

«РЕСУРС: КАЖДЫЙ ВЫБИРАЕТ ДЛЯ СЕБЯ...» ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ШКОЛЫ

Актуальность темы

Нестабильность социальной, экономической сфер жизни общества определенно влияет на рост трудных ситуаций, с которыми сталкиваются несовершеннолетние. В современном мире серьезную озабоченность вызывают проблемы, связанные с проявлением аддиктивного поведения у несовершеннолетних, выражающиеся в их раннем приобщении к никотину, алкоголю, наркотикам.

Дети и подростки, со свойственной этому возрасту особой чувствительностью, оказываются наиболее незащищенными, уязвимыми, одинокими и психологически беспомощными перед жизненными трудностями. Часто они не готовы к изменчивым социальным требованиям, не способны критически оценивать происходящее и делать самостоятельный выбор, и брать на себя ответственность за свое поведение. Соответственно дети и подростки очень часто сталкиваются с трудными жизненными ситуациями [1; 3; 10; 11].

Личность, пытаясь разрешить трудные ситуации, предпринимает различные попытки совладания с ними. Но, не обладая эффективными навыками, не умея выбирать конструктивные способы снятия напряжения, которые давали бы несовершеннолетним возможность сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый и эффективный стиль жизни, подростки не справляются с многочисленными жизненными трудностями. Будучи не в состоянии адекватно реагировать на ситуацию, несовершеннолетние вынуждены «уходить» от проблемы. Напряжение или состояние психологического дискомфорта, которое остается от неадекватно разрешенной трудной ситуации, препятствует адекватному функционированию [6]. В силу личностных особенностей несовершеннолетних данное напряжение

может сниматься разными путями. И как следствие – может приводить к дезадаптивному и саморазрушающему поведению, в том числе и злоупотреблению различного рода психоактивными веществами [5, с. 50]. Такого рода поведение называется аддиктивным [1;3; 4].

В современной психологической литературе аддиктивное поведение понимается как форма деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), что сопровождается развитием интенсивных эмоций [1]. Возникновение аддиктивного поведения, как отмечает Е.В. Змановская, описывается с помощью ряда концептуальных моделей. В данных моделях в качестве причин, провоцирующих аддиктивное поведение, рассматриваются такие факторы как моральное несовершенство человека, биологическая предрасположенность, поведенческие привычки, нарушение значимых отношений личности, так и дисфункция всей системы «социум – личность – организм» [4, с. 123 – 126].

К формированию аддиктивного поведения у несовершеннолетних, как указывают Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский, ведет недостаточное развитие у них личностных и средовых ресурсов и использование неэффективных стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями [8, с. 66]. Следовательно, решение проблем, связанных с проявлением аддиктивного поведения, возможно только при создании условий, направленных на оказание помощи несовершеннолетним в осознании механизмов формирования их собственного поведения, развитие ресурсов, формирование социальной компетентности, развитие умений по принятию ответственности за свою жизнь, коммуникативных умений и т.п.

Анализ статистических данных, представленных Национальным статистическим комитетом РБ за 2017 и 2018 года, позволяет отметить стабилизацию обстановки в сфере правонарушений и преступлений несовершеннолетних в г. Минске [9]. Однако, как показывает анализ статистических данных по Заводскому району г. Минска, отмечается рост количества преступлений и правонарушений, совершенных несовершеннолетними, в том числе в состоянии алкогольного опьянения, на территории района [7].

С целью формирования у подростков компетенций самостоятельного, ответственного поведения, развитию умений эффективного

преодоления ими жизненных трудностей и соответственно осуществления первичной и вторичной профилактики аддиктивного поведения в условиях образовательного пространства школы разработана система мероприятий по психопрофилактике и психокоррекции аддиктивного поведения.

Таким образом, сложившаяся в молодежной среде ситуация требует принятия неотложных мер по ослаблению воздействия стрессовых ситуаций. Одним из решений данной проблемы может стать проведение профилактических программ, направленных на усвоение адаптивных способов совладания с трудными жизненными ситуациями.

1-й этап: подготовительный

1. Проведение психодиагностического исследования (в том числе психосоциального анкетирования).

2. Составление базы данных об участниках программы.

3. Создание групп волонтеров.

4. Оформление информационно-методических материалов в рамках коррекционно-развивающей, консультативной и просветительской деятельности.

5. Обучение групп волонтеров.

Измерения уровня развития личностных ресурсов и стратегий совладающего поведения посредством использования следующего диагностического инструментария: «Школа оценки уровня реактивной и личностной тревожности» (Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин), «Методика определения уровня субъективного контроля Дж. Роттера», «Методика изучения уровня самооффективности» (Дж. Маддукс, М. Шеер; в адаптации Л. Бояринцевой и Л.Р. Кричевского), опросник «Способы преодоления негативных ситуаций» (С.С. Гончарова), (в том числе проведение психосоциального анкетирования); обучающие семинары, семинары-практикумы, социально-психологический тренинг.

2-й этап: содержательно-процессуальный

1. Психологическое сопровождение обучающихся: работа группы волонтеров «Ресурс: каждый выбирает для себя...» – реализация проекта по профилактике аддиктивного поведения: социально-психологический тренинг «Копинг-профилактика употребления психоактивных веществ»; цикл психологических просвещений «Взгляни на мир по-новому!», психологический практикум «Поведение в ситуации наркотической (алкогольной, криминальной и т.д.) провокации

со стороны сверстников»; психологические практикумы «С чего начать...: профилактика зависимостей от ПАВ»; «Наркомания: трагедия личности»; обучающий семинар «Жизненные навыки: конфликтологическая компетентность»; интерактивные занятия «Мифы о курении»; «Все в твоих руках (профилактика табакокурения, алкоголизма и наркомании)» и пр.

2. Психологическое сопровождение педагогического коллектива: психологическое просвещение «Употребление ПАВ несовершеннолетними», психологический лекторий «Влияние социальных институтов на формирование аддиктивной личности», бинарный психолого-педагогический семинар «Психолого-педагогические основы профилактики зависимостей и созависимостей в условиях образовательного процесса» (совместно с сотрудниками БГПУ), консультационный пункт психолога для классных руководителей «Профилактика аддиктивного поведения», The Word Cafe для родителей и педагогов «Психологическая поддержка как элемент эффективного социально поддерживающего поведения взрослых» и т.д.

3. Психологическое сопровождение родительской общности: родительский лекторий «Насилие и пренебрежение в семье как фактор формирования аддиктивной личности»; консультативный пункт психолога «Поведенческие маркеры аддикта: как увидеть проблему?», консультационный пункт психолога для родителей «Семейная профилактика аддиктивного поведения несовершеннолетних», тематическое консультирование «Досуговая функция семьи... Как реализовать современным родителям?», психологический бюллетень для родителей «Что делать, если...?» (рекомендации по предупреждению употребления ПАВ) и т.д.

1. Формы работы, реализуемые в группе учащихся: социально-психологический тренинг; обучающие семинары; интерактивные занятия, психологический практикум, урок-коллаж, дискуссия, ролевые игры.

2. Формы работы, реализуемые в процессе сопровождения педагогов: психологический лекторий; обучающие семинары с элементами социально-психологического тренинга.

3. Формы работы, реализуемые в процессе сопровождения родителей: психологический консультационный пункт психолога, родительский лекторий; индивидуальное и групповое консультирование; обучающие семинары.

4. Психодиагностическое исследование.

3-й этап: рефлексивный (итоговый):

1. Проведение конференции среди учащихся «Здоровые стратегии для нового поколения»

2. Интерактивная игра для учащихся «Золотая рыбка желаний».

Круглый стол для педагогов и родителей «Психолого-педагогическая поддержка в профилактике аддиктивного поведения несовершеннолетних».

3. Проведение психодиагностического исследования.

Конференция; интерактивная игра; круглый стол; психодиагностическое исследование.

В рамках данного проекта психодиагностика проводится с целью адекватной организации дифференцированной профилактической работы, учитывающей личностные особенности и социальные характеристики обучающихся, особенности образовательной среды и уровень распространенности употребления ПАВ среди обучающихся учреждения образования. Диагностическая работа включает в себя два этапа: проведение психосоциального анкетирования и исследование ресурсного потенциала учащихся, склонных к аддиктивному поведению.

На втором этапе исследования изучается ресурсный потенциал учащихся и доминирующие стратегии совладания. С точки зрения Н.А. Сирота низкий уровень развития личностных ресурсов (уровень тревожности, локус субъективного контроля и уровень самоэффективности) приводит к формированию аддиктивного поведения [8]. Представленные личностные ресурсы являются индикаторами, определяющие специфику преодоления трудных жизненных ситуаций, в том числе и ситуаций, провоцирующих аддиктивное поведение.

Литература

1. Гоголева, А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А.В. Гоголева. – М.; Воронеж: ТЦСФЕРА, 2002. – 240с.
2. Гончарова, С.С. Совладающее поведение: теория, диагностика и результаты исследований / С.С. Гончарова, В.И. Слепкова. – Минск: БГПУ, 2010. – 200с.
3. Егоров, А.Ю. Расстройства поведения у подростков: клинико-психологические аспекты / А.Ю. Егоров, С.А. Игумнов. – СПб.: Речь, 2005. – 436с.
4. Змановская, Е.В. Девиантное поведение личности и группы / Е.В. Змановская, В.Ю. Рыбникова. – СПб.: Питер., 2010. – 352с.
5. Корзун, С.А. Взаимосвязь личностных характеристик и копинг-поведения у подростков девиантного поведения / С.А. Корзун // Психология обучения. – 2013. – № 8. – С. 46 – 52.
6. Крюкова, Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: дис. д-ра псих. наук: 19.00.13 / Т.Л. Крюкова; КГУ. – Кострома, 2005. – 476л.
7. Мачкова, Н.Е. Анализ состояния преступности среди несовершеннолетних на территории Заводского района г. Минска за 2016 год. / Н.Е. Мачкова [Электронный

- ресурс]. – 2017. – Режим доступа: <http://zavue.gov.by/main.aspx?guid=34351>. – Дата доступа: 22.12.2017.
8. Сирота, Н.А. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практики / Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, И.И. Хажилина, Н.С. Видерман. – М.: Генезис, 2001. – 216с.
 9. Статистический ежегодник / под ред. И.В. Медведевой. – Мн.: Национальный статистический комитет РБ, 2017. – С. 205 – 211.
 10. Фурманов, И.А. Профилактика нарушений поведения в учреждениях образования / И.А. Фурманов, А.Н. Сизанов, В.А. Хриптович. – Миснк: РИВШ, 2011. – 250с.
 11. Хриптович, В.А. Механизм формирования табачной аддикции у подростков // Психологический журнал. – 2008. – № 1. – С. 55 – 59.

Подготовили **О. Страпко,**
педагог-психолог высшей квалификационной категории
ГУО «Средняя школа № 210 г. Минска»,

С. Корзун,
ст. преподаватель кафедры психологического обеспечения
профессиональной деятельности Института психологии БГПУ им. М. Танка,
магистр психологических наук

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ СОПРОВОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В РАМКАХ ПРОЕКТА

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «КОПИНГ-ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ»

Цель программы: снижение потребности у подростков в употреблении психоактивных веществ путем развития и совершенствования ресурсов и копинг-стратегий личности.

Задачи программы: формирование навыков самоконтроля поведения посредством развития самоэффективности как личностного ресурса; формирование навыков уверенного поведения посредством