

УДК 316

DOI: 10.34670/AR.2021.20.97.003

Основы психологической профилактики употребления психоактивных веществ

Афанасьева Кристина Александровна

Аспирант,
Чувашский государственный университет им. И.Н. Ульянова,
428000, Российская Федерация, Чебоксары, Московский просп., 29;
медицинский психолог,
Специальная (коррекционная) общеобразовательная
школа № 32 для слабослышащих,
428000, Российская Федерация, Чебоксары, ул. Кутузова, 77;
e-mail: vivalova@mail.ru

Аннотация

Цель представленной работы – исследование основ психологической профилактики употребления психоактивных веществ. Методы исследования: аналитический метод, обзорный метод, индукция. Ключевые результаты статьи заключаются в том факторе, что в современных условиях остро стоит вопрос об употреблении психоактивных веществ среди подростков. Данная проблема с каждым годом лишь усугубляется и требует безотлагательного решения как со стороны властей Российской Федерации, так и на местном уровне: школы, семья и тд. Особенно важно в данном случае построение эффективной психологической профилактики, потому как именно данный фактор является одним из главенствующих в формировании зависимого поведения психоактивных веществ со стороны подростков. Соответственно, важно организовывать психологическую помощь подросткам с целью предотвращения употребления психоактивных веществ, причем, данная деятельность обязательно должна быть сопряжена систематическим контролем за результатами проведенной профилактической психологической помощи, а также формировать дальнейшим возможности развития в данной области и совершенствования психологической помощи, учитывая изменчивость общества и появления новых средств коммуникативного взаимодействия. Только в таких условиях возможно говорить об эффективности психологической поддержки и профилактики употребления психоактивных веществ среди подросткового поколения.

Для цитирования в научных исследованиях

Афанасьева К.А. Основы психологической профилактики употребления психоактивных веществ // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 1А. С. 23-28. DOI: 10.34670/AR.2021.20.97.003

Ключевые слова

Психоактивные вещества, профилактика, психологическая помощь, подростки, зависимость.

Введение

Проблема распространения употребления среди подростков психоактивных веществ становится все более распространенной. Учебный процесс связан с высокой степенью нагрузки на детей, кроме того, детская психика более подвержена влиянию извне. Поэтому большая часть школьников и студентов находится в группе риска [Барденштейн, 2016].

Цель работы: рассмотреть основы психологической профилактики употребления психоактивных веществ среди школьников и студентов, с учетом объективных данных разработать и представить результаты собственной экспериментальной разработки для повышения результативно психологической профилактики [Вергейчик, 2016].

Основная часть

Материалы исследования представлены научно-исследовательскими материалами, статистическими данными по проведению психологической работы с подростками, формами анкет для участия школьников в анонимных опросах, средствами измерения полученных результатов исследования. В качестве основного метода выбран экспериментальный, то есть, собственная разработка и апробация методики как основы для психологической профилактики употребления психоактивных веществ [Бутаков, 2016]. Для сбора данных с целью последующего анализа использован метод опроса, сравнительный метод использован для сравнения результатов психологической профилактики с другими учебными заведениями.

Результаты разработки и апробации эксперимента с программой на основе психологической профилактики позволили сделать следующие выводы:

1. Среди учащихся 10-11-х классов школы №12 г. Самара есть проблема с высокими уровнем тревожности и нервозности среди школьников. Высокий уровень тревоги и нервозности характерен для 28% школьников.
2. Традиционная система психологической профилактики в виде лекций и бесед на тему вреда наркотиков не приводит к изменению ценностных установок.
3. Школьники в большинстве своем не владеют информацией о том, какими средствами можно контролировать свои эмоции, как можно разнообразить досуг, как вести себя в ситуации с получением предложения попробовать наркотики.
4. В ряде семей школьников неблагоприятные условия. Отмечаются частые ссоры, проблема в отсутствии доверительных отношений с родителями.

С учетом результатов анкетирования установлено, что действующая система профилактики в виде лекций и бесед на тему вреда наркотиков всех задач профилактики не решает. Поэтому в качестве эксперимента было предложено реализовать проект комплексной психологической профилактики. Элементы этого проекта представлены:

1. Опросниками тревожности и опросниками для выявления уровня нервозности.
2. Опросниками по наличию оптимальных отношений внутри семьи.
3. Опросниками для диагностики склонностей к риску, самостоятельности в выборе решений.
4. Опросниками для установления возможного оказания влияния на школьника извне с целью управления его поведением и т. д.
5. Лекциями и беседами для формирования установки на неприемлемость употребления наркотиков.
6. Лекциями и беседами, в том числе с участием родителей на тему правильной организации досуга.

7. Тренингами для передачи знаний о способах и методах, позволяющих управлять своими эмоциями и контролировать свое поведение.

Календарный план мероприятий представлен в таблице ниже.

Таблица 1 – Календарный план мероприятий

Период проведения мероприятия	Мероприятие и его цель	Участвующие лица и результаты
Сентябрь 2020 г.	Проведение опроса для установления уровня тревожности среди школьников	Педагог, школьный психолог, школьники. Оформление результатов в виде отчета. Планирование на основе этого индивидуальной работы, в том числе направленной на коррекцию поведения
Октябрь 2020 г.	Проведение опроса для установления уровня нервозности среди школьников	Педагог, школьный психолог, школьники. Оформление результатов в виде отчета. Планирование на основе этого индивидуальной работы, в том числе направленной на коррекцию поведения. Проведение консультаций с родителями
Октябрь 2020 г.	Проведение опроса на тему оптимальных отношений внутри семьи школьников	Педагог, школьный психолог, социальный работник, школьники. Оформление результатов в виде отчета. Планирование на основе этого индивидуальной работы, в том числе направленной на коррекцию поведения. Проведение консультаций с родителями
Ноябрь 2020 г.	Проведение диагностики на предмет склонности к риску, самостоятельности при выборе решений	Педагог, школьный психолог, социальный работник, школьники. Оформление результатов в виде отчета. Планирование на основе этого индивидуальной работы, проведение консультаций с родителями
Ноябрь 2020 г.	Проведение опроса на тему зависимого поведения, проявляющегося в том числе под влиянием на школьника извне	Педагог, школьный психолог, социальный работник, школьники. Оформление результатов в виде отчета. Планирование на основе этого индивидуальной работы, проведение консультаций с родителями. Планирование беседы с сотрудниками отдела по работе с несовершеннолетними в профилактических целях
Декабрь 2020 г.	Проведение лекции на тему вреда наркотиков	Педагог, школьный психолог, социальный работник, школьники. Оформление результатов в виде отчета
Декабрь 2020 г.	Проведение беседы на тему жизненных ориентаций среди подростков	Педагог, школьный психолог, социальный работник, школьники. Оформление результатов в виде отчета
Декабрь 2020 г.	Проведение беседы на тему организации досуга после школы и во время каникул	Педагог, школьный психолог, социальный работник, школьники, приглашенные представители отдельных профессий, служащих образцом для подражания остальных - спасателей МЧС, поисковиков, историков, путешественников. Оформление результатов в виде отчета.
Январь 2021 г.	Беседа с родителями на тему организации и контроля досуга школьников	Педагог, школьный психолог, социальный работник. Оформление результатов в виде отчета. Предоставление индивидуальных консультаций
Январь 2021 г.	Тренинг на тему способов и методов контроля своих эмоций	Педагог, школьный психолог, социальный работник, сами школьники. Оформление результатов в виде отчета

Период проведения мероприятия	Мероприятие и его цель	Участвующие лица и результаты
Январь 2021 г.	Тренинг на тему способов и методов контроля собственного поведения	Педагог, школьный психолог, социальный работник, сами школьники. Оформление результатов в виде отчета
Январь 2021 г.	Проведение теста на тему профессиональной ориентации с целью выявления сильных и слабых сторон, склонностей к работе по той или иной специальности	Педагог, школьный психолог, социальный работник, сами школьники. Оформление результатов в виде отчета. Предоставление индивидуальных консультаций для школьников и родителей по теме выбора профессии
Январь 2021 г.	Проведение дня открытых дверей с участием бывших выпускников	Педагог, школьный психолог, социальный работник, сами школьники. Оформление результатов в виде отчета. Мероприятие проводится в виде открытой встречи, где успешные выпускники рассказывают о том, чего им удалось добиться в жизни, чем они сейчас занимаются, какие требования к их профессии предъявляются и как определить свое отношение к вредным привычкам

После реализации проекта был проведен сравнительный анализ психологических данных до эксперимента и после его проведения. К участию в реализации проекта был привлечен школьный психолог, педагоги, классные руководители 10-х классов, социальный работник, сами школьники и их родители.

Выводы

В результате проведения эксперимента и проведения сравнительных данных до него и после его реализации установлены следующие факты:

1. Школьники заинтересованы в том, чтобы перед ними был пример и образец для подражания с правильными жизненными установками, пользующийся уважением среди остальных.
2. Школьники имеют знания о вреде наркотиков, однако в стрессовой ситуации могут поддаться чужому манипулированию. Сами наркотики не всегда рассматриваются как вред, их потребление может быть оправдано внутренними и внешними условиями.
3. Тренинг по управлению своими эмоциями приводит к снижению уровня тревожности и нервозности среди школьников даже в особо сложные периоды учебы, связанные с подготовкой и сдачей экзаменов.
4. Школьникам через участие в лекциях и беседах, выполнение практических заданий и подражание можно задать установку на неприемлемость приема наркотиков и осуждение всех тех, кто этим занимается.
5. У школьников есть интерес к правильной организации своего досуга, что подтверждается их опросами и ответами родителей. Поэтому на уровне школы необходимо создать новые кружки и секции.
6. Тревожность и стресс среди детей обусловлены в том числе тем, что дети не ощущают своей

защищенности. Для решения проблемы предлагается усилить взаимодействие с родителями для профилактики конфликтов внутри семей, сохранения доверительных отношений между ее членами.

Таким образом, необходимо проводить качественную психологическую профилактику употребления психоактивных веществ, в частности, среди подростков, потому как именно они являются ключевой фигурой потребления в данном направлении.

Библиография

1. Вергейчик Е.Н. Фармацевтическая химия. М.: МЕДпресс-информ, 2016. 444 с.
2. Барденштейн Л.М. Алкоголизм, наркомании, токсикомании. М.: ГЭОТАР-Медиа, 2007. 64 с.
3. Бутаков И.Н. Ценностные ориентации наркозависимых лиц на разных стадиях заболевания. Вестник Совета молодых учёных и специалистов Челябинской области № 2 (13) Т. 3. 2016.
4. Зарубежный опыт первичной профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних [Текст] : уч.-метод. пособие / под ред. Л. М. Шипициной. - М., 2014.
5. Коробкина, З. В. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи [Текст] : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / З. В. Коробкина, В. А. Попов. - 2-е изд., испр. - М. : Академия, 2014.
6. Психолого-педагогические и физиологические базовые основания решения проблемы адаптации, здоровья и развития субъектов образования / Э. М. Казин, Н. П. Абаскалова, Н. Э. Касаткина и др. ; под общ. ред. Э. М. Казина. Кемерово : Изд-во КРИПКиПРО, 2016. 165 с.
7. Наркомания в России [Электронный ресурс] : Информационно-правовой портал Гарант. ру. - <http://www.garant.ru/infografika/612443/>
8. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании [Текст] : наглядно-методическое пособие / С. Б. Белогуров, В. Ю. Климович. - М., 2014.
9. Профилактика употребления психоактивных веществ в молодежной среде [Текст] : памятка для медицинских работников. - Брест, 2015.
10. Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года [Текст] // Российская газета, 2016. - № 5101 (22).

Fundamentals of psychological prevention of the use of psychoactive substances

Kristina A. Afanas'eva

Post-graduate student,
Chuvash State University named after I. N. Ulyanov,
428000, 29, Moskovsky ave., Cheboksary, Russian Federation;
Medical psychologist,
Special (Correctional) General Education School No. 32 for the Hard of Hearing,
428000, 77, Kutuzova str., Cheboksary, Russian Federation;
e-mail: vivalova@mail.ru

Abstract

The purpose of the presented work is to study the basics of psychological prevention of the use of psychoactive substances. Research methods: analytical method, survey method, induction. The key results of the article are the fact that in modern conditions the issue of the use of psychoactive substances among adolescents is acute. This problem is only getting worse every year and requires urgent solutions both from the authorities of the Russian Federation and at the local level: schools, families, etc. It is especially important in this case to build an effective psychological prevention,

because this factor is one of the main factors in the formation of dependent behavior of psychoactive substances on the part of adolescents. Accordingly, it is important to organize psychological assistance to adolescents in order to prevent the use of psychoactive substances, and this activity must necessarily be associated with systematic monitoring of the results of preventive psychological assistance, as well as to form further opportunities for development in this area and improvement of psychological assistance, taking into account the variability of society and the emergence of new means of communicative interaction. Only in such conditions is it possible to talk about the effectiveness of psychological support and prevention of the use of psychoactive substances among the adolescent generation.

For citation

Afnas'eva K.A. (2021) Osnovy psikhologicheskoi profilaktiki upotrebleniya psikhoaktivnykh veshchestv [Fundamentals of psychological prevention of the use of psychoactive substances]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 10 (1A), pp. 23-28. DOI: 10.34670/AR.2021.20.97.003

Keywords

Psychoactive substances, prevention, psychological help, adolescents, addiction.

References

1. Vergeychik E. N. Pharmaceutical chemistry. Moscow: MEDpress-inform, 2016. 444 p.
2. Bardenshtein L. M. Alcoholism, drug addiction, substance abuse. Moscow: GEOTAR-Media, 2007. 64 p.
3. Butakov I. N. Value orientations of drug-dependent persons at different stages of the disease. Bulletin of the Council of Young Scientists and Specialists of the Chelyabinsk Region No. 2 (13) Vol. 3. 2016.
4. Foreign experience of primary prevention of substance abuse among minors [Text]: uch. - method. manual / edited by L. M. Shipitsina. - M., 2014.
5. Korobkina, Z. V. Prevention of drug addiction in children and youth [Text]: textbook. manual for students. higher. ped. ucheb. institutions / Z. V. Korobkina, V. A. Popov. - 2-e Izd., Rev. - M.: Academy, 2014.
6. Psychological and physiological base solution to the problem of adaptation, health and development of subjects of education / E. M. Kazin, N. P. Oboskalova, N. E. Kasatkina and others ; ed. by E. M. Cazin. Kemerovo: KRIPKiPRO Publishing House, 2016. 165 p.
7. Drug addiction in Russia [Electronic resource]: Information and legal portal <url>-<http://www.garant.ru/infografika/612443/>
8. Prevention of adolescent drug addiction. Skills of confrontation and resistance to the spread of drug addiction [Text]: visual and methodological guide / S. B. Belogurov, V. Yu. Klimovich. - M., 2014.
9. Prevention of the use of psychoactive substances in the youth environment [Text]: memo for medical workers. - Brest, 2015.
10. Strategy of the State anti-drug policy of the Russian Federation until 2020 [Text] // Rossiyskaya Gazeta, 2016. - № 5101 (22).