

Модель развития самодетерминации как основа профилактики зависимого поведения подростков в современных образовательных организациях

Психология свободы или *самодетерминации* берёт своё начало в зарубежной психологической науке (А. Бандура, Дж. Истербрук, Дж. Ричлак, У. Тейджсон, Р. Харре и др.). Одной из наиболее известных и получивших развитие в работах отечественных авторов является теория *самодетерминации* Э. Деси и Р. Райана. *Самодетерминация* понимается авторами как ощущение свободы по отношению к силам, связанным с внешним окружением, и к силам внутри самой личности, а развитие *самодетерминации* представляется возможным только при удовлетворении трёх базовых потребностей человека: *в автономии (потребности действовать, исходя из глубинного ощущения себя, быть саморегулируемым), в компетентности (потребности ощущать собственное мастерство в выполнении той или иной деятельности) и в отношениях с другими людьми.*

Выделяют *четыре типа развития самодетерминации* в подростковом возрасте: ***автономный, симбиотический, импульсивный и конформный.***

Автономный тип характеризуется успешным разрешением подросткового кризиса, смещением движущих сил развития личности внутрь и формированием механизмов *самодетерминации*. Подростков этого типа отличает стабильное позитивное самоотношение, внутренняя опора, основанная на собственных критериях оценки ситуации, а также, персональная ответственность за результаты своих действий. Только данный тип развития *самодетерминации*, однажды сформировавшись в подростковом возрасте, устойчиво сохраняется на протяжении всей последующей жизни человека без трансформации в негативные формы. Следующие три типа описаны как дисфункциональные, при которых не происходит успешное формирование самодетерминации. Подростков с симбиотическим типом развития самодетерминации отличает негативное самоотношение, зависимость от внешней, преимущественно родительской, оценки. Они чувствуют себя несвободными, но ответственными за реализацию ценностей, заданных извне, а не своих собственных. При импульсивном типе самодетерминации наблюдается расплывчатое и противоречивое представление о себе и недостаток ответственности за события собственной жизни, но в принятии решений подросток опирается на себя. Для такого подростка свобода является импульсивным протестом, конфронтацией с другими. Эти подростки привязаны к себе, не склонны изменяться, не имеют четких идеалов, ими легко манипулировать. Подростки с конформным типом самодетерминации придерживаются критериев выбора, заданных извне, и склонны ссылаться на

внешние обстоятельства при оценке результатов деятельности. Самоотношение этих подростков нестабильно и зависит от внешних оценок. Позитивную оценку стараются заслужить одобряемым со стороны окружающих поведением.

Таким образом, подростковый возраст является наиболее *сензитивным* периодом развития *самодетерминации*, во многом обуславливающим ведущий тип самодетерминации на протяжении всей последующей жизни человека. Данный вывод говорит о том, что понимание свободы, основной составляющей способности к *самодетерминации*, складывается именно в подростковом возрасте. Нарушение процесса формирования автономного поведения, предполагающего осмысленное и ответственное проявление свободы, может привести к развитию противоположного её полюса – зависимости. Поэтому крайне актуально развитие *самодетерминации* как основы профилактики зависимого поведения в подростковом возрасте. Осознанное независимое стремление к достижению значимых для человека целей опирается не только на ответственность и смысловую регуляцию жизнедеятельности, как считают ученые Е.И. Белоус, Д.В. Каширского, Н.А. Тарасьян и М.В. Хватовой, свобода от негативных внешних и внутренних воздействий возможна только при максимальной духовной наполненности и понимании свободы как осознанного самоограничения. Свобода – это не просто поведение с позиции «Я хочу», это не осознанная автономия и отделение себя от мира с целью самореализации, а отделение с целью последующего слияния, с целью осознания своей целостности и единства с миром, с бытием, своей сопричастности ко всему происходящему, это *самодетерминация* на основе высших духовных ценностей с позиции «Я сознательно, добровольно и искренне хочу ради других».

Исходя из сказанного выше, *самодетерминация* понимается как один из высших уровней развития самосознания человека, включающий умение выйти за рамки узко эгоистических целей, потребностей и желаний, способность различать и выбирать истинные духовные ценности (любовь, красота, добро и проч.) и подчинять им свои поступки, способность увидеть себя в контексте мироздания и стать активным его творцом, реализующим свой потенциал во имя гуманистических, созидательных идеалов, обусловленный духовной наполненностью. Духовная наполненность, в свою очередь, - это внутреннее состояние удовлетворённости, радости, спокойствия, открытости и любви к миру, обусловленное пониманием собственного назначения и места в нём и ощущением сопричастности, единения с миром. Именно духовная наполненность является основой развития истинной внутренней свободы личности, внутренним стержнем, позволяющим выбирать только созидательные цели и средства их достижения, обеспечивающим

эмоциональный ресурс, уверенность в своей жизненной позиции и её устойчивость. Основная задача системы профилактики зависимого поведения в данной связи - помочь детям и подросткам пережить испытание свободой и обрести духовную наполненность, позволяющую понять цель и смысл собственной жизни, и, осознанно ограничивая себя от всевозможных соблазнов и искушений современного мира, двигаться в сторону достижения просоциальных целей и идеалов. Духовная наполненность особенно важна для подростков, которые находятся на этапе активного формирования системы целей, ценностей, идеалов, легко поддаются негативному внешнему воздействию. Нравственная сфера их личности ещё крайне уязвима и неустойчива, а последствия неверно выбранного направления жизни в этом возрасте зачастую бывают необратимы. Поэтому организация системы профилактики зависимого поведения на основе развития самодетерминации, базовой составляющей которой является духовная наполненность, крайне важна в среде современных подростков.