Доклад на тему:

**«Социально-психологическая поддержка детей, склонных к аддиктивному поведению».**

Ерохина М. В.

Педагог- психолог

« Лицей №1»

п. Добринка

2020 г

Современное общество характеризуется кризисными явлениями во многих сферах общественной жизни. Трудные социально-экономические условия в России в значительной мере осложняют реальность. Происходит резкая смена привычных стереотипов, дестабилизация финансового положения и ситуации на рынке труда. Эти и многие другие факторы способствуют потере чувства безопасности у значительной части населения нашей страны, все эти факторы особенно остро отражаются на детях и подростках. Возникает реальная проблема страха перед действительностью. Этот страх порождает стремление уйти от реальности. В большей степени этому страху подвержены люди с низкой переносимостью трудностей и низкими адаптационными способностями. В поисках средств защиты от напряжения, дискомфорта, стресса такие люди часто прибегают к стратегиям аддиктивного поведения.

Суть аддиктивного поведения заключается в том, что стремясь уйти от реальности, люди пытаются искусственным путем изменить свое психическое состояние, что дает им иллюзию безопасности, восстановления равновесия. Существуют разные виды аддиктивного поведения, как химического, так и не химического характера. Они представляют собой серьезную угрозу для здоровья (физического и психического) не только самих аддиктов, но и тех, кто их окружает. Значительный ущерб наносится межличностным отношениям. Наряду с экологическими проблемами окружающей среды, аддиктивное поведение становится реальной проблемой экологии личностных ресурсов, что является немаловажным звеном в полноценном функционировании общества и дальнейших его перспективах.             Все выше сказанное обуславливает актуальность данной работы, которая заключается в разработке адекватных средств и приемов профилактической деятельности, поскольку проще предупредить формирование аддиктивного поведения, чем бороться с многочисленными последствиями такой стратегии поведения.

В сложившихся условиях, на наш взгляд, особого внимания заслуживают проблемы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте, т. к. этот возрастной период характеризуется немалым количеством кризисных явлений. Подростков настораживают и пугают происходящие с ними пубертатные изменения и изменения в психологических процессах. Но наряду со сложными, порой непредсказуемыми особенностями, в подростковом возрасте формируются такие важные качества, как стремление познать себя и других, поиск идентичности, желание самоутвердиться, формирование нравственных убеждений и рефлексия. Обращение к этим качествам могло бы стать значимым этапом в профилактике аддиктивного поведения.                                                                                                                            Концептуальные подходы к организации профилактической деятельности аддиктивного поведения в среде подростков. Несмотря на наличие достаточно большого количества работ в области аддиктивного поведения, алкоголизма, наркомании и токсикомании у детей и подростков, до настоящего времени отсутствуют работы, посвященные разработке комплексной системы первичной профилактики злоупотребления ПАВ и других аддикций, реабилитации несовершеннолетних, страдающих зависимостью. В опубликованных ранее работах рассматриваются либо отдельные нозологические формы (алкоголизм, наркомания, токсикомания), либо доболезненные проявления (аддиктивное поведение). В тоже время в подростковом возрасте бывает трудно провести четкую грань между аддиктивным поведением и болезнью.

Первые рекомендации по профилактике алкоголизма у молодежи в отечественной литературе относятся к концу ХIХ (Алексеев П.С.,1898) - началу ХХ века (“Доклады Владимирской управы…”, 1911), рекомендующие перенять опыт Финляндии в виде уроков трезвости, при этом особо подчеркивается, что труд учителей и других земских работников по пропаганде трезвости должен вознаграждаться.

Профилактические мероприятия можно разделить на две большие группы: общегосударственные, представленные в основном системой запретов и ограничений рекламы ПАВ и их потребления, а также непосредственной работой с населением. Обобщая мировой опыт профилактики наркотизации, В.М.Ялтонский и Н.А.Сирота (1996) выделяют шесть основных подходов: информационный, обучение управлению эмоциями, поведенческий (обучение противостоянию давлению), формирование жизненных навыков, обучение альтернативной наркотикам деятельности, укрепление здоровья.             Как показывает многовековой опыт, запретительные мероприятия имеют неоднозначные результаты, несмотря на это соблазн их применения слишком велик.

В течение многих лет первичная профилактика рассматривалась в основном с позиций информирования населения о состоянии проблемы, тяжести медицинских и социальных последствий наркологических но при этом не учитывались не химические зависимости, которые распространены не менее чем химические. Вместе с тем, как справедливо замечает Б.Спрангер (1994) передача информации не эквивалентна обучению, а именно информационный подход характерен для многих реализуемых программ, которые лишь формально меняют отношение

Программа профилактики должна уйти от медикоцентрического подхода. Для эффективной реализации профилактической программы предполагается работать с личностными характеристиками приводящими к формированию аддикций Лобовая атака в просвещении бесполезна (Левин Б.М., 1998). По данным опроса учащихся (Баушева И.Л., Кошкина Е.А., Паронян И.Д. 1998), они хотят получать сведения не о вреде психоактивных веществ, а о сохранении здоровья. Программа должна быть основана на идеи позитивной профилактики, т.е. не запугивание детей о проблемах  и последствиях аддиктивного поведения, а формирование у подростков жизненных навыков, позволяющих им эффективно совладать с жизненными трудностями и давлением среды.

Больше всего подростков интересует тематика, связанная с проблемами взаимоотношений с социумом, преодоления кризиса идентичности. Они интересуются проблемами полового воспитания, рационального питания и др. В некоторых работах (Наймушина Л.П., 1999) переоценивается роль информирования в профилактике.  Автор основывается в частности на том, что на вопрос анкеты:”Если бы Вы знали о вреде алкоголя и наркотиков, стали бы Вы их принимать?” большинство опрошенных студентов (96,7%) ответило отрицательно. Подобная формулировка вопроса недостаточно корректна, уже хотя бы потому, что понятие “вреда” может быть разным у обследователя и анкетируемого.             Мнение населения о целесообразности различных форм профилактики зависит от опрашиваемого контингента. При этом имеет значение как социальный статус, так и степень вовлеченности в (Короленко Ц.П., Завьялов В.Ю., 1988). Учащиеся ПТУ отнесли к числу наиболее важных методов профилактики кинофильмы и телепередачи (более 50%), тогда как положительное отношение к лекциям и беседам снижалось по мере вовлечения подростков в алкоголизацию .Существует и противоположное мнение школьников о наибольшей действенности врачебных лекций и занятий (Шлопак В.Г., 1999). Однако многие исследователи сомневаются в их эффективности (Подростки и наркотики, 1999; Дереча В.А., Карпец В.В., 2000; Коновалов И.Н. и др., 2001) (39).             Имеется положительный опыт использования специальной настольной игры и видеокассет с целью ранней профилактики (Czuchry M., Sia T.L., Dansereau D.F., 1999). Для старших подростков предлагаются индивидуальные консультации. Причины недостаточной эффективности профилактики в рассогласовании наиболее важных установок, в частности за распределение ответственности за результат работы, между специалистами по работе с подростками с одной стороны, и родителями и подростками с другой. Оценка эффективности профилактической программы должна учитывать не только воздержание от ПАВ и пр. аддиктивных агентов, но и общее развитие подростка.

В последние годы все большее внимание исследователей обращается на позитивную первичную профилактику, выходящую за рамки информационного подхода. Расширяются и ее цели: она рассматривается сквозь призму формирования полноценно функционирующей личности. Отмечается смещение акцентов с поведенческого подхода, наиболее ярко проявившегося в программе “Как сказать “нет”  к проблемам экзистенциальным: поиску смысла жизни и работе с чувством вины и стыда.             Главным агентом первичной профилактической деятельности должны выступать учитель, социальный педагог, психолог. Более половины учителей-предметников использовали учебный материал для  просвещения, не имея однако для этого необходимых методических пособий.

За последнее время в России накопился опыт внедрения зарубежных программ антинаркотического воспитания, описанный в ряде статей (Романова О.Л., Самойлова М.В., 1994, Б.Спрангер, 1994 и др.). Вместе с тем они оказались механически перенесены на нашу почву без необходимой адаптации, что существенно снизило их эффективность (Подростки и наркотики, 1999; Надеждин А.В., 2000).

Многие пособия по профилактике аддиктивного поведения к настоящему времени устарели, поскольку в них звучит сильный идеологический уклон, некоторые рекомендации пришли в противоречие с современным законодательством , а другие отражают лишь отдельные стороны проблемы, в частности направлены на повышение уровня знаний педагогов в области профилактики наркотизации, а психо-социальные аспекты в данных пособиях не учитываются. Опубликованные в последние десятилетия на Западе справочники по профилактике аддикций, хотя и отражают многосторонний подход, но требуют адаптации к культуральным условиям

Аддиктивная стратегия взаимодействия с действительностью приобретает все большие масштабы. Сложившаяся в нашем обществе традиция бороться с последствиями не решает проблему должным образом. Профилактика аддиктивного поведения особую значимость приобретает в подростковом возрасте. Во-первых, это нелегкий кризисный период развития, отражающий не только субъективные явления процесса становления, но и кризисные явления общества. А во-вторых, именно в подростковом возрасте начинают формироваться очень важные качества личности, обращение к которым могло бы стать одной из важнейших составляющих профилактики аддикции. Это такие качества как стремление к развитию и самосознанию, интерес к своей личности и ее потенциалам, способность к самонаблюдению.   Этапами профилактической деятельности являются: • Диагностический, включающий в себя диагностику личностных особенностей, которые могут оказать влияние на формирование аддиктивного поведения (повышенная тревожность, низкая стрессоустойчивость, неустойчивая я-концепция, низкий уровень самооценки, неспособность к эмпатии, некомуникабельность, повышенный эгоцентризм, низкое восприятие социальной поддержки, стратегия избегания при преодолении стрессовых ситуаций, агрессивное поведение, направленность на поиск ощущений и др.), а также получение информации о положении ребенка в семье, о характере семейных взаимоотношений, о составе семьи, о его увлечениях и способностях, о его друзьях и других возможных референтных группах. • Компетентностный этап, представляющий собой расширение компетенции подростка в таких важных областях, как психо-сексуальное развитие, культура межличностных отношений, технология общения, способы преодолевания стрессовых ситуаций, конфликтология и собственно проблемы аддиктивного поведения. • Тренинги личностного роста с элементами коррекции отдельных личностных особенностей и форм поведения, включающие формирование и развитие навыков работы над собой. Профилактика аддиктивного поведения в образовательном учреждение касается  всех сфер жизни подростка: семьи, друзей, образовательной среды, общественной жизни в целом. В семье для подростка значимыми факторами являются эмоциональная стабильность и защищенность, взаимное доверие членов семьи. В сфере образования необходим пересмотр некоторых подходов в воспитании, работа над повышением школьной успешности.  Подростки стремятся определить свое место в жизни, активно ищут идеал – делать жизнь с кого? В связи с этим большую роль может играть система психологической и социальной поддержки подростков, обеспечивающая помощь молодому поколению в становлении, в здоровом удовлетворении потребностей.   В планировании профилактической деятельности учитываются следующие принципы: Научность и современность предполагает обязательность внедрения в практику работы научно обоснованных и экспериментально проверенных нововведений, новых методов и подходов к решению проблемы формирования зависимого поведения. Это способствуют преодолению инертности в организации профилактической работы, в частности, и воспитательного процесса в целом.  Предлагаемая ниже программа работы основана на  исследованиях в психологической науке с использованием активизирующих технологий.   Системность как принцип организации профилактики предполагает работу со всеми субъектами (учащиеся, учителя, родители, общественность), основанную на взаимодействии учреждений различного типа, а также субъектов профилактической деятельности, занимающихся профилактической работой. Дифференцированность, по возрасту и по категории субъектов. Воспроизводимость процесса и результатов профилактической работы или стремление к достижению аналогичных результатов при условии использования определенной программы и относительном постоянстве факторов. Из выше сказанного следует, что перспективной целью  профилактики является обеспечение роста эффективности процесса профилактики аддиктивного поведения среди детей и подростков, повышение психологической грамотности преподавательского состава и родителей. Стратегическая цель -  оказание подросткам помощи в осознании механизмов формирования их собственного поведения, развитие ресурсов подростков: формирование у них адекватного представления о себе, социальной компетентности, умения принимать на себя ответственность за свою жизнь, адекватно оценивать степень риска от того или иного действия, умения общаться с окружающими, сопереживать им, находить и оказывать поддержку и т.д. Конечная цель профилактики – формирование стрессоустойчивой и успешной личности.

  Решение конфликтов также может быть связано с формированием зависимостей. Часто практикуемая стратегия состоит в том, чтобы путем  «погружение» в зависимость человек пытается уйти в сторону от решения проблем и конфликтов. Говорить друг с другом, иметь возможность доверить кому-либо свои проблемы, выслушать другого и знать, где и у кого можно получить помощь - важные цели профилактики зависимости.             Восприятие и выражение чувств, одна из важных тем нашей работы. Молодые люди сами ищут ответы на такие вопросы как: как проявляются гнев, страх, симпатия или радость? Как я веду себя, когда я печален, рассержен? Как я могу рассказать о моих эмоциях другим? Имею ли я право показать свою слабость, или другие злоупотребят моим поведением? Неумение выразить свои чувства означает, что растет внутреннее напряжение, и для того, чтобы облегчить свое состояние, могут быть использованы и наркотики. Как я провожу свое свободное время? Что доставляет мне удовольствие, а что раздражает? Как я могу изменить в своем окружении то, что мне не нравится? Здесь важную роль играют тренинговые группы. Поэтому представленные нами методы обращаются к следующим темам. Как я ощущаю себя в группе? Какую роль я беру на себя в группе? Как мы в группе ведем себя по отношению к «чужакам»? и т.д. В комплексе также представлены конструктивные формы снятия стресса и расслабления.             Таким образом, профилактическую работу в образовательном учреждении целесообразно строить на основе программ, идеей которой должна стать идея формирования рефлексивной позиции молодого человека по созданию поля самореализации его как личности и индивидуальности. Эта деятельность способствует реализации накапливающихся подростков фрустрированных потребностей, обеспечивает сброс энергии неотреагированных отрицательных эмоций.