, заохочує, схвалює, а іншу – постійно критикує. Важливо побачити те, як впливає підтримка (критика) на ефективність діяльності.

Вправа 32. «Розвиток стресостійкості»

Мета – відпрацювання психотехнік послаблення стресових переживань.

Завдання – робота із захисними механізмами; психодраматичне переживання почуття провини.

Питання для обговорення: ситуація вибору як стрес; підвищена тривожність і стрес; адаптація – прийняття того, що дано; компенсація – її вибудовування; пошук джерела можливостей; що ти робиш, коли не подобаєшся собі?

Основні поняття: тривожність, стрес, почуття провини й реальна провини, захисні механізми (заперечення, раціоналізація, проєктування, заміщення–сублімація–гумор, програвання ролей, втеча, алкоголь-наркотики), взаємовідносини емоцій і страху, суб'єктивна оцінка загрози, напруження.

Обговорення в групі.

Вправа 33. «Репетиція»

Мета – розвиток навичок конструктивної поведінки у стресовій ситуації.

Хід вправи

Тренер моделює з учнями ситуації, які спричиняють у них тривогу. Наприклад: відповідь біля дошки. Тренер виконує ролі «суворого педагога», «недоброзичливого одногрупника».

Вправа 34. «Склянка»

Мета – розвиток стресостійкості, послаблення стресових переживань.

Відбувається робота з переживання стресів, вироблення захисних механізмів.

Хід вправи

Тренер ставить на долоню м'яку (одноразову) склянку й каже учасникам групи: «Уявіть собі, що це ємкість для ваших найпотаємніших почуттів, бажань, думок (пауза). Сюди ви можете помістити те, що для вас надзвичайно важливе й цінне (пауза), те, що полюбляєте, цінуєте». Протягом декількох хвилин у кімнаті западає тиша. Несподівано ведучий зминає склянку. Далі проводиться робота з емоційними реакціями, які виникли в групі. Важливо уявити, що відчули учні, що їм захотілося зробити і т. д. Коли виникають такі почуття? Хто ними керує? Куди вони потім зникають? Завершальна фраза ведучого після цієї вправи може бути такою: *«Те, що ви зараз пережили, – це реальний стрес, це реальне напруження, і те, як ви це*

пережили, і є реальною реакцією на проблеми, що виникають у вас, в тому числі й у спілкуванні з іншими людьми».

Вправа 35. «Саморегуляція»

Мета – розвиток навичок саморегуляції.

Хід вправи

Учні об'єднуються в три групи – «секунда», «хвилина», «година». Відповідно до назви групи вони мають упродовж 10 хвилин пригадати можливі способи нормалізації свого психічного стану, зняти емоційне напруження за той час, якому відповідає назва команди. Презентація напрацювань кожної групи відбувається невербально. Інші групи мають відгадати способи саморегуляції.

Обговорення в групі.

Вправа 36. «Коло»

Мета – розвивати навички поведінки в конфліктній ситуації, доброзичливість, емпатію, альтруїзм.

Хід вправи

Тренер пропонує учням стати в коло, а одному учаснику ввійти в нього. Треба уявити, що знаходитесь у колі дуже неприємно, некомфортно й треба знайти спосіб вийти з нього. Але той учень, який пропустить «центрального», стає на його місце.

За допомогою цієї вправи можна продіагностувати життєву поведінку підлітка, індивідуальні реакції на конфліктну ситуацію.

Питання для обговорення: *«Що ви відчували, коли знаходились у колі? Які способи виходу з цієї ситуації були найбільш ефективними? Чому саме вони спрацювали?»*

Інший варіант цієї вправи. Учасники стають у коло, один учень – у центрі. Завдання: розтопити коло своїм теплом. Коло випускає лише того, хто може знайти добрі й лагідні слова про когось із кола, хто зуміє найщиріше висловити подяку, проявить найкращі людські почуття.

Вправа 37. «Трансактні ігри»

Мета – усвідомлення внутрішньоособистісного конфлікту.

Хід вправи

Керівником групи вводяться основні поняття трансактного аналізу: Батько, Дорослий, Дитина, трансакція, гра. Дається опис складових особистості (Дорослий, Дитина, Батько). Далі кожному учневі пропонується пригадати конфліктну ситуацію, яка залишилася не вирішеною або залишила «негативний відбиток». Кожний із учнів

пропонує свою ситуацію, а група обирає найбільш важливі. Далі ця ситуація демонструється, але протагоністом є всі три складові особистості (Дитина, Батько, Дорослий). Протагоніст обирає з групи людей тих, які найбільше підходять на роль складової особистості. Учень переживає декілька разів ситуацію, перебуваючи в різних позиціях. З'ясовуються стосунки між цими складовими, що дозволяє протагоністу знайти вихід з цієї ситуації.

Питання тренера: «У якій позиції тобі найбільш приємно? В яку позицію найскладніше перейти, що ти при цьому відчуваєш? Як ці складові належать одна до одної? Що кожна зі складових означає в цій ситуації? Яку з цих складових ти хотів би змінити?»

Вправа 38. «Анекдот про себе»

Мета – розвиток здібностей до комічного сприйняття себе (особливо у стресових ситуаціях), розвиток почуття гумору як захисного механізму.

Хід вправи

Учні в анекдотичній формі розповідають про себе якусь історію. Анекдот повинен бути правдивим, смішним і коротким. Робота здійснюється з особистим змістом (темою) анекдоту. Можливе введення сугестивної формули: «Тепер ти розумієш, що над цим можна сміятися. І не потрібно побоюватися свого сміху».

Вправа 39. «Розвесели сумного»

Мета – поліпшення клімату в групі, усвідомлення можливостей впливу на емоційний стан інших, розвиток почуття гумору.

Хід вправи

Тренер пропонує учням розвеселити одного з них, якому сумно (за бажанням). Досягти цього треба, використовуючи лише словесні засоби: можна говорити щось приємне, розповідати кумедні історії.

Питання для обговорення: «Що саме тебе розвеселило? Що відчували ті, кому вдалося розвеселити іншого?»

Заклучна частина

Самозвіти учасників: «Давайте поділимося своїми враженнями. Що було цікавим, що збентежило, що стало несподіваним, приємним?»

Домашня міні-практика

1. Продовжити займатись аутотренінгом.

2. Кожному учневі на аркушах паперу необхідно написати конструктивні способи саморегуляції у стресових ситуаціях.

Заняття 9. «МОЄ УСПІШНЕ МАЙБУТНЄ»

Мета – формування оптимістичного бачення майбутнього, усвідомлення залежності майбутнього від минулого й теперішнього.

Завдання: мотивація на розвиток, самореалізацію.

Вступне слово тренера. На сьогоднішньому занятті ми будемо будувати своє успішне майбутнє.

Підготовча вправа «Чарівні слова». Тренер говорить релаксаційні настанови за класичною програмою аутогенного тренування: відчуття спокою, тепла, розслаблення, важкості, втоми. На цю вправу відводиться 3 – 5 хвилин, використовується музичний супровід.

Основна частина

Вправа 40. «Мій життєвий шлях»

Мета – розвиток навичок самоаналізу, усвідомлення себе та планування свого майбутнього.

Хід вправи

Тренер надає інструкцію: «Мандрівник ішов дорогою, яка мала назву «Життя». Дорога привела його до перехрестя. Мандрівник зупинився, подивився й замислився. Яким шляхом іти далі? Уявіть себе на місці цього мандрівника... Про що ви думаєте, що ви відчуваєте? Перед вами чистий аркуш паперу й олівці. Зобразіть свою попередню історію життя, свій стан у цей момент і варіанти майбутнього. Використовуйте свої спогади, переживання, фантазії та мрії. Куди ви бажаєте прийти? Що візьмете з собою в дорогу? З ким зустрінетесь на своєму шляху? Чому вам необхідно навчитись?»

Питання для обговорення: «Які шляхи утворилися? В якій частині свого життєвого шляху мандрівник найбільш щасливий? Що цьому сприяє? Чи є зв'язок між минулим і теперішнім, теперішнім і майбутнім? Яка мета цього шляху? Що вам необхідно зробити для того, щоб досягти поставленої мети? Які умови, засоби, можливості є для цього?»

Вправа 41. «Лінія життя»

Мета – формування відповідальності за наслідки своїх рішень, відчуття себе суб'єктом діяльності.

Хід справи

Тренер пропонує учням намалювати на папері свій життєвий шлях від народження до смерті у вигляді лінії. Потім, відповідно до дат, позначених на цій лінії, розкладають картки, на яких коротко позначені події їхнього минулого, теперішнього і майбутнього. Після цього тренер пропонує учням (по черзі й за бажанням) уявити, як зміниться сценарій їхньої лінії життя, якщо на тому чи іншому етапі вони потраплять у залежність від алкоголю або наркотиків. У ході обговорення виробляється негативне ставлення до вживання психотропних речовин, наслідком якого може стати хвороба й руйнування всіх життєвих планів.

Вправа 42. «Кіно»

Мета – усвідомлення залежності майбутнього від минулого.

Хід справи

Тренер пропонує учням: «Уявіть, що коли вам виповниться по 30 років, про вас буде знято фільм. Уявіть, що цей фільм ви переглянули зараз. Розкажіть, який ви, як головний герой фільму, маєте вигляд, що робите і т.д. Намалюйте кадри з цього фільму».

Питання для обговорення: *«Задоволений ти цим фільмом? Що в ньому сподобалось найбільше? Чи є там те, що тобі не сподобалось? Якщо ти залишився не зовсім задоволеним, то що бажав би змінити у своєму образі майбутнього? Що тобі для цього потрібно зробити?»*

Вправа 43. «Здібності»

Мета – розвиток упевненості у своїх здібностях (талантах) і спроможності щодо досягнення поставлених цілей.

Хід справи

Тренер: «Кожна людина є тим, ким вона себе уявляє в думках. Якщо ви оцінюєте себе позитивно, то й почуватися будете добре. Більше того: якщо ви думаєте, що маєте певні якості й таланти, то ви ними й будете володіти. Навіть якщо ви зараз і не маєте цих рис, то якщо ви думатимете, що маєте, – ви розвинете їх, і ваше почуття власної гідності стрімко зросте. Запропонована нижче техніка допоможе вам досягти того, до чого ви прагнете.

Завдання:

1. Запишіть ваші твердження щодо того, хто ви є чи ким ви можете стати, що у вас є чи чого ви хочете. *Наприклад:* у мене змістовне життя; я – професіонал; я – фахівець; я – майстер своєї

справи; я досягаю успіху в усьому, що роблю, й зараз я успішно справляюся з поставленим завданням.

2. Коли ви завершите писати, оберіть найважливіші твердження й зосереджуйтеся на них приблизно хвилину. Потім закрийте очі й повторюйте самі собі твердження багато разів упродовж 2-3 хвилин. Роблячи це, перетворіть ваші твердження в зорові образи, тобто за допомогою своєї думки уявіть написане.

Обговорення вправи у групі.

Вправа 44. «Успіх»

Мета – розвиток впевненості в собі на основі уявлень про досягнутий успіх.

Хід вправи

Тренер: «Оскільки успіх вселяє почуття власної гідності, то якщо ви уявите, що домоглися успіху, це допоможе вам відчувати велику впевненість у собі. Завдяки усвідомленню досягнутого успіху ви відчуваєте в собі більше сил, динамічності, цілеспрямованості, почуття власної гідності. Усі ці почуття роблять внесок у почуття більшої впевненості в собі.

Завдання:

1. Вирішіть, який успіх найважливіший для вас: домогтися визнання у професії; збудувати власне житло; створити міцну сім'ю.

2. Розслабтеся, закрийте очі й уявіть, що ви досягли мети. Уявляючи свій успіх, відчуйте задоволення й почуття власної сили, яке воно приносить. Відчувайте підйом, зрушення, силу, міць, абсолютну впевненість у собі й володіння ситуацією.

3. Потім уявіть, як інші підходять чи телефонують, щоб щиро привітати вас. Ви відчуваєте теплоту і схвилювані, приймаючи похвалу від них. Вони говорять вам, який ви щасливий, ви прекрасно себе почуваєте й здатні на все, чого забажаєте.

Обговорення в групі.

Вправа 45. «Лист до себе у 2030 рік»

Мета – розвиток навичок планування майбутнього.

Хід вправи

Тренер інструктує: «Ми напишемо собі лист, який відкриємо лише у 2030 році. Напишіть про те, які ви зараз, що вас цікавить, що ви думаєте про себе в майбутньому, який ви матимете вигляд, що будете робити, хто буде поряд з вами... Що ви хотіли б побажати собі на майбутнє?»

Обговорення вправи в групі.

Заклучна частина

Самозвіти учасників. Тренер пропонує учням підійти до плаката «Очікування» й продемонструвати, чи виправдались їх очікування, чи ні. Це ж можна обговорити в колі. Що сподобалось? Що не сподобалось у ході тренінгу? Що необхідно змінити? Чи виправдались їхні сподівання?

Рефлексивна вправа «Корзина дарів»

Тренер:

Уявіть собі, що посередині уявного кола стоїть велика корзина з дарунками для учасників групи. Кожен із учасників має покласти до неї певне побажання, якусь думку, уявний предмет і сказати, що він таким чином хоче побажати собі й учасникам тренінгу.

Прикінцеве слово «Все залежить від тебе»

Тренер:

- Колись давно в стародавньому Китаї жив дуже розумний, але надто пихатий мандарин. Весь день його складався з примірок багатого вбрання та розмов з підданими про власний розум і спогадів про минулу зустріч з імператором. Так минали дні за днями, роки за роками... Аж ось пішли чутки країною, що неподалік від кордону з'явився чернець, розумніший за всіх на світі. Дійшли вони й до нашого мандарина. Дуже розлютився він: хто може називати якогось ченця найрозумнішою людиною у світі!? Але нікому про своє обурення не сказав, а запросив ченця до себе в палац. Сам же задумав обдурити його: «Візьму в руку метелика, сховаю за спиною й запитаю, що в мене в руках і живе чи мертве. Якщо чернець скаже, що живе, – роздушу метелика, а якщо скаже, мертве, – випущу його...» І ось настав день зустрічі. У пишній залі зібралось багато людей, усім хотілося подивитися на двобій найрозумніших людей у світі. Мандарин сидів на високому троні, тримав за спиною метелика і з нетерпінням чекав приходу ченця. Аж ось двері відчинилися. До зали ввійшов невеличкий худорлявий чоловік, підійшов до мандарина, привітався й сказав, що готовий відповісти на будь-яке його запитання. Зло посміхаючись, мандарин промовив: «Скажи мені, що я тримаю в руках: живе чи мертве?» Мудрець трохи подумав, посміхнувся й відповів: «УСЕ В ТВОЇХ РУКАХ!» Збентежений мандарин випустив метелика з рук, і той полетів на волю, радісно тріпочучи своїми яскравими крильцями.

3. Методичні рекомендації щодо проведення профілактичної роботи із запобігання наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти

Розуміння індивідуально-психологічних особливостей учнів ЗП(ПТ)О та уміння їх враховувати є необхідною умовою успішної профілактики наркотичної залежності учнівської молоді. Вирішальна роль у цій діяльності належить психологічній службі ЗП(ПТ)О, яка здатна за допомогою методів, притаманних лише психології, вплинути на особистість учня. Отже, виникає потреба в розробці рекомендацій керівникам ЗП(ПТ)О, практичним психологам і соціальним педагогам, а також іншим категоріям педпрацівників, які є суб'єктами освітнього процесу, щодо здійснення профілактичної роботи із запобігання наркотичній залежності учнів професійно-технічних навчальних закладів.

Аналіз наукових джерел [55; 73; 93; 102; 116], а також результати практичного вивчення цього питання свідчать про те, що найкращим місцем проведення профілактичної роботи щодо запобігання наркотичній залежності учнів ЗП(ПТ)О є сам навчальний заклад, а до первинної профілактики має залучатися велике коло учнів.

У зв'язку з цим необхідно в ЗП(ПТ)О створювати відповідне навчально-виховне та розвивальне середовище, в якому можливе успішне досягнення ключових завдань особистісного розвитку учнів.

Загальні положення методичних рекомендацій.

При вибудові початкового етапу організації профілактичної роботи керівники, педагоги, практичні психологи, соціальні педагоги повинні враховувати, що учням ЗП(ПТ)О притаманні певні характерологічні особливості. Надлишок фізичної енергії, висока пошукова активність з тенденцією до самореалізації стикається з проблемою засвоєння нової соціальної ролі, пов'язаної зі вступом учнів до ЗП(ПТ)О, що є початком шляху в доросле життя. Уявлення про цю нову роль базується на тій моделі соціуму, яку юнак чи дівчина бачить у своєму оточенні, а також на враженнях, набутих від перегляду телевізійних передач, безконтрольного входження в інформаційно-комунікативне середовище, соціальну інформаційну мережу. Модель адекватного ставлення до життєвих цінностей, до самого себе й оточуючих формується поступово. На порозі дорослого життя учень відчуває на собі суперечності між існуючою в його свідомості «ідеальною» моделлю світу й реальною дійсністю. Чим більші суперечності, тим різкішим виявляється когнітивний дисонанс, який по-різному переживається різними за своїми якостями учнями. У

деяких з них цей стрес супроводжується гірким розчаруванням, нездійсненням очікувань, фрустрацією, руйнуванням самосвідомості, зміною суб'єктивного «Я»-образу, новим розумінням свого місця в оточуючому середовищі, реакціями протесту на авторитарний тон дорослих, тенденціями неприйняття ідеалів старшого покоління, що може призвести до неочікуваних вчинків. У такій ситуації «героем» в очах учня може стати асоціальна особистість, а цінності дворової групи однолітків можуть набути для нього найбільшого значення й залучити до наркотиків.

У зв'язку з цим при організації профілактичної роботи необхідно брати до уваги особливості об'єднання учнів у «малі групи», де вони набувають певного статусу: «формальний лідер», «неформальний лідер» – той, хто має найбільший авторитет в очах більшої частини групи; «рядові» – ті, які залишились у «простому» статусі, не обраними на жодну роль, а також «ізгої», «парії». Індивідуальні переваги та відторгнення формують підгрупи кон'юнктивних (притягувальних) та диз'юнктивних (відштовхувальних) зв'язків між членами групи. Дуже важливо з'ясувати, чому саме так склалася структура взаємостосунків і які особистості її сформували, оскільки значний вплив на стиль групи мають індивідуально-психологічні особливості окремих її членів. У той же час будь-яка група несе на собі відбиток того виду діяльності, який формує певну спільність установок усіх її членів. У зв'язку з цим у профілактиці наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О великого значення набуває рівень культури в навчальних закладах: як загальної, так і психологічної, педагогічної, навчальної, виробничої, соціальної, естетичної. Культура здійснює розвивальні впливи на учня, посилюючи ресурси освітнього середовища й самої особистості, спрямовуючи її до гармонії, одухотвореності, саморозвитку та самоактуалізації.

Отже, при організації профілактичної роботи щодо запобігання наркотичної залежності необхідно враховувати специфіку соціального середовища, в якому перебуває учень. У цьому соціальному середовищі взаємодіють усі суб'єкти навчально-виховного процесу: адміністрація, педагоги, учні та їхні батьки, які перебувають у суб'єкт-суб'єктній взаємодії, що є джерелом взаємовпливу та зворотних зв'язків, заохочень та обмежень і яка сприяє психологічним і педагогічним впливам на активний розвиток особистості учня.

Учнівська молодь згуртовується в референтні групи, які об'єднуються за спільними завданнями та інтересами: здобути знання,

уміння та навички, соціальні й робітничі компетенції в майбутній професії, досягти особистісних цілей соціально доцільним шляхом, стати успішними та самодостатніми особистостями.

Потреба в успіху виникає в учня ЗП(ПТ)О як бажання перевірити свої когнітивні можливості, досягти високої соціальної оцінки. Однак ця мотивація може знизитись за умов відсутності зовнішньої підтримки. Воднораз практика свідчить, що прагнення учнів до самореалізації та розвитку власного «Я» за час навчання в ЗП(ПТ)О стає сильнішим і корелює з формуванням сприятливого уявлення про себе, в результаті чого юнацький конформізм та орієнтація на однолітків зменшуються, натомість підвищується орієнтація на власну індивідуальність. У зв'язку з цим та з метою запобігання наркотизації особистості, у навчальному закладі мають бути створені психолого-педагогічні умови для самовдосконалення учнів у фізичному, трудовому, інтелектуальному розвитку.

Усі види діяльності, що здійснюються в навчально-виховному процесі (загальноосвітня, професійна підготовка, гуртки, секції тощо), самі по собі вже є альтернативними наркотизації видами діяльності, які мають захопити інтереси учнів відповідно до їхніх особистісних уподобань, нахилів і здібностей, що сприяє розвитку самоефективності учнів ЗП(ПТ)О.

У результаті взаємодії внутрішнього світу учня ЗП(ПТ)О із зовнішніми впливами відбувається формування компетентностей у нових видах діяльності. Різні мотиви особистості та завдання розвитку передбачають координацію нових і вже набутих видів діяльності. Така координація можлива лише за умови існування певної дистанції між учнем і педагогом, який заохочує до діяльності, тобто, наявності «рольової дистанції». При цьому дорослішання учнів розглядається у двох аспектах: як «діяльність у майбутній професії» і як «оволодіння життям», що потребує виявлення та розкриття можливостей учнів, сприяння їх самореалізації, самоствердженню.

Воднораз необхідно враховувати, що у значній кількості учнівської молоді закладів професійної (професійно-технічної) освіти недостатньо сформовані уміння психологічного подолання проблем, навички докладання когнітивних і поведінкових зусиль, спрямованих на активне усунення або послаблення стресової ситуації, досягнення життєвих цілей.

У цьому віці одночасно з фізичними змінами відбувається глибока перебудова психіки, зумовлена значною мірою психосоціальним впливом через постійне порівняння себе з однолітками, що супроводжується стурбованістю, тривожністю,

конфліктними реакціями на зауваження. Часто кризи та конфлікти в цей період пов'язані з неадекватним, нетактовним або навіть брутальним ставленням до дорослих. Особливі переживання в учнів викликають дійсні або надумані відхилення від «норми» розвитку власного тіла.

Фізичні зміни, що відбуваються протягом періоду навчання в ЗП(ПТ)О, мають вплив на самооцінку учня та почуття власної значущості. Якщо вони здаються учневі недостатніми, то це може призвести до занепокоєння, гострих конфліктних ситуацій, агресивної та депресивної поведінки, поведінкових девіацій і навіть хронічного неврозу. Тому роль педагогів ЗП(ПТ)О полягає у сприянні формуванню в учнів нових стійких позитивних відчуттів власної ідентичності.

Водночас необхідно враховувати вплив вікової специфіки учнів ЗП(ПТ)О на потребнісно-мотиваційну сферу, що виражається в прагненні до фізичної активності, фізичного розвитку, а також інтроспекції (самоаналізу). В коло предметів мисленнєвого трактування особистістю раннього юнацького віку включаються власні почуття і вчинки, створюються ідеали та цінності.

У ранньому юнацькому віці потреба в любові супроводжується спрямованістю до незалежності, що віддаляє учня від батьківського дому, сімейного оточення і призводить до певної ізоляції, пошуку симпатій та любові поза сімейним колом.

Саме тому в цей період учень потребує особливої уваги з боку практичного психолога, соціального педагога, майстрів виробничого навчання, викладачів і поважливого ставлення до індивідуальності учня, диференційованого підходу з боку дорослих. У роботі з учнями варто враховувати їхній стан, переживання, відчуття. Переживання через власну фізичну недосконалість, комплекс некрасивості та інше можуть слугувати базою для серйозних душевних мук, які зовні проявляються роздратованістю, грубістю, агресивністю.

Для цього періоду характерне болюче самолюбство. Великого значення набуває для учня думка інших про його особистість. Емоції гніву, захоплення, гордості, презирства в максимальному вияві з перепадами екстазії та відчаю складають основний фон настрою осіб раннього юнацького віку. Надзвичайно болісно у них проявляється підвищена чутливість до неповаги стосовно себе, приниження гідності.

У зв'язку з цим педагогам ЗП(ПТ)О необхідно враховувати, що «репресивні» методи не дають високих виховних і навчальних результатів. Учні, які не отримали за свої, нехай невисокі результати,

успіхи та старання певного заохочення, зовсім втрачають інтерес до навчання, здобуття професії. Дослідження свідчать (Л. Собчик), що 30% учнів на погані оцінки дають тривожно-депресивну реакцію (при цьому окремі намагаються зняти нервово-психічну напруженість наркотичними речовинами). Відсутність позитивних переживань створює атмосферу нерозуміння і неприйняття, суб'єктивне відчуття «глухого кута».

У окремих педагогів сформована думка, що учні повинні відчувати свідоме бажання добре вчитися й розуміти перспективне значення в їхньому житті освіти, високої кваліфікації. Необхідно враховувати, що цьому віку притаманно жити проблемами сьогодення. Наукою доведено, що тільки гіперкомпенсаторний механізм, фрустрованість життєво важливих проблем можуть зумовити велику наполегливість у досягненні майбутніх цілей. В основному, значна кількість учнів не любить вчитися, оскільки необхідно долати свою лінь, обмежувати себе в інших потребах, мобілізувати увагу, посидючість. У зв'язку з цим, є обов'язковим використання в навчальному процесі різноманітних прийомів, засобів і методів пробудження та розвитку інтересу учнів до предметів, професії, яку вони здобувають.

Необхідно уникати явищ, коли загострене самолюбство учня стикається з амбіціями педагогів, які, діючи з позиції сили, намагаються здолати бунтарський настрій невдоволених. Образи педагога не повинні відбиватися на таких учнях, адже будь-яка деформація особистості є результатом неправильного виховання. Потрібно не ламати характер, а підлаштовувати свій підхід до індивідуальності учня, розвивати його самосвідомість, саморозуміння, сприяти розвитку його здібностей. Тільки любов і терпіння можуть дати добрий результат і є конструктивними в розвитку особистості, а усі інші шляхи – руйнівні.

У зв'язку з цим особистісний підхід у профілактиці наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О потребує від педагогів терпіння та розуміння особливостей учня, його темпераменту, індивідуального стилю мислення, мотиваційної спрямованості, тобто урахування індивідуально-психологічних особливостей.

Диференціація індивідуально-психологічних особливостей учнів повинна здійснюватись у контексті порівняльного аналізу даних психодіагностичного дослідження з урахуванням конкретної ситуації, соціального оточення та ціннісної орієнтації, а також отриманої освіти, набутого учнями життєвого досвіду.

При проведенні профілактичної роботи на усіх її етапах важливо звертати особливу увагу на розвиток духовної сфери учнів, оскільки духовна сфера людського буття – це найвищий рівень людської самосвідомості. Готовність до духовності закладена в кожній людині, але для того, щоб вона наповнила її життя і душу, необхідний вплив оточуючого середовища та виховання, розвиток почуттів.

Духовність людини полягає в її вмінні вийти за межі вузького егоїстичного прагнення вижити, отримати задоволення досягти власних інтересів, захистити себе від небезпек. Наповнене духовним багатством життя передбачає не тільки включення в образ власного «Я» величезної інформації про світ, що її оточує, але й здатність розглядати своє «Я» в контексті Всесвіту. При цьому людина займає не споглядальницьку позицію, а є суб'єктом діяльності. Духовна особистість – це особистість, яка прагне зрозуміти свою місію в цілісному світі, наповнити життя певним змістом й активно реалізовувати свій потенціал в ім'я визначених ідеалів, а не в суто егоїстичних цілях [114; 144; 149].

Духовність постає не тільки проблемою самосвідомості, вона є емоційною категорією, що передбачає в складному діалозі доброго та злого початків буття надавати перевагу добру. Опорою в духовності є принципи релігійних положень, власні мораль, совість, які не дозволяють перейти межу, за якою можна утискувати інтереси інших людей, порушувати власні моральні установки й тим самим втратити самоповагу. Це також прагнення наповнити своє життя захопленнями та інтересами з різних сфер буття, любов'ю до природи, людей, до того, що не є практично необхідним.

Духовна сфера людського буття – вершина творіння, але в її основі лежать закономірності, співзвучні природі світотворення. Це важливо підкреслити у зв'язку з тим, що індивідуально-типологічний патерн мало змінюється протягом життя, а загальний малюнок характеру стійко зберігається як основна канва, по якій доля вишиває свій складний візерунок [149].

У зв'язку з цим при здійсненні профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О необхідно враховувати той факт, що більшою мірою спонтанні вияви потягу до духовного розвитку мають інтровертовані, тривожні й сенситивні типи особистості, тобто гіпотими. У них зі всього спектру потреб аффіліативна потреба є провідною, що виявляється здатністю до співпереживання, схильністю до самоаналізу, тенденцією до гальмування егоїстичних бажань і прагненням наблизити актуальний образ «Я» до ідеального. При цьому мотиви їхньої діяльності відрізняються гуманістичною спрямованістю.

Цей тип особистості має базові властивості, що посилюють ймовірність імперативного потягу до духовно насиченого стилю життя.

Досвід свідчить, що гіпертимні особистості (спонтанні, екзальтовані, змагально-активні екстраверти) більшою мірою орієнтовані на самореалізацію внутрішнього «Я» за типом «зараз і тепер». Вони активно заявляють про себе в цьому світі (при цьому власне «Я» закриває сам світ, який ними прагматично використовується для досягнення власних цілей). Вони менше схильні до самоаналізу та пошуків сенсу життя, для них характерний дієвий стиль життя, а не розмірковування над минулим і мрії про майбутнє. І той, і інший тип особистості необхідні для суспільної гармонії. Якщо гіпертими потрібні для виживання людства, технічного розвитку й прогресу цивілізації, то гіпотимний варіант особистості необхідний суспільству для духовного удосконалення, збереження морально-етичних принципів і культурних цінностей.

Запровадження у закладах профтехосвіти запропонованої нами системи психологічних засобів допоможе підвищити особистісні можливості учнів до самопрофілактики схильності до вживання наркотичних речовин та здатності до самореалізації завдяки звільненню від розчарувань, отримання надій та відчуття сили любові, здатної запропонувати щось конструктивне, свідомо обирати власне майбутнє й нести за нього відповідальність.

Практичному психологу і соціальному педагогу з метою реалізації особистісного підходу у впровадженні психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О необхідно враховувати індивідуально-психологічні особливості, зокрема характерологічні прояви.

Гіпертимний тип акцентуації характеризується прагненням до самоствердження, надмірною активністю, імпульсивною поведінкою, схильністю до лідерства, надмірною комунікабельністю, агресивністю. Він базується на сильному типі нервової системи. При виражених зовнішніх проявах активності (рухливість, контактність) особистість цього типу менш диференційовано, без тонких нюансів спілкується з оточуючими. При цьому коло спілкування досить широке, але стосунки поверхневі, без схильності до глибоких прив'язаностей, контакти порушуються легко, без душевних страждань замінюються новими.

Нестійкий тип характеризується відсутністю вольових зусиль у досягненні мети, непосидючістю, гедонізмом. Такі учні проявляють лінощі в навчальній і трудовій діяльності, мають потяг до асоціального

середовища, групових форм правопорушень. З цими акцентуантами необхідно працювати цілеспрямовано й наполегливо, контролювати відвідування учнями навчального закладу, виконання обов'язків. Залучення до спортивних секцій, соціально значущої громадської роботи формує в них такі якості, як: відповідальність, цілеспрямованість, наполегливість.

Збудливий тип акцентуації характеру відрізняється схильністю до імпульсивних реакцій, необдуманих дій та висловлювань, поганим засвоєнням досвіду, максималізмом поглядів, нестійкими емоціями, полярними емоціями гніву та захоплення, що швидко змінюються, нестійкою самооцінкою при надмірній амбіційності, відсутності орієнтації на загальноприйняті норми поведінки та моралі, прийняті в суспільстві. При цьому проявляється підвищена сприйнятливість асоціальних впливів, примітивно-потребова мотивація, спрямована на задоволення будь-якою ціною миттєвих бажань, що може призвести до протиправної поведінки.

Демонстративний тип акцентуації проявляє прагнення постійно бути в центрі уваги оточуючих, відрізняється емоційною переконливістю та артистичністю. Учні цього типу великого значення надають думці оточуючих про них. Марнославство та копіювання поведінки – це той важіль, за допомогою якого кожний може перетягти такого учня на свій бік, у тому числі й деструктивне оточення.

Лабільний тип відрізняється яскравістю та глибиною емоційних переживань, чутливістю до знаків уваги, різняться швидкими змінами настрою, бурхливим проявом емоцій. Відсутність емоційної підтримки такого учня може призвести до гострих афективних реакцій.

Циклоїдні особистості відрізняють перепади життєвого тону та настрою від надмірно підвищеного до неадекватно зниженого, депресивного. Такі учні потребують також особливої уваги, оскільки (особливо в депресивному стані) в них підвищується ризик наркотизації.

Тривожно-педантичні акцентуанти різняться нерішучістю, схильністю до самоаналізу, який супроводжується невпевненістю у прийнятті рішення. Водночас через невпевненість, нерішучість у них проявляється дисциплінованість, висока виконавська дисципліна.

Інтровертований тип акцентуації демонструє схильність до самотності, яскраво проявляє реакцію занурення у внутрішній світ, невміння співпереживати, емоційну холодність. Такі акцентуанти можуть вживати наркотичні речовини з метою зміни стану свідомості,

під час якого проявляють свою творчість. За допомогою наркотичної речовини зникає дискомфорт, вони легше контактують, спілкуються з однолітками.

Астено-невротичний тип акцентуації характеру вирізняється підвищеною втомлюваністю, тривожністю, роздратованістю, іпохондричністю. Такі учні потребують також особливої уваги. Вони повинні дотримуватись режиму праці та відпочинку.

Сенситивний тип проявляється в сором'язливості, надмірній вразливості, тривожності. Такі учні демонструють невпевненість у собі, їм притаманні почуття неповноцінності, підвищеної відповідальності. Воднораз у сенситивних акцентуантів може спрацьовувати механізм психологічного захисту – гіперкомпенсація, що проявляється в брутальності, награній розпусті та грубошак. З сенситивними учнями необхідно працювати над формуванням адекватної самооцінки, впевненості у власних силах, формувати самоцінність.

Ці варіанти акцентуацій логічно співвідносні з дезадаптивними формами вияву провідних індивідуально-особистісних тенденцій та феноменологією застосовуваних у нашому дослідженні психодіагностичних методів.

Акцентуації особистості учнів – це лише переддиспозиція, яка може по-різному реалізовуватись у житті залежно від вчасно розпізнаних індивідуальних особливостей учня та вмілого спрямування цих властивостей у соціально корисному напрямі.

Уважний аналіз з'ясованих властивостей з використанням психодіагностичних технік свідчить, що складною ситуацією є та, в якій у рамках однієї особистості об'єднуються ознаки, що співвідносяться з протилежними типами реагування. Так, поєднання характеристик, однозначно пов'язаних з ригідністю, лабільністю або гіпертимних і гіпотимних рис, або підвищеної тривожності з підвищеною агресивністю створює дуже суперечливий патерн особистості, який значно ускладнює соціальну адаптацію особистості. Таке суперечливе поєднання нерідко стає основою для вираженого внутрішнього конфлікту й виявляє переддиспозицію до дисгармонійного розвитку особистості. Якщо акцент у характері учня виражається як провідна тенденція, але властивості особистості піддаються контролю інтелекту, зокрема, в соціально значущих ситуаціях, то йдеться про чітко окреслений характер. Диференціація різних ступенів адаптованості (характер, акцентуація, психопатія) можлива при достатньо довгому спостереженні психолога за учнем, у той же час психодіагностика надійно та швидко дозволяє оцінити

якісні показники, які дають можливість оцінити дані, що виявляють ті або інші індивідуально-психологічні особливості.

Отже, життя вимагає від учня ЗП(ПТ)О здатності успішно адаптуватися до нових умов, навчатися, перенавчатися, здобувати нові кваліфікаційні вміння, відповідати вимогам роботодавців. Ця здатність передбачає сформоване в молодих людей уміння усвідомлювати свої індивідуально-психологічні особливості, активно прагнути до вдосконалення, управляти власними емоціями, думками та поведінкою. Тобто, в межах освітнього середовища необхідною складовою процесу навчання є формування соціально зрілої особистості, здатної до саморозвитку, самоактуалізації, а значить – і до самопрофілактики.

Саморозвиток, самоактуалізація – це найвища форма самовдосконалення, свідомий, цілеспрямований вплив особистості на саму себе, який можливий за умови зрілої самосвідомості – максимального усвідомлення учнем себе, свого місця в навколишньому світі та своєї поведінки, що передбачає самостереження, самоаналіз, рефлексію, стає передумовою прагнення особистості до змін, до формування позитивного мислення.

Саморозвиток учня в процесі профілактики наркотичної залежності вимагає активної позиції самого учня у плануванні способу життя, діяльності. Це – вольовий процес, який потребує інтенсивної психічної активності особистості, здійснення регулятивних операцій, саморегуляції, самопрофілактики негативних впливів. Воля в поєднанні з емоціями виконує в духовному світі особистості регулятивні функції і завжди пов'язана з ціннісними орієнтаціями та інтелектом людини. Формування та посилення цих якостей передбачається програмою нашого тренінгового заняття, яке розглядаємо як профілактично-розвивальний тренінг.

На індивідуальному рівні саморозвиток відбувається як у неусвідомлених, стихійних формах (імітація, стихійна адаптація, гра), коли учень не ставить за мету змінити себе власними зусиллями, так і в усвідомлених формах (самовиховання, самоосвіта, самотворення, самовдосконалення), коли особистість виступає суб'єктом цілеспрямованої діяльності. У зв'язку з цим на певних етапах тренінгового заняття необхідно пропонувати учням домашні завдання, вправи на самостійний розвиток, зокрема вольових якостей.

Здатність до саморозвитку, згідно з даними психолого-педагогічних досліджень, більшою мірою з'являється саме в ранньому юнацькому віці, який відповідає віковому періоду учнів ЗП(ПТ)О, та є сприятливим для самовдосконалення. Необхідно мати на увазі, що

саморозвиток учнів за ступенем стійкості та тривалості може бути епізодичним, систематичним, з частковим або тотальним характером і спрямовуватись на формування чи викорінення певних рис особистості. Головним завданням саморозвитку є спрямування учня до самоефективності, самоактуалізації. З поняттям «саморозвиток» тісно пов'язуємо поняття «самопрофілактика наркотичної залежності».

Під час індивідуально-психологічного консультування, профілактично-розвивального тренінгу необхідно формувати в учнів розуміння того, що саморозвиток потребує: активного усвідомлення свого «Я», тобто розвитку самосвідомості; навчитись ефективно контактувати з навколишнім світом – розвивати світогляд; опиратися на попередній життєвий досвід; прагнути здійснювати певну роботу над собою – своїми думками, почуттями, діями.

При вибудові профілактичної роботи важливо враховувати, що основи процесу саморозвитку мають фізіологічну, психологічну, соціальну та педагогічну складові. Фізіологічною основою саморозвитку є саморегуляція вищої нервової системи – найдосконалішої з усіх відомих самонастроюваних та саморегульованих систем. У процесі діяльності вищої нервової системи спрацьовують безумовні та умовні рефлекси, які взаємодіють і впливають на інші психофізіологічні процеси. Одним із проявів цієї взаємодії, що здійснюється на високому рівні розумової діяльності, є цілеспрямований саморозвиток, самоактуалізація особистості, при яких розвиваються позитивні риси характеру, підвищуються інтелектуальні можливості учня.

З психологічної точки зору, саморозвиток є ефективним шляхом вдосконалення людиною основних психічних процесів, зовнішніх проявів її життєздатності.

Соціальною основою цього поняття є визначення учнем своєї ролі в колективі та прагнення до її поліпшення. Процес взаємодії учня та колективу здебільшого залежить від рівня інтелекту учня, його духовного й фізичного потенціалу.

Педагогічною основою саморозвитку є взаємодія між процесом зовнішньої поведінки учня та його внутрішнім регулюванням. Тому необхідно формувати в учнів соціальні та особистісно значущі цілі, стимули, мотиви, риси, які створюють сприятливі умови для саморозвитку.

Самопізнання, самооцінка, саморегуляція є складовими процесу саморозвитку. Самопізнання є початковою ланкою функціонування самосвідомості. Через самопізнання учень має уяву про самого себе як суб'єкта, який відрізняється від інших. Це знання

входить у зміст самосвідомості як її стержень, осердя. Учень не лише усвідомлює зовнішній, видимий бік власних дій і вчинків – до сфери самопізнання залучається система найрізноманітніших мотиваційних компонентів, що регулюють його поведінку та діяльність. Тобто, основними способами пізнання учнями себе є самосприйняття та рефлексія, зіставлення знань про себе з внутрішнім «Я». При цьому провідними способами вивчення власного внутрішнього світу стають складні форми самоаналізу, зокрема аналіз мотивів власної поведінки. У результаті зіставлення учнем форм поведінки, аналізу й оцінки відбувається усвідомлення себе як суб'єкта, якому належать певні стани та властивості, а власне «Я» усвідомлюється як цілісне утворення, як єдність зовнішнього і внутрішнього буття.

Як зазначалося, на етапі констатувального та формувального експериментів, ціннісні орієнтації, що характеризують внутрішній світ учня, спрямовують і регулюють його поведінку та діяльність, лягають в основу орієнтирів життя, а, отже, певним чином спрямовують стратегії усвідомленого саморозвитку учня, самовдосконалення.

У результаті інтегрованої роботи самопізнання та емоційно-ціннісного ставлення до себе формується самооцінка учня. Водночас вона може змінюватись, оскільки процес формування особистості є постійним. Від адекватності самооцінки залежать взаємодія учня з оточенням, його віра у власні сили, критичність, вимогливість до себе, ставлення до успіху та власних невдач, його подальший успішний розвиток. В описі програми формувального експерименту зазначено, що важливим компонентом саморозвитку є саморегуляція, тобто вміння учня керувати емоціями, почуттями, діями, вчинками, поведінкою. Рушійною силою саморегуляції виступає воля, яка виникає та формується у повсякденній практичній діяльності учня, виявляється в наочній формі через конкретну живу дію.

Як стверджувалося вище, важливим аспектом саморозвитку є також логічне мислення, вміння аналізувати ситуації, свої вчинки, передбачати їх наслідки, що сприяє виробленню вимогливості до себе як постійної риси характеру. Учні мають усвідомити, що їхня доля залежить більшою мірою від них самих, а саморозвиток є особистою справою. Психолог лише має сприяти їм у визначенні шляхів саморозвитку.

У процесі саморозвитку варто навчати учнів спеціальним прийомом роботи над собою: самопереконання, самопідбадьорювання, самосхвалення, самонаказ, самовладання, самообмеження, самонавіювання, самостимулювання, самоаналіз, самоконтроль,

самозаохочення, планування, самозобов'язання, самохарактеристика [40].

На завершення зазначимо, що розроблені нами рекомендації пропонують лише альтернативну точку зору на досліджувану проблематику й не претендують на повноту та завершеність. Однак вони дають чітке уявлення практичним психологам і соціальним педагогам щодо використання системи психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів ЗП(ПТ)О.

ВИСНОВКИ

Теоретичний аналіз проблеми профілактики наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти показав, що проблема пошуку ефективних засобів профілактики наркотичної залежності посідає важливе місце в педагогічній та віковій психології, оскільки проблема виникнення та попередження схильності молодих людей до вживання наркотичних речовин є гостро актуальною для сучасного світу, в тому числі й у середовищі учнів ЗП(ПТ)О України. За таких умов зростає роль профілактики наркотичної залежності безпосередньо в закладах професійної (професійно-технічної) освіти. Прогностичне виявлення факторів наркотичної залежності учнівської молоді є необхідною умовою розробки ефективних засобів її профілактики.

Однією з пріоритетних і достатньо складною проблемою психологічної служби сучасної освіти є створення системи психопрофілактичної роботи з формування в учнів усвідомленого ставлення до загрози наркотизації. Вирішення цього завдання залежить від наявності ефективних психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнівської молоді.

В якості методологічного базису дослідження проблеми виступає особистісний підхід, сутність якого полягає в розумінні особистості як суб'єкта продуктивної діяльності, підсилення її внутрішніх ресурсів ефективної самоорганізації та саморегуляції, здатності до самопрофілактики та самореалізації в динамічному соціальному середовищі.

Отже, особистісний підхід, який ґрунтується на синтезі видобутих педагогічною і психологічною наукою закономірностей будови, функціонування та розвитку особистості, сукупності концептуальних уявлень, принципів, психодіагностичних і психодідактичних засобів, які сприяють більш глибокому та всеохоплюючому розумінню особистості учня професійно-технічного навчального закладу, що є базисом створення належних умов для його гармонійного розвитку та саморозвитку.

Розроблена авторська система психологічних засобів профілактики наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти, що включає психологічну просвіту, індивідуально-психологічне консультування та профілактично-розвивальний тренінг, допомагає учням змінити порушені, дезадаптовані форми поведінки, сформувати мотивацію на зміну

емоційного та когнітивного реагування, сприяє розвитку здорових, адаптивних форм поведінки.

Система психологічних засобів профілактики наркотичної залежності, спрямована до підструктур особистості учня (спілкування, спрямованість, характер, самосвідомість, досвід, інтелект, психофізіологія), забезпечує довготривалість та інтенсивність психологічних впливів, їх застосування на всіх етапах роботи.

Проведене дослідження дало можливість виробити методичні рекомендації для практичних психологів і соціальних педагогів щодо удосконалення профілактичної роботи із запобігання наркотичної залежності учнів закладів професійної (професійно-технічної) освіти та використання системи психологічних засобів профілактики.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ І ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. **Абрамова, Г. С.** Практикум по психологическому консультированию / Г. С. Абрамова. – М.: Академия, 1996. – 128 с.
2. **Адлер, А.** Очерки по индивидуальной психологии / Альфред Адлер; [пер. с нем., науч. ред. А. М. Боковикова]. – Москва: Когито-Центр, 2002. – 218 с.
3. **Адлер, А.** Практика и теория индивидуальной психологии: [пер. с нем.] / Альфред Адлер. – М.: Фонд «За экономическую грамотность», 1995. – 296 с.
4. **Амосов, Н. М.** Разум глазами кибернетика / Н. М. Амосов // Неделя: газета: прилож. к газ. «Известия» / ВС СССР. – 1969, март. – М., 1969. – Еженед.
5. **Ананьев, Б. Г.** Человек как предмет познания / Борис Герасимович Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
6. **Асмолов, А. Г.** Личность как предмет психологического исследования / А. Г. Асмолов. – М.: МГУ, 1984. – 104с.
7. **Асмолов, А. Г.** Психология личности / А. Г. Асмолов. – М.: МГУ, 1990. – 367 с.
8. **Ахмедов, Г.** Наркомания. Преступность. Ответственность / Г. Ахмедов, М. Кадыров. – Ташкент: Узбекистан, 1989. – 163 с.
9. **Бабаян, Э. А.** Наркология / Э. А. Бабаян, М. Х. Гонопольский. – М.: Медицина, 1987. – 336 с.
10. **Бакалюк, О.** Молодь і психоактивні речовини: фактори ризику і захисту / Олег Бакалюк, Ніна Олійник // Психологія і суспільство: науковий журнал / гол. ред. Фурман Анатолій Васильович. – 2011. – №3. – С. 70–95.
11. **Балл, Г. О.** Аналіз сутності особистої свободи у контексті гуманізації освіти і виховання / Г. О. Балл // Діалог культур : Україна у світовому контексті. Філософія освіти : зб. наук. пр. / під ред. І. А. Зязюна [та ін.]. – Львів: Світ, 1999. – Вип. 4. – С. 33–42.
12. **Балл, Г. А.** Інтегративно-особистісний підхід у психології: впорядкування головних понять / Георгій Балл // Психологія і суспільство: науковий журнал / гол. ред. Фурман Анатолій Васильович. – 2009. – №4. – С. 25–53.
13. **Балл, Г. А.** Концепция самоактуализации в гуманистической психологии / Г.А. Балл. – Киев–Донецк: Ровесник, 1993. – 32 с.

14. **Балл, Г. А.** Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г. А. Балл // Вопросы психологии: журнал / гл. ред. А. М. Матюшкин. – 1989. – №1. – С. 92–100.
15. **Баринаова, А. Н.** Педагогические аспекты профилактики вредных привычек у юношей: дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Баринаова Анна Николаевна. – Владимир, 2006. – 258 с.
16. **Батигін, Г. С.** Лекции по методологии социологических исследований : учеб. для высш. учеб. завед. / Г.С. Батигін – М.: Аспект Пресс, 1995. – 211 с.
17. **Белогуров, С. Б.** Наркотики и наркомания: книга для всех / С. Б. Белогуров. – М.: Бином ; СПб.: Университет. кн., 1997. – 112 с.
18. **Бернс, Р.** Развитие Я-концепции и воспитание: [пер. с англ.] / Р. Бернс; общ. ред и вступ. ст. В. Я. Пилиповського. – М.: Прогресс, 1986. – 420 с.
19. **Беспалько, В. В.** Визначення медико-соціальних чинників ризику виникнення наркоманії серед учнів навчальних закладів : метод. рек. / В. В. Беспалько; [Кам'янець-Подільський держ. педагогічний ун-т. Кафедра анатомії і фізіології людини та валеології]. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. – 19 с.
20. **Беспалько, В. В.** Визначення медико-соціальних чинників формування наркоманії серед учнівської молоді та обґрунтування її первинної профілактики на прикладі західного регіону України : дис. ... канд. мед. наук : 14.02.03 / Беспалько Віктор Вікторович. – К.: Український ін-т громадського здоров'я МОЗ України, 2002. – 222 арк.
21. **Бех, І. Д.** Особистісно зорієнтоване виховання / І. Д. Бех. – К.: ІЗМН МО України, 1998. – 204 с.
22. **Битенский, В. С.** Клинические и терапевтические аспекты наркоманий в подростковом возрасте: автореф. дисс. на соискание учен. степени д-ра. мед. наук : спец. 14.00.45 «Наркология» / Битенский В. С. – М., 1991, – 36 с.
23. **Блейхер, В. М.** Психологическая диагностика интеллекта и личности / В. М. Блейхер, Л. Ф. Бурлачук. – К.: Высшая школа, 1978. – 142 с.
24. **Боживич, Л. И.** Избранные психологические труды: проблемы формирования личности / Л. И. Боживич. – М.: Междунар. пед. академия, 1995. – 212 с.
25. **Бойченко, Т. Є.** Освітні профілактичні програми / Т. Є. Бойченко. – К.: Главник, 2006. – 128 с.

26. **Болтівець, С. І.** Педагогічна психогігієна: теорія та методика : монографія / С. І. Болтівець. – К.: Редакція Бюлетеня ВАК України. – 2000. – 302 с.
27. **Болтівець, С. І.** Психологічне обґрунтування заходів профілактичної роботи в навчальних закладах з метою профілактики наркоманії, токсикоманії, алкоголізму / С. І. Болтівець // Практична психологія та соціальна робота: журнал / гол. ред. Губенко О.В. – 2004. – №12. – С. 56–59.
28. **Бондаренко, А. Ф.** Психологическая помощь: теория и практика: пособие / А. Ф. Бондаренко. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2000. – 368 с.
29. **Братусь, Б. С.** Психологические аспекты нравственного развития личности / Б.С. Братусь. – М.: Знание, 1994. – 64 с.
30. **Букановская, Т. И.** Эмоциональное переживание и психологическая защита в структуре синдрома зависимости у больных опийной наркоманией / Т. И. Букановская // Вопросы наркологии: научно-практ. журнал / гл. ред. Н. Н. Иванец. – 1992. – №3–4. – С. 157–161.
31. **Бурлачук, Л. Ф.** Основы психотерапии: учеб. пособ. для студ. / Бурлачук Л. Ф., Грабская И. А., Кочарян А. С. – К.: Ника-Центр; М.: Алетейа, 1999. – 320 с.
32. **Буянов, М. И.** Основы психотерапии детей и подростков: практ. руководство / М. И. Буянов. – К.: Выща шк., 1990. – 191 с.
33. **Васьківська, С. В.** Основи психологічного консультування: навч. посіб. / С. В. Васьківська. – К.: Четверта хвиля, 2004. – 256 с.
34. **Вачков, И. В.** Основы психотехнологии группового тренинга. Психотехники: учеб. пособ. / И.В. Вачков. – 2-е изд. – М.: Ось-89, 2000. – 224 с.
35. **Великий тлумачний словник** сучасної української мови / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. – К.; Ірпінь: Перун, 2001. – 1440 с.
36. **Виклики** до профілактичних програм, спрямованих на зменшення уразливості молоді в умовах епідемії ВІЛ/СНІДу: аналітичний звіт / О.М. Балакірева, Т.В. Бондар, Я.О. Сазонова, К.А. Саркісян. – К.: Інжинірінг, 2010. – 80 с.
37. **Выготский, Л. С.** История развития высших психических функций: собр. соч. в 6 т. / Л.С. Выготский. – М.: Педагогика, 1983. – Т. 3. – 361 с.

38. **Выготский, Л. С.** Педагогическая психология / Л. С. Выгодский. – М.: Педагогика, 1991. – 480 с.
39. **Вікова психологія: підручник** / за ред. проф. Г.С. Костюка. – К.: Рад. шк., 1976. – 268 с.
40. **Вітульська, З.** Мистецтво керувати собою / Зоя Вітульська // Психолог [Шкільний світ] : всеукр. газета. – 2012. – №4. – С. 4–10.
41. **Власова, О. І.** Основи психології та педагогіки : підручник / О. І. Власова, А. А. Марушкевич. – 2-ге вид., переробл. – К. : Знання, 2011. – 333 с.
42. **Волков, Б. С.** Методология и методы психологического исследования / Волков Б. С., Волкова Н. В., Губанов А. В.: учеб. пособ. для вузов. – 4-е изд., испр. и доп.. – М.: Академический Проект; Фонд «Мир», 2005. – 352с.
43. **Гальперин, П. Я.** Введение в психологию / П. Я. Гальперин. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 150 с.
44. **Гершунский, Б. С.** Дидактическая прогностика: [пер. с англ.] / Б. С. Гершунский, Я. Пруха. – М.: Педагогика, 1991. – 240 с.
45. **Глотова, Г. А.** Социальная педагогика, психология и психотехника / Г.А. Глотова // Социальная педагогика: теория, методика, опыт, исследования / отв. ред. В. Д. Семенов. – Свердловск: Изд-во Уральского университета, 1989. – С. 43.
46. **Гончаренко, С. У.** Педагогічні дослідження: методологічні поради молодим науковцям / С. У. Гончаренко. – Київ–Вінниця: Вінниця, 2008. – 278 с.
47. **Гуменюк, О. Є.** Психологія Я-концепції: навч. посіб. / О. Є. Гуменюк. – Тернопіль: Економічна думка, 2004. – 310 с.
48. **Дуткевич, Т. В.** Конфліктологія з основами психології управління: навч. посіб. / Т.В. Дуткевич. – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 456 с.
49. **Етика ділового спілкування: курс лекцій** / Т. К. Чмут, Г. Л. Чацка, М. П. Лукашевич, І. Б. Осечинська. – К.: МАУП, 1999. – 208 с.
50. **Завьялов, В. Ю.** Психологические аспекты формирования алкогольной зависимости / В. Ю. Завьялов. – Новосибирск: Наука, 1988. – 198 с.
51. **Золотова, Г. Д.** Соціально-педагогічна профілактика адитивної поведінки студентів (на прикладі навчальних закладів І-ІІ рівня акредитації) : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед.

наук: спец. 13.00.05 «Соціальна педагогіка» / Г. Д. Золотова. – Луганськ: Луганський нац. пед. ун-т ім. Тараса Шевченка, 2006. – 20 с.

52. **Каспрік, Н. М.** Психологічні засоби діагностики та профілактики схильності до наркотичної залежності в учнів професійно-технічних навчальних закладів: метод. посіб. / Н. М. Каспрік. – Хмельницький: ХНУ, 2005. – 58 с.

53. **Каспрік, Н. М.** Система профорієнтаційної роботи в закладах професійної освіти : метод. посіб. / Н. М. Каспрік. – вид. 2-е. – Хмельницький: Цюпак А. А., 2006. – 58 с.

54. **Кісарчук, З. Г.** Просвітницька і профілактична робота / З. Г. Кісарчук // Основи практичної психології: підручник / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева [та ін.]. – К.: Либідь, 1999. – С. 256–267.

55. **Класний керівник** у сучасній школі: метод. посіб. / В. М. Оржеховська, О. І. Пилипенко [та ін.]. – К.: Інститут змісту і методів навчання, 1996. – 156 с.

56. **Климов, Е. А.** Образ мира в разнотипных профессиях / Е. А. Климов. – М.: МГУ, 1995. – 221 с.

57. **Климов, Е. А.** Психология профессионального самоопределения / Е. А. Климов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – 512 с.

58. **Князева, Е. М.** Синергетика как новое мироведение: диалог с Пригожиным / Е. М. Князева, С. М. Курдюмов // Вопросы философии: журнал / гл. ред. В. А. Лекторский. – 1992. – №12. – С. 3–20.

59. **Комунікативні техніки** зміни поведінки підлітків та молоді: навч.-метод. посіб. / уклад.: Вороник Б. М., Коломієць В. П. [та ін.]. – К.: «День печати», 2008. – 136 с.

60. **Кон, И. С.** В поисках себя: личность и ее самосознание / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.

61. **Кон, И. С.** Открытие «Я» / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1978. – 368 с.

62. **Кон, И. С.** Психология ранней юности / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 255 с.

63. **Консультативна психологія і психотерапія** / за ред. С. Д. Максименка, З. Г. Кісарчук. – К.: Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України, 2002. – 177 с.

64. **Костюк, Г. С.** Роль професійного самовизначення в процесі формування особистості / Г. С. Костюк // Питання професійної

орієнтації учнів / відповід. ред. В. П. Киричук. – К.: Радянська школа, 1969. – С. 3–14.

65. **Кочунас, Р.** Основы психологического консультирования : [пер.с лит.] / Р. Кочунас. – М.: Академический проект, 1999. – 240 с.

66. **Кривоногова, О. В.** Психологічні чинники виникнення у підлітків опійної наркоманії та її корекція: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія» / Кривоногова О. В. – Одеса: Південноукраїнський нац. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського, 2010. – 24 с.

67. **Курек, Н. С.** Медико-психологический поход к диагностике повышенного риска заболевания наркоманией у подростков и коррекция их эмоциональных нарушений / Н. С. Курек // Вопросы психологии : журнал / гл. Е. В. Щедрина. – 1993. – №1. – С. 66–71.

68. **Курек, Н. С.** Эмоциональное общение матери и дочери как фактор формирования аддитивного поведения в подростковом возрасте / Н. С. Курек // Вопросы психологии: журнал / гл. Е. В. Щедрина. – 1997. – №2. – С. 48–60.

69. **Левченко, Т. И.** Современные дидактические концепции в образовании / Т.И. Левченко. – К.: МАУП, 1995. – 168 с.

70. **Леонгард, К.** Акцентуированные личности: [пер с нем.] / К Леонгорд. – Ростов н/Д : Феникс, 2000. – 544 с.

71. **Леонтьев, А. Н.** Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М.: Политиздат, 1975. – 304 с.

72. **Леонтьев, В. Г.** Психологические механизмы мотивации учебной деятельности: учеб. пособ. / В.Г. Леонтьев. – Новосибирск: НГПИ, 1987. – 89 с.

73. **Листопад, А. А.** Профилактика наркомании в студенческой среде: учеб. пособ. / А.А. Листопад. – Одесса: Маяк, 2005. – 312 с.

74. **Личко, А. Е.** Подростковая наркология: руководство для врачей / А.Е. Личко, В.С. Битенский. – Л.: Медицина, 1991. – 304 с.

75. **Личко, А. Е.** Подростковая психиатрия : руководство для врачей / А. Е. Личко. – Изд. 2-е доп. и перераб. – Л.: Медицина, 1985. – 416 с.

76. **Личко, А. Е.** Психопатии и акцентуации характера у подростков / А. Е. Личко. – Изд. 2-е. – Л.: Медицина, 1983. – 253 с.

77. **Максименко, С. Д.** Актуальні питання профілактики наркоманії / С. Д. Максименко // Практична психологія та соціальна робота: журнал / гол. ред. Губенко О. В. – 2004. – №10. – С. 1–3.

78. **Максименко, С. Д.** Загальна психологія: навч. посіб. / С. Д. Максименко. – К.: Центр навчальної літератури, 2004. – 272 с.
79. **Максименко, С. Д.** Психологія особистості / С. Д. Максименко, К. С. Максименко, М. В. Папуча. – К.: Вид-во ТОВ КММ, 2007. – 296 с.
80. **Максименко, С. Д.** Теорія і практика психолого-педагогічного дослідження / С. Д. Максименко. – К.: НДПП, 1990. – 239с.
81. **Максимова, Н. Ю.** Безпека життєдіяльності: соціально-психологічні аспекти алкоголізму та наркоманії: навч. посіб. / Н. Ю. Максимова. – К.: Либідь, 2006. – 328 с.
82. **Максимова, Н. Ю.** Основи дитячої патопсихології: навч. посіб. / Максимова Н. Ю., Мілютіна К.Л., Піскун В.М. – К.: Перун, 1996. – 464 с.
83. **Максимова, Н. Ю.** Психологічні фактори узалежнення неповнолітніх від алкоголю і наркотиків та засоби його попередження: дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / Максимова Наталія Юріївна. – К.: Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 1998. – 468 с.
84. **Максимова, Н. Ю.** Психологія девіантної поведінки: навч. посіб. / Н. Ю. Максимова. – К.: Либідь, 2011. – 520 с.
85. **Максимова, Н. Ю.** Соціально-психологічний аспект профілактики адиктивної поведінки підлітків та молоді / Н.Ю. Максимова, С.В. Толстоухова. – К., 2000. – 200 с.
86. **Макшанов, С. И.** Тренировка воли / С.И. Макшанов. – СПб., 1994. – 24 с.
87. **Маслоу, А.** Мотивация и личность: [пер. с англ.] / А. Маслоу. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 351 с.
88. **Маслоу, А.** Психология бытия / А. Маслоу. – М.: Рефл-бук, Ваклер, 1997. – 300с.
89. **Машек, Ю. О.** Усунення залежності від азартних ігор: навч. посіб. / Ю. О. Машек. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 104 с.
90. **Мэй, Р.** Искусство психологического консультирования / Р. Мэй. – М.: Педагогика, 1994. – 189 с.
91. **Молодежь и наркотики** (социология наркотизма) / под ред. проф. В. А. Соболева и доц. И. П. Рущенко. – Харьков: Торсино, 2000. – 432 с.
92. **М'ясоїд, П. А.** Загальна психологія: навч. посіб. для студ. вищ. пед. навч. закл / П.А. М'ясоїд. – К.: Вища школа, 2004. – 487 с.

93. **Нагорна, А. М.** Профілактика наркоманії серед підлітків: навч. посіб. для студ. вищих навч. закл. / А. М. Нагорна, В. В. Беспалько. – Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2001. – 167 с.
94. **Наркомании у подростков** / Битенский В.С., Херсонський Б. Г. [и др.]. – К.: Здоровье, 1989. – 216 с.
95. **Наследов, А. Д.** Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных: учеб. пособ. / А. Д. Наследов. – 3-е изд., стереотип. – СПб.: Речь, 2008. – 392 с.
96. **Науково-методичні засади** діяльності психологічної служби: навч.-метод. посіб.: в 2 т. / за ред. В. Г. Панка, І. І. Цушка. – К.: Ніка-Центр, 2005. – Т. 2. – 284 с.
97. **Немов, Р. С.** Психология: в 3 кн. Кн. 1. Общие основы психологии: учеб. для студ. высш. пед. учеб. завед. / Р. С. Немов. – 4-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 688 с.
98. **Новацький, Т. В.** Рука, що творить / Т.В. Новацький; перекл. з польськ. Ю. Родик, Ю. Салати. – Львів: Літопис, 2007. – 104 с.
99. **Обозов, Н. Н.** Психологическое консультирование: метод. пособ. / Н. Н. Обозов. – СПб.: Санкт-Петербургский гос. ун-т, 1993. – 51 с.
100. **Образцов, П. И.** Методы и методология психолого-педагогического исследования / П. И. Образцов. – СПб.: Питер, 2004. – 268 с.
101. **Оржеховська, В. М.** Духовність і здоров'я: навч. посіб. / В.М. Оржеховська. – 2-ге вид., доп. – Черкаси, 2007. – 216 с.
102. **Оржеховська, В. М.** Профілактика правопорушень серед неповнолітніх: навч.-метод. посіб. / В. М. Оржеховська. – К., 1996. – 352 с.
103. **Основи практичної психології:** підручник / Панок В., Титаренко Т., Чепелева Н. [та ін.]. – К.: Либідь, 1999. – 536 с.
104. **Основи психології і педагогіки:** навч.-метод. посіб. / Скрипченко О. В., Бушай І. М., Скрипченко Л. О. – К.: Вид-во Нац. ун-ту ім. М. П. Драгоманова, 2003. – 145 с.
105. **Основы** профессионального психофизиологического отбора военных специалистов / под ред. Б. А. Пухова. – М.: МО СССР, 1981. – 428 с.
106. **Пальчевський, С. С.** Соціальна педагогіка: навч. посіб. / С.С. Пальчевський. – К.: Кондор, 2005. – 560 с.
107. **Панок, В. Г.** Організація антинаркотичної профілактичної роботи в навчальних закладах / В. Г. Панок // Науково-

методичні засади діяльності психологічної служби: навч.-метод. посіб.: в 2 т. / за ред. В. Г. Панка, І. І. Цушка. – К.: Ніка-Центр, 2005. – Т. 2. – С. 19–33.

108. **Папуча, М. В.** Психологія ранньої юності: навч.-метод. посіб. / М. В. Папуча. – Ніжин: РВВ НДПУ, 2001. – 137 с.

109. **Парламентські слухання.** Соціально-економічні проблеми ВІЛ/СНІДу, наркоманії та алкоголізму в Україні та шляхи їх розв'язання: рекомендації [Електронний ресурс] / Верховна рада України. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1426-IV#Text>. – Заголовок з екрану.

110. **Пасечнікова, Л. П.** Технологія досягнення професійного успіху. 11 клас: навч.-метод. посіб. для вчит. / Л. П. Пасечнікова. – Х.: Вид. група «Основа»: «Тріада +», 2007. – 224 с.

111. **Петровский, А. В.** Основы теоретической психологии / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – М.: Инфра, 1998. – 526 с.

112. **Платонов, К. К.** Структура и развитие личности / К. К. Платонов. – М.: Наука, 1986. – 56 с.

113. **Подмазін, С. І.** Як допомогти підлітку з «важким» характером / С. І. Подмазін, О. І. Сібіль. – К.: Перспектива, 1996. – 160 с. [Рос. мовою].

114. **Помиткін, Е. О.** Духовний розвиток учнів у системі шкільної освіти: наук.-метод. посіб. / Е. О. Помиткін. – К.: ІЗМН, 1996. – 164 с.

115. **Потапчук, Є. М.** Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців: монографія / Є. М. Потапчук. – Хмельницький: Вид-во Національної академії ДПСУ, 2004. – 323 с.

116. **Предупреждение подростковой и юношеской наркомании** [Текст]: монографія / [под ред.: Березина С. В., Лисецкого К. С., Орешниковой И. Б.]. – М.: изд-во Института психотерапии, 2000. – 256 с.

117. **Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі** [Електронний ресурс]: указ №1808 від 25 травня 2020 р. / Президент України. – Режим доступу: <https://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/195/2020>. – Заголовок з екрану.

118. **Про Порядок проведення моніторингу наркотичної та алкогольної ситуації в Україні:** постанова №689 від 10 липня 2019 р. / Кабінет Міністрів України [Електронний ресурс]. – Режим доступу:

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/689-2019-%D0%BF#Text>– Заголовок з екрану.

119. **Про схвалення Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року** [Електронний ресурс]: розпорядження №1018-р від 27 грудня 2017 р. / Кабінет Міністрів України. – 2017. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-p> – Заголовок з екрану.

120. **Профілактика** ВІЛ/СНІДу, наркоманії, алкоголізму серед учнів і студентів: тренінгові і соціально-реабілітаційні програми: в 3 т. / за ред. В. Г. Панка, І. І. Цушка. – К.: Ніка-Центр, 2005. – Т.1. – 248 с.

121. **Профилактика** наркомании у подростков: от теории к практике / Сирота Н. А., Ялгонский В.М., Хажиллина И.И., Видерман Н.С. – М.: Генезис, 2001. – 216 с.

122. **Прохоров, А. О.** Методы психической саморегуляции: учеб. пособ. / А. О. Прохоров. – Казань: Казан. гос. пед. ин-т., 1990. – 107 с.

123. **Психология.** Словарь / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.

124. **Пятницкая, И. Н.** Клиническая наркология / И. Н. Пятницкая. – Л.: Медицина, 1975. – 332 с.

125. **Пятницкая, И. Н.** Наркомании: руководство для врачей / И. Н. Пятницкая. – М.: Медицина, 1994. – 544 с.

126. **Рай, Л.** Развитие навыков тренинга / Л. Рай. – СПб: Питер, 2002. – 208 с.

127. **Райгородской, Д. Я.** Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособ. / Д. Я. Райгородской. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2003. – 672 с.

128. **Рибалка, В. В.** Методологічні питання наукової психології (довід особистісно центрованої систематизації категоріально-поняттєвого апарату): навч.-метод. посіб. / Валентин Васильович Рибалка. – К.: Ніка-Центр, 2003. – 204 с.

129. **Рибалка, В. В.** Особистісний підхід у профільному навчанні старшокласників: монографія / В. В. Рибалка. – К.: Деміур, 1998. – 160 с.

130. **Рибалка, В. В.** Особистісно центроване консультування клієнтів із патогенною психодинамічною неконгруентністю: метод. посіб. / В. В. Рибалка. – К.: Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН

України, Ін-т педагогіки і психології професійної освіти АПН України, 2005. – 58 с.

131. **Рибалка, В. В.** Психологія професійного самовизначення для здорових старшокласників: метод. реком. / В. В. Рибалка. – К.: ІППО АПН України, 2004. – 24 с.

132. **Рибалка, В. В.** Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці: навч. посіб. / В.В. Рибалка. – Одеса: Букаєв Вадим Вікторович, 2009. – 575 с.

133. **Рибалка, В. В.** Честь і гідність особистості як предмет діяльності практичного психолога / В. В. Рибалка. – К.: Шк. світ, 2010. – 128 с.

134. **Роджерс, К.** Клиентоцентрированная терапия / К. Роджерс. – М.: Рефел-бук; К.: Ваклер, 1997. – 320 с.

135. **Роджерс, К.** Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы: [пер. с англ.]: монография / К. Роджерс. – М.: ЭКСМО Пресс, 2000. – 464 с.

136. **Роджерс, К.** О групповой психотерапии / К. Роджерс. – М., 1993. – 224 с.

137. **Романова, О. Л.** Методологические аспекты первичной профилактики зависимости от психоактивных веществ у детей / О.Л. Романова // Вопросы наркологии: журнал / гл. ред. Н. Н. Иванец. – 1997. – №2. – С. 67–75.

138. **Рубинштейн, С. Я.** Основы общей психологии / С. Я. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1989. – 323 с.

139. **Тальзина, Н. Ф.** Теоретические основы контроля в учебном процессе / Н.Ф. Тальзина. – М.: Высшая шк., 1983. – 49 с.

140. **Тарасенко, І. О.** Статистика: навч. посіб. / І. О.Тарасенко. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 344 с.

141. **Томчук, М. І.** Методологічні засади дослідження та формування психологічної готовності особистості до діяльності / Михайло Томчук // Психологія і суспільство: науковий журнал / гол. ред. Фурман Анатолій Васильович. – 2010. – №4. – С. 41–46.

142. **Тренинг** развития жизненных целей (программа психологического содействия успешной адаптации) / Алиева М. А., Гришанович Т. В., Лобанова Л. В. [и др.]; под ред. Е. Г. Трошихиной. – СПб.: Речь, 2001. – 216 с.

143. **Савчин, М. В.** Вікова психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / М. В. Савчин, Л. П. Василенко. – К.: Академвидав, 2005. – 360 с.

144. **Савчин, М.** Методологічні та практичні проблеми психотерапії у контексті духовної парадигми психології / Мирослав Савчин // Психологія і суспільство: науковий журнал / гол. ред. Фурман Анатолій Васильович. – 2009. – №4. – С. 229–241.
145. **Савчин, М. В.** Психологія відповідальної поведінки / М. В. Савчин. – К.: Україна-Віта, 1996. – 130 с.
146. **Сельє, Г.** Стресс без дистреса / Ганс Сельє. – М., 1982. – 127 с.
147. **Семиченко, В. А.** Психологія особистості / В. А. Семиченко. – К.: Ешке О. М., 2001. – 427 с.
148. **Словарь** практического психолога / сост. С. Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1997. – 800 с.
149. **Собчик, Л. Н.** Введение в психологию индивидуальности / Л. Н. Собчик. – М.: Институт прикладной психологии, 1998. – 512 с.
150. **Состояние** наркологической помощи несовершеннолетним в Российской Федерации и предложения по её совершенствованию / Цеплигин М. Г., Кошкина С. А., Шамота А. З., Надеждин А. В. // Вопросы наркологии: журнал / гл. ред. Н. Н. Иванец. – 1997. – №4. – С. 31–39.
151. **Становських, З. Л.** Рефлексивні компоненти професійного самовизначення старшокласників: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Становських Зінаїда Ліландівна. – К.: ІПППО АПН України, 2005. – 220 с.
152. **Столин, В. В.** Самосознание личности / В.В. Столин. – М.: Изд-во МГУ, 1983. – 286 с.
153. **Сухомлинський, В. О.** Народження громадянина: вибр. твори : у 5 т. / В. О. Сухомлинський. – К.: Рад. шк., 1976-1977. – Т. 1. – 470 с.
154. **Український педагогічний словник** / уклад. С. У. Гончаренко. – К.: Либідь, 1997. – 375 с.
155. **Федоришин, Б. О.** Психолого-педагогічні основи професійної орієнтації: дис. ... доктора пед. наук. : 13.00.04 / Федоришин Борис Олексійович. – К.: Інст-т ПіППО АПН України, 1996. – 383 с.
156. **Федоров, В. Д.** Комуникативний простір становлення особистості: психотехнологічний ракурс: навч.-метод. посіб. / В. Д. Федоров. – Хмельницький: ХОППО, 2009. – 404 с.
157. **Федорчук, В. М.** Соціально-психологічний тренінг «Розвиток комуникативної компетентності викладача»: навч.-метод.

посіб. / В. М. Федорчук. – Кам'янець-Подільський: Абетка, 2003. – 240 с.

158. **Философский словарь** / под ред. И.Т. Фролова. – М., 1986. – 590 с.

159. **Фрейд, А.** Психология «Я» и защитные механизмы / А. Фрейд. – М.: Педагогика-Пресс, 1993. – 245 с.

160. **Фрейд, З.** Массовая психология и анализ человеческого «Я». Кн. 1. «Я» и «Оно» / З Фрейд. – Тбилиси: Мерзни, 1991. – 125 с.

161. **Фройд, З.** Психология бессознательного / Зигмунд Фройд; [сост. науч ред., автор вступ. ст. М. Г. Ярошевский]. – М.: Просвещение, 1989. – 448 с.

162. **Фромм, Э.** Анатомия человеческой деструктивности / Эрих Фромм; пер. с нем. Э. Телятниковой. – М.: АСТ Москва; Хранитель, 2007. – 624 с.

163. **Фромм, Э.** Бегство от свободы / Э. Фромм. – М.: Наука, 1991. – 252 с.

164. **Фромм, Э.** Искусство любить / Э. Фромм. – М.: Наука, 1987. – 168 с.

165. **Фурман, А. В.** Ідея професійного методологування: монографія / Анатолій Васильович Фурман. – Ялта-Тернопіль: Економічна думка, 2008. – 207 с.

166. **Фурман, А. В.** Психодіагностика інтелекту в системі диференціації навчання: кн. для вчит. / А. В. Фурман. – К.: Освіта, 1993. – 224 с.

167. **Чамата, П. Р.** Самосвідомість та її розвиток у дітей / П. Р. Чамата. – К., 1965. – 48 с.

168. **Шабанов, П. Д.** Наркоманії: патопсихологія, клініка, реабілітація / П. Д. Шабанов, О. Ю. Штакельберг; под ред. А. Я. Гриненко. – СПб.: Лань, 2000. – 368 с.

169. **Шахрай, В. М.** Технології соціальної роботи: навч. посіб. / В. М. Шахрай. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 464 с.

170. **Шейко, В. М.** Організація та методика науково-дослідницької діяльності: підручник / В.М. Шейко, Н. М. Кушнарєнко. – 3-тє вид., стер. – К.: Знання-Прес. – 2003. – 295 с.

171. **Шнейдер, Л. Б.** Девиантне поведіння дітей і підлітків / Л. Б. Шнейдер. – М.: Академический Проект; Трикста, 2005. – 336 с.

172. **Эриксон, Э.** Детство и общество / Э. Эриксон. — СПб: Университетская книга, 1996. – 239 с.

173. **Эриксон, Э.** Идентичность: юность и кризис : [пер. с англ.] / Э. Эриксон. – М., 1996. – 344 с.
174. **Юнг, К. Г.** Аналитическая психология / К. Г. Юнг. – М.: Мартис, 1995. – 380 с.
175. **Юнг, К. Г.** Проблемы души нашего времени: [пер. с нем.] / К. Г. Юнг. – М.: Прогресс; Универс, 1993. – 329 с.
176. **A theoretical analysis** (Personal Control and Stress and Coping processes) / Folkman S. // Journal of Personality and Social Psychology / Editor-in-Chief Jacob K. – 1984. – V. 46(4). – P. 839–852.
177. **Bandura, A.** Social Learning Theory / A. Bandura. – Englewood Cliffs ; N. J. Prentice Hall, 1977. – 66 p.
178. **Billings, A. G.** Coping, stress and social resources among adults with unipolar depression / A. G. Billings, R. H. Moos // Journal of Personality and Social Psychology / Editor-in-Chief Jacob K. – 1984. – V. 46. – P. 877–891.
179. **Folkman, S.** Personal Control and Stress and Coping processes: a theoretical / Folkman S., Lazarus R. // Transactional theory and research on emotion coping / E. J. Personality. – 1987. – V. 1. – P. 141–169.
180. **Haan, N.** Coping and defending: Processes of self-environment organization / N. Haan. – N. Y.: Academic press, 1977. – 457 p.
181. **Lazarus, R. S.** Coping and Health: a situation-behavior approach: theory, methods, application / Lazarus R. S., Perreé M., Reiherts M. Stress ; Hogrefe and Huber Publishers. – Seattle-Toronto-Bern-Göttingen, 1992. – 124 p.
182. **Sameroff, A. J.** Development systems: Contexts and evolution / A. J. Sameroff // History, Theories and Methods : Journal // W. Kessen (Eds.). – 1983. – V. 1. – P. 23–67.
183. **The Carl Rogers read** / Carl Rogers. – London : Comstock, 1991. – 501 p.

Навчальне видання

Сиско Наталія Миколаївна

**ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФІЛАКТИКИ
НАРКОТИЧНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ
ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ**

**Навчально-методичний посібник для педагогічних працівників
закладів професійної (професійно-технічної) освіти**

Коректор: Лісіцина А.П.

Формат 64x90/16.

Ум.-друк. арк. 10,5

Тираж 50. Зам. 12/2022.

Видавець і виготовлювач ФОП Цюпак А.А.

м. Хмельницький, вул. Ломносова, 17.

м.т. +380673932668,

Свідоцтво про держреєстрацію видавців

Серія ХЦ №019 від 25.02.2002 р.