



**МАГАДАНСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ И ПОВЫШЕНИЯ  
КВАЛИФИКАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КАДРОВ»**

**Якунина Ю.Е.**

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ  
НА ОСНОВЕ РЕЗУЛЬТАТОВ  
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО  
ТЕСТИРОВАНИЯ**

*Методическое пособие*

**Магадан, 2022**

## Оглавление

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
<b>1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ</b> .....	5
<b>2 ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ</b> .....	9
<b>3 СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ: ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ, МЕТОДИКА</b> .....	18
<b>4 ИНФОРМАЦИОННО-РАЗЪЯСНИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПТ</b> .....	22
<b>5 РЕЗУЛЬТАТЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЕ КАК ОСНОВА ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ</b> .....	26
<b>5.1 ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ФАКТОРОВ РИСКА</b> .....	28
<i>5.1.1 ФАКТОРЫ, СВЯЗАННЫЕ С ВЗАИМООТНОШЕНИЯМИ ЛИЧНОСТИ И СОЦИУМА</i> .....	28
<i>5.1.2 ФАКТОРЫ, СВЯЗАННЫЕ С ИНДИВИДУАЛЬНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ПОВЕДЕНИЯ</i> .....	33
<b>5.2 ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА НА ОСНОВЕ ФАКТОРОВ ЗАЩИТЫ</b> .....	48
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	61
<b>БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК</b> .....	62

## ВВЕДЕНИЕ

Наркомания представляет собой одну из глобальных проблем современного общества. Предотвращение незаконного оборота и потребления наркотических средств является важнейшим предметом государственно-правового регулирования. Особое значение занимают вопросы профилактики данных явлений в подростковой среде, т.к. именно этот возраст является наиболее чувствительным к формированию аддиктивного (зависимого) поведения.

Федеральный закон от 24.06.1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (подпункт 7 пункта 1 ст.14), требует от органов, осуществляющих государственное управление в сфере образования, обеспечение проведения мероприятий по раннему выявлению незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ среди обучающихся общеобразовательных организаций и профессиональных образовательных организаций, а также образовательных организаций высшего образования. Мероприятием такого рода является социально-психологическое тестирование обучающихся (далее – СПТ).

СПТ проводится с 2014/15 учебного года ежегодно в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.06.2014 г. № 658 «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также в образовательных организациях высшего образования».

Федеральным законом от 07.06.2013 № 120-ФЗ внесены изменения в ст. 28 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», в частности добавлен пункт 15.1. ч. 3, в соответствии с которым организация и проведение СПТ отнесены к компетенции образовательной организации.

В системе здравоохранения раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ осуществляется в форме ежегодных профилактических медицинских осмотров обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также образовательных организациях высшего образования (в соответствии с Порядком, утвержденным Приказом Минздрава России от 06.10.2014 № 581 н). Согласно п. 6 данного Приказа список образовательных организаций, участвующих в проведении профилактических медицинских осмотров обучающихся, определяется на основании результатов социально-психологического тестирования.

Таким образом, мероприятия по раннему выявлению незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимися должны проводиться при тесном межведомственном взаимодействии в соответствии с утвержденными Порядками.

Необходимо отметить, что СПТ – это важный психодиагностический инструмент, позволяющий выявлять исключительно психологические факторы риска возможного вовлечения в зависимое поведение, связанные с дефицитом ресурсов психологической устойчивости личности. Исследование не позволяет определить наличие зависимости от психоактивных веществ (ПАВ) или делать выводы о предрасположенности к ее формированию. Однако СПТ позволяет определить факторы, которые могут способствовать и противостоять риску вовлечения в аддиктивное поведение. Именно поэтому социально-психологическое тестирование должно являться основой построения профилактической работы образовательной организации.

Возможностям использования данных СПТ как основы для организации профилактики употребления ПАВ в образовательной организации посвящено данное пособие.

# 1 ХАРАКТЕРИСТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Зависимое (аддиктивное) поведение – это одна из форм отклоняющегося поведения личности, которая связана со злоупотреблением чем-то или кем-то в целях саморегуляции или адаптации. Субъективно оно переживается как невозможность жить без объекта аддикции, как непреодолимое влечение к нему. Это поведение носит выраженный ауто-деструктивный характер, поскольку неизбежно разрушает организм и личность. Степень тяжести аддиктивного поведения может быть различной: от практически нормального поведения до тяжелых форм биологической зависимости, сопровождающихся выраженной соматической и психической патологией.

Выделяют различные формы зависимого поведения:

- химическая зависимость (курение, токсикомания, наркозависимость, лекарственная зависимость, алкогольная зависимость);
- нарушения пищевого поведения (переедание, голодание, отказ от еды);
- гэмблинг – игровая зависимость (компьютерная зависимость, азартные игры);
- сексуальные и религиозные аддикции.

В силу повышенной социальной опасности особое внимание уделяется химическим зависимостям.

В большинстве стран мира проблема аддиктивности в большей степени касается подросткового возраста. Многие исследователи рассматривают подростковый возраст как фактор риска для развития девиантного поведения, одной из форм которого является употребление психоактивных веществ (ПАВ). Основание такого подхода лежит в психологических особенностях подросткового возраста, который является кризисным в отношении всех аспектов взросления: биологического, психологического, психосоциального.

Само наличие аддиктивного поведения указывает на нарушенную адаптацию индивидуума к изменяющимся условиям микро- и макросреды. Подросток своим поведением неосознанно призывает к необходимости оказания ему экстренной помощи, и меры в этих случаях требуются профилактические, психолого-педагогические и воспитательные в большей степени, чем медицинские.

### **Причины и факторы аддиктивного поведения**

1. *Влияние группы, субкультуры.* Например, на фоне выраженного стремления подростков к включению в группу, к поиску идентичности психоактивные вещества выступают в роли «пропуска» в подростковую субкультуру. Молодые люди рассматривают ПАВ как часть своей среды, и, нередко, не умеют противостоять соблазну однократного употребления или давлению товарищей и / или торговцев. В данном случае ПАВ выполняют следующие важные для подростка функции:

- поддерживают ощущение взрослости и освобождения от родителей;
- формируют чувство принадлежности к группе, а также среду неформального общения;
- дают возможность отыгрывать сексуальные и агрессивные побуждения, не направляя их на людей;
- помогают регулировать эмоциональное состояние;
- реализуют креативный потенциал подростков через экспериментирование с различными веществами.

2. *Влияние семьи.* В ходе многочисленных исследований была выявлена связь между поведением родителей и последующим зависимым поведением детей. В качестве причин аддиктивного поведения подростков различные авторы называют: неспособность матери понимать и удовлетворять базовые потребности ребенка в младенчестве, психические травмы в раннем детстве, отсутствие любви и поддержки в семье, факты физического, сексуального и психологического насилия, чрезвычайную психологическую зависимость членов

семьи друг от друга (*аддиктивное поведение может выступать одним из способов влияния на поведение других членов, при этом сама зависимость может давать ощущение независимости от семьи*), со-зависимости (*негативные изменения в личности и поведении родственников вследствие зависимого поведения кого-либо из членов семьи*).

### 3. Индивидуальные особенности личности:

- низкий уровень стрессоустойчивости;
- завышенный уровень притязаний;
- гедонистическая направленность личности (стремление к получению удовольствий, ожидание немедленного исполнения желаний);
- эмоциональная лабильность (неустойчивость);
- экстернальный локус контроля (избегание ответственности, возложение ее на других или внешние обстоятельства);
- неадекватная (низкая или компенсаторно-завышенная) самооценка;
- высокая тревожность;
- эгоцентризм;
- выраженная потребность в одобрении, в сочетании со страхом оценки, мотивацией избегания неудач;
- базовые трудности саморегуляции в четырех основных сферах: чувства, самооценка, взаимоотношения, забота о себе;
- выраженная агрессивность и конфликтность;
- нарушения в мотивационно-потребностной сфере, в частности проблемы с целеполаганием;
- низкая эмпатийность, слабая сформированность коммуникативных навыков;
- слабость эмоционально-волевого контроля.

Химические вещества для человека с зависимостью служат мощным средством против внутреннего чувства пустоты, дисгармонии и боли. Стремясь скрыть свою уязвимость, люди, склонные к зависимости, используют такие защитные паттерны, как избегание, отрицание, отказ от реальности, утверждение собственной самодостаточности, агрессия и бравада.

Наркотизацию также можно рассматривать как развитие дефективных защит против таких невыносимых аффектов, как ярость, стыд и депрессия. Вместо того чтобы осознать, проговорить и выразить свои чувства, зависимые люди применяют химические вещества для управления ими, «отключая» свои чувства и создавая видимость контроля.

ПАВ, с одной стороны, создают иллюзию преодоления беспомощности и повышения самоконтроля, а с другой стороны, приводят к утрате контроля над собой и своей жизнью.

Результаты опросов показывают, что в подростковом возрасте, даже при условии благополучного окружения, возникают прецеденты аддиктивного поведения. Во многом это объясняется подростковыми поведенческими реакциями – реакция эмансипации, группирования, – которые могут привести к аддикциям. В стремлении казаться взрослее при недостаточном социальном опыте подростки удовлетворяют свои потребности девиантными способами.

Каждый возрастной этап ставит перед личностью свои специфические задачи взросления, от решения которых зависит развитие на последующем возрастном этапе. Нерешенные психологические задачи ведут к накоплению внутреннего напряжения из-за неразрешенных конфликтов. Личность, которая не может справиться с генерализованной неудовлетворенностью, используя внутренние ресурсы (актуализация устремлений), снимает неудовлетворенность внешними средствами (наркотик, алкоголь). Таким образом, нерешенные задачи взросления создают условия для развития психологической зависимости личности.

Все наркозависимые имеют личностные проблемы, но не все люди с психологическими проблемами становятся зависимыми. Человек будет иметь



психологический иммунитет против химической зависимости, если он способен адекватно выражать свои чувства (в том числе негативные); воспринимает жизнь такой, какая она есть; честен перед собой; способен поддерживать здоровые отношения с другими и может позаботиться о себе; умеет ставить цели и реализовывать их; способен к творчеству и увлечен делом; умеет получать удовольствие от разных вещей.

Одним из диагностических инструментариев выявления риска развития аддиктивного поведения является единая методика социально-психологического тестирования (ЕМ СПТ), которая основана на представлении о непрерывности и единовременности совместного психорегулирующего воздействия факторов риска и факторов защиты (протективных факторов).

Методика предназначена для выявления латентной и явной рискогенности социально-психологических условий, формирующих психологическую готовность к аддиктивному (зависимому) поведению у лиц подросткового и юношеского возраста. Она осуществляет оценку вероятности вовлечения в аддиктивное поведение на основе соотношения факторов риска и факторов защиты, воздействующих на обследуемых, выявляет повышенную и незначительную вероятность вовлечения в зависимое поведение. Данные, получаемые посредством ЕМ СПТ, могут быть использованы для организации профилактической работы в образовательной организации.

## **2 ОБЩИЕ ВОПРОСЫ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Программа воспитания образовательной организации нацелена на решение проблем гармоничного вхождения школьников в социальный мир и налаживания ответственных взаимоотношений с окружающими их людьми.

В работе с девиациями, к числу которых относится и аддиктивное (зависимое) поведение, принято выделять две формы: профилактика и коррекция. Профилактику следует рассматривать с позиций предотвращающего воздействия и управления процессом социализации детей, подростков, юношей, что заключается в нейтрализации как прямых, так и косвенных десоциализирующих влияний. Коррекционная деятельность направлена, главным образом, на разрушение уже существующих установок, представлений, ценностей, мотивов, стереотипов поведения и формирование новых, с целью достижения самореализации личности в соответствии с принятыми в обществе нормами.

Всемирная организация здравоохранения предлагает выделять первичную, вторичную и третичную профилактику. *Первичная профилактика* направлена на устранение неблагоприятных факторов, вызывающих определенное явление, а также на повышение устойчивости личности к влиянию этих факторов. Задача *вторичной профилактики* – раннее выявление и реабилитация нервно-психических нарушений, и работа с «группой риска», например, подростками, имеющими выраженную склонность к формированию аддиктивного поведения, либо опыт «эпизодического» потребления без проявления зависимости в настоящее время. *Третичная профилактика* решает такие специальные задачи, как лечение нервно-психических расстройств, сопровождающихся нарушениями поведения. Третичная профилактика также может быть направлена на предупреждение рецидивов у лиц с уже сформированным зависимым поведением.

В соответствии с требованиями Федерального закона от 8 января 1998 г. № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах» профилактическая деятельность должна ориентироваться на реализацию задач первичной профилактики, основанной, главным образом, на развитии культуры здорового образа жизни и других социально значимых ценностях: созидании, творчестве, духовном и нравственном совершенствовании человека.

Основная цель профилактических мер – создание условий для самореализации личности ребенка социально позитивными способами и устранение

негативных факторов, способствующих проявлению девиаций. При разработке профилактических мер важно помнить о психологических потребностях детей: в деятельности, где они могли бы быть успешными, и которая удовлетворяла бы их эмоциональные чувства и социальные ожидания; в личном эмпатийном общении, понимании, принятии и ощущении собственной значимости, защищенности, силы.

Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 года (утв. Минпросвещения России 15.06.2021 г.) определяет следующие технологии профилактики употребления ПАВ в образовательной среде:

1. *Социальные технологии* профилактики направлены на обеспечение условий эффективной социальной адаптации обучающихся образовательных организаций, а также формирование и развитие в обществе ценностных ориентиров и нормативных представлений, которые могут выступать в качестве альтернативы ценностям и нормам субкультуры, пропагандирующей употребление ПАВ. Реализуются через:

- информационно-просветительскую деятельность (антинаркотическая, антиалкогольная и антитабачная реклама, пропаганда здорового образа жизни в средствах массовой информации, профилирующие онлайн-ресурсы и социальные сети для антипропаганды потребления наркотиков, реализация интерактивных форм профилактической работы в сети Интернет);
- организационно-досуговую деятельность образовательных организаций и социальных служб, обеспечивающих вовлечение несовершеннолетних в просоциальную деятельность и содержательные виды досуга: клубы по интересам, спорт, общественные движения;
- социально-поддерживающую деятельность социальных служб, обеспечивающих помощь и поддержку группам обучающихся с вероятным

употреблением ПАВ и (или) с высоким риском вовлечения в употребление ПАВ (может реализовываться через социальный мониторинг, индивидуальную профилактическую работу).

2. *Психологические технологии* профилактики направлены на коррекцию определенных психологических особенностей у обучающихся, затрудняющих их социальную адаптацию и повышающих риск вовлечения в употребление ПАВ. Психологические технологии реализуются в следующих направлениях воздействия:

- развитие психологических ресурсов личности обучающихся, препятствующих формированию зависимости от ПАВ;
- развитие психологических и социальных навыков, способствующих формированию системы ценностей и убеждений, обеспечивающей сознательный отказ от употребления ПАВ и устойчивого неприятия незаконного потребления наркотиков, формирования культуры безопасного и здорового образа жизни;
- создание благоприятного доверительного климата и условий для успешной социализации в ученическом коллективе, социально-психологической адаптации в целом;
- реализация мероприятий, направленных на раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, включающих в себя социально-психологическое тестирование обучающихся образовательных организаций.

3. Технологии, предусматривающие *медицинскую профилактику*, направлены на раннее выявление обучающихся, имеющих риск потребления ПАВ и (или) потребляющих ПАВ. Они реализуются через раннее выявление употребления ПАВ среди обучающихся; мотивационное консультирование обучающихся, имеющих риск употребления ПАВ или потребляющих ПАВ, в целях формирования у них приверженности к отказу от употребления ПАВ, побуждения к обращению за оказанием медицинской помощи; медицинскую помощь по профилю психиатрия-наркология.

4. *Педагогические технологии* профилактики направлены на формирование у адресных групп профилактики (прежде всего, у обучающихся) представлений, норм поведения, оценок, снижающих риск приобщения к ПАВ, а также на развитие личностных ресурсов, обеспечивающих эффективную социальную адаптацию. Педагогические технологии реализуются посредством включения профилактических мероприятий в образовательные программы, внеурочную и воспитательную работу, в разрабатываемые педагогическими работниками проекты и реализуемые практики, в том числе с опорой на результаты социально-психологического тестирования обучающихся.

При реализации педагогических технологий следует придерживаться следующих принципов: системно-деятельностного подхода, нацеленного на развитие субъектной позиции личности обучающегося, умеющей ставить цели, решать задачи, и отвечать за результаты своей деятельности; педагогики сотрудничества, основанной на реализации совместной развивающей деятельности взрослых и детей, на основе установки доверительных отношений, взаимопонимания и взаимопроникновения в духовный мир друг друга, совместного анализа хода и результатов этой деятельности.

Существуют различные формы психопрофилактической работы.

1. *Организация социальной среды*. Воздействуя на социальные факторы, можно предотвратить нежелательное поведение личности. Воздействие может быть направлено на общество в целом, например, через создание негативного общественного мнения по отношению к отклоняющемуся поведению. Объектом работы также может быть семья, социальная группа (школа, класс) или конкретная личность.

2. *Информирование*. Это направление психопрофилактической работы в форме лекций, бесед, распространения специальной литературы или видео- и телефильмов. Суть подхода заключается в попытке воздействия на когнитивные процессы личности с целью повышения ее способности к принятию конструктивных решений. Для этого обычно широко используется информация,

подтвержденная статистическими данными, например, о пагубном влиянии наркотиков на здоровье и личность. Нередко информация имеет запугивающий характер. При этом перечисляются негативные последствия употребления наркотиков или описываются драматические судьбы девиантов, их личностная деградация.

Метод действительно увеличивает знания, но плохо влияет на изменение поведения. Само по себе информирование не снижает уровень девиаций. В некоторых же случаях, напротив, раннее знакомство с девиациями стимулирует усиление интереса к ним. Запугивание также может вызывать когнитивно-эмоциональный диссонанс, мотивирующий к данному виду поведения.

В ряде случаев информация дается несвоевременно: слишком поздно или слишком рано. Например, опыт работы с подростками подсказывает, что беседы по предупреждению наркозависимого поведения должны проводиться не позднее 14 лет. Они не должны содержать подробного описания наркотиков и эффектов, ими производимых. Такие беседы целесообразно направлять на обсуждение последствий девиантного поведения и способов воздержания от него, на выработку активной личностной позиции.

3. *Активное обучение социально-важным навыкам.* Данная модель преимущественно реализуется в форме групповых тренингов. В настоящее время распространены следующие формы:

- Тренинг резистентности (устойчивости) к негативному социальному влиянию. В ходе тренинга изменяются установки на девиантное поведение, формируются навыки распознавания рекламных стратегий, развивается способность говорить «нет» в случае давления сверстников, дается информация о возможном негативном влиянии родителей и других взрослых (например, употребляющих алкоголь) и т.д.

- Тренинг асертивности или аффективно-ценностного обучения основан на представлении, что девиантное поведение непосредственно связано с эмоциональными нарушениями. Для предупреждения данной проблемы подростков обучают распознавать эмоции, выражать их приемлемым образом и

продуктивно справляться со стрессом. В ходе групповой психологической работы также формируются навыки принятия решения, повышается самооценка, стимулируются процессы самоопределения и развития позитивных ценностей.

• Тренинг формирования жизненных навыков. Под жизненными навыками понимают наиболее важные социальные умения личности (умение общаться, поддерживать дружеские связи и конструктивно разрешать конфликты в межличностных отношениях, способность принимать на себя ответственность, ставить цели, отстаивать свою позицию и интересы, навыки самоконтроля, уверенного поведения, изменения себя и окружающей ситуации).

В работе с подростками данная модель представляется одной из наиболее перспективных.

4. *Организация деятельности, альтернативной девиантному поведению*. Эта форма работы связана с представлениями о заместительном эффекте девиантного поведения. Например, аддикция может играть важную роль в личностной динамике – повышение самооценки или интеграция в референтную среду. Предполагается, что люди используют психоактивные вещества, улучшающие настроение, до тех пор, пока не получают взамен что-то лучшее. Альтернативными формами активности признаны: познание (путешествия), испытание себя (походы в горы, спорт с риском), значимое общение, любовь, творчество, деятельность.

5. *Организация здорового образа жизни*. Исходит из представлений о личной ответственности за здоровье, гармонию с окружающим миром и своим организмом. Умение человека достигать оптимального состояния и успешно противостоять неблагоприятным факторам среды считается особенно ценным. Здоровый стиль жизни предполагает здоровое питание, регулярные физические нагрузки, соблюдение режима труда и отдыха, общение с природой, исключение излишеств.

6. *Активизация личностных ресурсов*. Активные занятия подростков спортом, их творческое самовыражение, участие в группах общения и личностного роста, арттерапия – все это активизирует личностные ресурсы, в

свою очередь обеспечивающие активность личности, ее здоровье и устойчивость к негативному внешнему воздействию.

*7. Минимизация негативных последствий девиантного поведения.* Данная форма работы используется в случаях уже сформированного отклоняющегося поведения. Она направлена на профилактику рецидивов или их негативных последствий. Например, наркозависимые подростки могут получать своевременную медицинскую помощь, а также необходимые знания по сопутствующим заболеваниям и их лечению.

Основным содержанием деятельности в области первичной профилактики выступает уменьшение до полного упразднения факторов риска и повышение факторов защиты. Детальное изучение факторов и процессов, которые защищают подростков от факторов риска, определяет основные направления профилактического воздействия.

Профилактика зависимостей от ПАВ должна основываться на предотвращении причин и факторов аддиктивного поведения, учитывать возрастные особенности детей и быть многоаспектной.

Основным структурным и содержательным компонентом системы профилактики употребления ПАВ в образовательной организации является комплексная система организации образовательной деятельности, которая направлена на обучение и воспитание детей и молодёжи, снижение риска употребления ПАВ за счёт расширения социальных компетенций, формирования личностных качеств, повышающих устойчивость к негативным влияниям среды на подростков.

Федеральные государственные образовательные стандарты на разных уровнях образования определяют основные направления работы по организации профилактики употребления ПАВ в школе:



– интеграцию профилактического содержания в базовые учебные программы через систему уроков в начальной школе («Окружающий мир», «Физическая культура»), в основной и старшей школе через метапредметную связь («Биология», «ОБЖ», «Физическая культура», «Обществознание»);

– воспитательную работу в рамках внеурочной деятельности (тематические занятия, тренинги, ролевые игры, дискуссии) и дополнительное образование (спортивные кружки, секции, занятия в творческих коллективах, студиях и клубах);

– индивидуальную работу с обучающимися, направленную на выявление тех или иных факторов риска формирования зависимости от ПАВ, повышение мотивации на здоровый образ жизни.

Необходимо учитывать, что личностные особенности обучающихся не корректируются одним мероприятием, для этого необходимо организовать длительную системную работу не только классного руководителя с ученическим коллективом, но и привлекать школьного психолога, социального педагога и других специалистов.

Педагогические работники в рамках урочной и внеурочной деятельности могут проводить мероприятия первичной профилактики, направленные на формирование культуры здоровья, здорового образа жизни, а также на развитие ресурсов личности обучающихся. Сотрудники правоохранительных органов во время занятий в образовательных организациях акцентируют внимание учащихся на правовые аспекты потребления наркотиков, ПАВ, включая вопросы наказания за их распространение. Медицинские работники и другие специалисты, работающие в сфере здравоохранения, рассматривают с учащимися проблемы негативного влияния употребления наркотиков и ПАВ на здоровье.

Организация работы в образовательной среде по вопросам профилактики употребления обучающимися психоактивных веществ / зависимого поведения, являясь неотъемлемой частью ответственности образовательной ор-

ганизации, нуждается в системном и непрерывном осмыслении ее результатов, оценке эффективности с точки зрения воспитывающего, развивающего ресурсы подростков потенциала.

Ключевым аспектом всей системы профилактики в образовательной среде является понимание, что эффективность профилактической работы напрямую связана с возможностями образовательной организации, которые во многом превосходят другие социальные институты, включая возможности профилактики в семье.

### **3 СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ: ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ, МЕТОДИКА**

На сегодняшний день социально-психологическое тестирование является необходимой мерой контроля и предупреждения распространения наркомании в подростковой и молодежной среде.

Социально-психологическое тестирование – это психодиагностическое обследование, позволяющее выявлять исключительно психологические факторы риска возможного вовлечения в зависимое поведение, связанные с дефицитом ресурсов психологической устойчивости личности.

Основными задачами СПТ являются:

- выявление у обучающихся психологических факторов риска вовлечения в аддиктивное поведение для их последующей психологической коррекции;
- организация адресной и системной работы с обучающимися образовательной организации, направленной на профилактику вовлечения в потребление наркотических средств и психоактивных веществ;
- определение образовательных организаций, обучающиеся которых направляются на профилактические медицинские осмотры.

Единая методика проведения социально-психологического тестирования (ЕМ СПТ), разработанная Минпросвещения России и введенная как обязательная к использованию с 2019 года, основана на представлении о непрерывности и единовременности совместного психорегулирующего воздействия на поведение факторов риска и факторов защиты (протективных факторов).

ЕМ СПТ является опросником и применяется для тестирования лиц подросткового и юношеского возраста старше 13 лет. Она представлена в трех формах:

- форма «А-110» состоит 110 утверждений и предназначена для тестирования обучающихся 7-9 классов;
- форма «В-140» включает 140 утверждений для тестирования обучающихся 10-11 классов;
- форма «С-140» содержит 140 утверждений для тестирования студентов профессиональных образовательных организаций.

Необходимо подчеркнуть, что результаты социально-психологического тестирования:

- не являются достаточным основанием для постановки тестируемого на какой-либо вид учета (внутришкольный, наркологический учет или постановки иного диагноза);
- могут лишь мотивировать тестируемого обратиться за консультацией к психологу, а также воспользоваться предложениями по участию в программах или мероприятиях, направленных на развитие навыков личностно-доверительного общения, качеств личности, обеспечивающих оптимальную социально-психологическую адаптацию;
- позволяют тестируемому получить информацию о самом себе, содействуя развитию у него навыков рефлексии, позволяющей адекватно оценивать свои возможности;

– обобщенные (не персональные) результаты социально-психологического тестирования позволяют организовать эффективные психопрофилактические мероприятия на уровне муниципальных образований и каждой конкретной школы.

Для обеспечения надежности и достоверности данных СПТ должно проводиться с соблюдением ряда базовых требований (принципов):

1) *Принцип добровольности.* Обязательным условием для проведения тестирования является добровольное информированное согласие на его проведение, которое дают самостоятельно учащиеся от 15 лет и старше, а на принятие участия в тестировании учащимися от 13 до 15 лет добровольное информированное согласие дают их родители (законные представители). Применение каких-либо «санкций» за отказ от участия в исследовании является категорически недопустимым.

2) *Принцип конфиденциальности.* Исследование проводится анонимно, а образовательная организация обязана обеспечить конфиденциальность сведений, полученных в результате проведения социально-психологического тестирования обучающихся.

Оценка вероятности вовлечения в аддиктивное поведение в СПТ строится на основе соотношения факторов риска и факторов защиты, воздействующих на обследуемых.

Под *факторами риска* в методике понимаются социально-психологические условия, повышающие угрозу вовлечения в зависимое поведение. При этом выделяется два типа рисков: связанные с индивидуальными психологическими и поведенческими особенностями индивидуума, и связанные с условиями, регулирующими взаимоотношения личности и социума.

*Факторы защиты (протективные факторы)* – это обстоятельства, повышающие социально-психологическую устойчивость к воздействию факторов риска.

Результаты тестирования позволяют классифицировать респондентов на четыре группы на основе соотношения выраженности показателей факторов риска и факторов защиты:

1. Благоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты.
2. Актуализация (выраженность) факторов риска при достаточной выраженности факторов защиты.
3. Редукция (снижение) факторов защиты при допустимой выраженности факторов риска.
4. Неблагоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты.

Итоговое заключение по результатам СПТ определяет респондентов с повышенной вероятностью вовлечения в зависимое поведение.

Особого внимания требуют респонденты, отнесенные в группу с недостоверными ответами (резистентность выборки). Причинами резистентности (сопротивляемости) респондентов тестированию может быть комплекс факторов:

1. Нежелание обучающихся участвовать в тестировании. В таком случае следует усиливать мотивационную сторону при организации тестирования, нацеливать обучающихся на возможности самоисследования, самопознания.

2. Желание показать себя с лучшей стороны, что влечет неискренность при ответах и отражается в результатах методики.

3. Субъективные факторы, включая давление со стороны педагогов (требование обязательного участия, неверная трактовка назначения самого тестирования для обучающихся), ориентация на «положительные» ответы.

4. Региональные особенности, связанные с этнокультурным компонентом, в том числе с особенностями восприятия семантического значения диагностического инструментария методики.

Педагогу-психологу рекомендуется более подробно изучить ответы респондентов и сделать заключение о причинах недостоверных ответов на основе имеющихся данных.

## **4 ИНФОРМАЦИОННО-РАЗЪЯСНИТЕЛЬНАЯ РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПТ**

Начальным этапом и одним из важнейших шагов в организации проведения социально-психологического тестирования в образовательной организации является информационно-разъяснительная работа с родителями и обучающимися. Работа с родителями в рамках СПТ направлена, прежде всего, на повышение мотивации к участию в тестировании, а также на разъяснение социальной значимости прохождения медицинских осмотров.

Работа с родителями (проведение тематических родительских собраний, мотивационных бесед с родителями и др.) является одним из важнейших направлений подготовки к тестированию. Реагирование подростка на процедуру тестирования во многом обусловлено отношением его родителей к данной процедуре. Несмотря на актуальность проблемы наркомании в подростковой и молодежной среде, многие родители до сих пор остаются некомпетентными как в вопросах наркозависимости, так и в вопросах профилактики.

Несмотря на то, что СПТ ежегодно проводится с 2014/15 учебного года, у родительского сообщества по-прежнему возникает множество вопросов, связанных с процедурой проведения СПТ.

Как показывает опыт, родители настороженно относятся к любого рода тестированиям и исследованиям, боятся последующей стигматизации детей. Другая часть родителей опасается, что с их детьми вообще кто-либо будет говорить о проблеме наркомании, они убеждены, что эта проблема никогда не коснется их детей. Зачастую это происходит именно от незнания и не владения информацией.

**Цель информационно-мотивационной кампании:** формирование у родительской общественности позитивного отношения к СПТ обучающихся в образовательных организациях, получение добровольных информированных согласий от максимального количества родителей.

### **Задачи:**

- информирование родителей по вопросам СПТ обучающихся в образовательных организациях;
- формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, профилактики отклоняющегося поведения, в том числе связанного с употреблением психоактивных веществ, повышение профилактической и антинаркотической грамотности родителей;
- повышение информированности родителей в области профилактики аддиктивного поведения, а также содействие освоению способов обсуждения с детьми вопросов, связанных с профилактикой рискованного поведения;
- усиление мотивационного воздействия, направленного на минимизацию отказов от тестирования, в том числе социальной значимости прохождения медицинских осмотров;
- мотивирование родителей на профилактические меры в семье по профилактике употребления психоактивных веществ и своевременную психолого-педагогическую коррекцию поведения ребенка в ситуациях возникновения риска первых проб психоактивных веществ.

Успех реализации информационно-просветительской работы образовательной организации зависит от выполнения ряда условий:

1. Наличие в образовательной организации отлаженной системы работы с родителями обучающихся, основанной на оперативности обмена информацией, наличии обратной связи от родителей, удовлетворенности родителей характером взаимодействия с администрацией образовательного учреждения, педагогами, классным руководителем / куратором учебной группы.
2. Персональная информированность и мотивация педагогов (в первую очередь, классного руководителя) к проведению СПТ. Необходимо подчеркнуть, что мотивация строится на личностно профессиональном отношении педагогов к тому процессу, в который они предлагают включиться обучающимся и их родителям. Если педагогический коллектив сомневается в эффективности проводимых профилактических мероприятий или настроен по отношению к

ним негативно, то усилия, направленные на расширение охвата обучающихся социально-психологическим тестированием, не будут иметь никакого успеха. Таким образом, проведение мероприятий по раннему выявлению незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ в образовательной организации должно начинаться с проведения обучающих мероприятий для педагогических работников

3. Характер непосредственной организации информационно-просветительской работы. Рекомендуется не просто раздать бланки информированного согласия на очередном родительском собрании и сказать пару слов о важности данного мероприятия, а запланировать тематические мероприятия с показом видеороликов / презентаций, проведение мотивационных бесед с родителями, индивидуальную работу с сомневающимися и пр.

При проведении информационно-разъяснительной работы с родителями (законными представителями) обучающихся необходимо, в первую очередь, акцентировать внимание на том, что социально-психологическое тестирование **не выявляет** факта незаконного потребления ПАВ.

Кроме того, при проведении информационно-разъяснительной работы с родителями (законными представителями) стоит остановиться на разъяснении следующих положений:

- СПТ проводится анонимно, данные каждого обучающегося остаются конфиденциальными, не подлежат разглашению, и никто из педагогов или других лиц ответов конкретного учащегося знать не будет. Однако проведение данного тестирования позволит узнать общую ситуацию в образовательной организации, даст информацию о сформированности личностных ресурсов обучающихся по предотвращению рисков вовлечения в аддиктивное поведение и поможет скорректировать воспитательную (профилактическую) работу для более успешной выработки данных ресурсов.



- Результаты СПТ никаким образом не могут быть основанием для постановки тестируемого на какой-либо вид учета (внутришкольный, наркологический учет или постановки иного диагноза).

- Само тестирование основано на валидных, проверенных временем и корректных психодиагностических методиках, что позволяет испытуемому получить информацию о самом себе, содействует развитию у него навыков рефлексии, позволяющей адекватно оценивать свои возможности.

- Обобщенные (не персональные) результаты социально-психологического тестирования позволяют организовать эффективные психопрофилактические мероприятия на уровне муниципальных образований и каждой конкретной образовательной организации.

- Специфика подросткового и раннего юношеского возраста заключается в переориентации детей со взрослых (в том числе родителей) на сверстников. Влияние сверстников, сочетаясь с чувством взрослости и поиском независимости, может толкать даже социально благополучных подростков к деструктивным формам поведения. СПТ позволяет среди прочего установить наличие фактов наркопотребления в подростковой среде, а также наличие психологических качеств, способствующих сопротивлению вовлечению в аддиктивное поведение. Родителям важно помнить, что многое, происходящее с подростком, может оставаться от них скрытым. Таким образом, СПТ может стать соратником родителей и педагогов в защите подростков от негативного влияния.

В целях обеспечения психологической безопасности процедуры социально-психологического тестирования в заключении информационно-мотивационной беседы полезно подчеркивать принципы социально-психологического тестирования: добровольность, конфиденциальность, ненаказуемость, оказание помощи.

## **5 РЕЗУЛЬТАТЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ КАК ОСНОВА ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

Социально-психологическое тестирование является диагностическим компонентом воспитательной деятельности образовательной организации. Полученные результаты позволяют определить направленность и содержание профилактической работы с обучающимися, оказать обучающимся своевременную адресную психолого-педагогическую помощь. На основании результатов методики для обучающихся с показателями повышенной вероятности вовлечения в зависимое поведение рекомендуется разрабатывать индивидуальные или групповые профилактические программы.

По результатам социально-психологического тестирования необходимо провести корректировку планов воспитательной работы классов и образовательной организации в целом.

При наличии трех и более показателей риска в классе, возможность вовлечения обучающихся в употребление психоактивных веществ возрастает, в связи с чем администрация образовательной организации принимает решение:

- о проведении коррекционно-развивающей работы с учащимися классов, в которых выявлены риски;
- о привлечении специалистов к проведению данных мероприятий (медицинские работники, педагоги-психологи, инспекторы ИДН и др.);
- об обеспечении методического сопровождения мероприятий.

Организованная таким образом работа, в рамках одного учебного года, позволяет сохранять целевой контингент профилактической деятельности образовательной организации, следуя принципам системности и средовой обусловленности.

Социально-психологическое тестирование, являясь инструментом для построения адресной профилактической работы, позволяет определить конкретные зоны приложения усилий специалистов.

По итогам СПТ у специалистов, ответственных за его организацию в образовательном учреждении, появляется развернутая информация по всем классам / группам, принявшим участие в исследовании.

Рекомендуется проводить анализ результатов не только по интегральным показателям риска вовлечения, но и по отдельным субшкалам методики. Руководство СПТ не содержит установленных норм, рекомендуя делать расчет региональных, но с некоторой долей условности повышенными значениями по шкалам можно считать показатели от 65-70% от максимального значения, а пониженными – ниже 30%.

Таблица 1

### Шкалы СПТ в зависимости от формы теста

Факторы		Шкала	Обозначение шкал	Форма Теста (максимальный балл)	
				А-110	В-140 / С-140
<b>РИСКА</b>	<i>Связанные с взаимоотношениями личности и социума</i>	Потребность в одобрении	По-1 и По-2	60	60
		Подверженность влиянию группы	ПВГ	30	30
		Принятие асоциальных установок социума	ПАУ	30	30
		Наркопотребление в социальном окружении	НСО	-	30
	<i>Связанные с индивидуальными особенностями</i>	Склонность к риску	СР	30	30
		Импульсивность	И	30	30
		Тревожность	Т	30	30
		Фрустрация	Ф	-	30
<b>ЗАЩИТЫ</b>	Принятие родителями	ПР	30	30	
	Принятие одноклассниками	ПО	30	30	
	Социальная активность	СА	30	30	
	Самоконтроль поведения	СП	30	30	
	Самозффективность	С	-	30	

Рассмотрим каждую группу факторов и особенности организации профилактической работы на основе данных СПТ.

## **5.1 ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ФАКТОРОВ РИСКА**

В СПТ диагностируются два типа факторов риска вовлечения в аддиктивное поведение: факторы, связанные с взаимоотношениями личности и социума, и факторы, связанные с индивидуально-личностными особенностями.

### ***5.1.1 ФАКТОРЫ, СВЯЗАННЫЕ С ВЗАИМООТНОШЕНИЯМИ ЛИЧНОСТИ И СОЦИУМА***

К факторам данной группы относят факторы конформности личности и характеристики социальной среды, в условиях которой развивается подросток или юноша.

Конформность является фактором развития зависимостей и девиаций в данном возрасте потому, что по данным многих авторов, одним из основных мотивов подростка является поиск идентичности. В сочетании с ведущей деятельностью данного периода, когда группа сверстников становится наиболее значимым кругом общения, а статус в данной группе – высочайшей ценностью, конформность, несомненно, выступает фактором риска развития зависимого поведения.

В методике СПТ конформность выявляется через два параметра: потребность в одобрении и подверженность влиянию.

**Потребность в одобрении** — это желание получать позитивный отклик в ответ на свое поведение. В гипертрофированном виде переходит в неразборчивое стремление угождать и нравиться всем подряд, лгать, создавать о себе преувеличенно хорошее мнение с целью быть принятым (понравиться).

Повышенные показатели по данной шкале свидетельствуют, что испытуемые зависимы от благоприятных оценок со стороны окружающих, чувствительны к критике, всячески стремятся соответствовать ожиданиям, быть при-

нятыми, пусть даже и вопреки своим интересам. Риск вовлечения в аддиктивное поведение, таким образом, в данном случае будет связан с приемом психоактивных веществ под влиянием группы сверстников, чтобы не быть ею отвергнутым.

При этом следует отметить, что высокий уровень выраженности признака может говорить о неискренности, в том числе с самим собой, доминировании Я-фантастического. Высокие показатели по шкале могут быть также связаны с протестными реакциями против психологического тестирования, либо против межличностного взаимодействия как такового.

Пониженный уровень потребности в одобрении указывает на низкий уровень конформности, на стремление к независимости. Испытуемые с низкими показателями по данной шкале не стараются выглядеть в глазах окружающих лучше, чем есть на самом деле, и могут ставить себя вне социальных связей и социального одобрения, и не принимать традиционные социальные нормы. Таким образом, высокие показатели показывают способность противостоять давлению группы, однако гипертрофированное стремление к независимости может также быть фактором риска, когда ПАВ принимаются не под давлением сверстников, а как форма протеста против постулируемых взрослыми норм.

**Подверженность влиянию группы** – повышенная восприимчивость воздействию группы или ее членов, приводящая к подчинению группе, готовности изменить свое поведение и установки.

Высокие баллы указывают на отсутствие самостоятельности в принятии решений, зависимость от мнения и требований группы, ведомость, уступчивость, уклонение от ответственности за свои поступки. Низкие баллы свидетельствуют о независимости, склонности принимать самостоятельные решения, давать негативную оценку общественному мнению, действовать вопреки влиянию группы. Таким образом, так же, как и в предыдущем параметре, высокие показатели могут указывать на риск развития зависимого поведения, но не как результата давления группы, а, скорее, негативизма.

### ***Возможные направления профилактики и коррекции***

Для преодоления склонности к конформности возможны различные методики. На когнитивном уровне необходима просветительская работа. Так, можно посвятить классный час беседе о феномене подчинения большинству, о его плюсах и минусах, о том, чем независимое поведение отличается от негативизма. Полезным может быть совместный просмотр и обсуждение фильма (или его отрывков) «Я и другие». Возможна рефлексивная работа с подростками о ситуациях, когда они не могли противостоять давлению группы, тренинг по выработке навыка отвечать «нет». Следует помнить, что конформное поведение часто сопровождается неадекватной самооценкой подростка, повышенной тревожностью, что также требует коррекционных мер.

Ниже по QR ссылкам можно найти примеры профилактических мероприятий.



Занятие с элементами тренинга «Конформное поведение»



Тренинговое занятие «Умей сказать «НЕТ!»



«Я и другие» (научно-популярный фильм 1971 года, режиссёр Ф. Соболев)

Другая группа характеристик в рамках факторов риска, связанных с взаимоотношениями личности и социума, – это характеристики социальной среды. К этой группе относятся шкалы СПТ «принятие асоциальных установок социума» и «наркопотребление в социальном окружении». В отличие от двух других шкал, описанных выше, где средние значения соответствовали социальной норме и указывали на незначительный риск развития зависимого поведения, здесь уровни выраженности признака скорее представляют собой

прогрессивную шкалу, где каждый уровень выраженности признака соответствует уровню риска развития аддикции.

**Принятие асоциальных установок социума** – это согласие, убежденность в приемлемости для себя отрицательных примеров поведения, распространенных в маргинальной части общества. В частности, оправдание своих социально неодобряемых поступков идеализированными и героизированными примерами поведения, достойного порицания.

Высокие баллы по данной шкале указывают, что испытуемый проявляет интерес к социально неодобряемым действиям и мнениям, испытывает азарт избегания наказания или порицания, проявляет пониженную критичность к себе, своему поведению, идентифицирует себя с группой лиц, которым позволено нарушать социальные нормы. Средние баллы свидетельствуют о отсутствии устойчивой склонности принимать социально неодобряемые установки, испытуемый принимает возможность нарушения норм, но не идентифицирует себя с теми, кому это дозволено, не обладает устойчивой системой установок относительно норм поведения, склонен к оппозиции себя большинству.

### ***Возможные направления профилактики***

Когда мы говорим об установках, важно помнить, что формирование (как и коррекция) данных установок может осуществляться посредством четырех механизмов:

- *подражание* – формирование установки на бессознательном уровне через копирование поведения других лиц, как правило, превосходящих в социальном / материальном положении, навыках, интеллекте / способностях; при этом восхищение вызывают одни качества, а подражает субъект другому (стилю одежды, например), в том числе могут усваиваться и социальные установки объекта подражания;
- *идентификация* – уподобление себя другому («осознанное подражание»), когда субъект сознательно повторяет чужое поведение и чужие уста-

новки; идентификация характерна для ситуаций, когда у субъекта нет сложившегося стереотипа действий, и поэтому ему легче повторить действия других, когда субъект не уверен в себе и своих действиях, находится на обучении и пр.;

- *обучение* – формирование установки на сознательном уровне, когда ему прямо сообщают, какие эмоции, какое поведение от него требуются (или осуждаются) в той или иной ситуации;

- *инструктирование* – формирование / изменение установки в процессе осуществления какой-либо деятельности, при этом субъекту не сообщают, что его установка должна измениться и как именно.

Следует помнить, что из данных четырех механизмов обучение наименее действенный способ, потому что на сознательном уровне подросток может сопротивляться воздействию, пропускать информацию сквозь фильтр недоверия, особенно, когда она поступает от взрослых. Подражание и идентификация достаточно действенны, но мало управляемы, поскольку заранее предопределить круг лиц, которые будут вызывать у подростков стремление к идентификации и подражанию, затруднительно. Однако возможно использовать примеры известных успешных людей (музыкантов, актеров, бизнесменов и др.), отрицательно относящихся к ПАВ и заявляющих об этом, либо предупреждающих о негативном опыте. Наиболее действенным, таким образом, становится инструктирование. Данный механизм заключается в том, что подростку дают задание, в ходе выполнения которого, его позитивная установка на социально неодобряемое поведение будет изменена. Это могут быть задания, например, на подготовку доклада о детях из семей употребляющих ПАВ, выступление в деловой игре от лица родственников наркозависимых, просмотр фильма о последствиях наркопотребления и пр. Важно, чтобы данные задания разрушали романтический образ употребляющего ПАВ как бунтаря против системы, показывали последствия подобных действий.

**Наркопотребление в социальном окружении – распространенность**



наркопотребляющих среди знакомых и близких, создающая опасность приобщения к наркотикам и формирования референтной группы из наркопотребляющих. Высокие баллы по шкале говорят об опасном количестве носителей зависимости в социальном окружении, возможности формирования референтной группы из лиц с наркотической зависимостью, повышенной вероятности формирования интереса к употреблению наркотических средств. Средний уровень указывает на существенное количество носителей зависимости в социальном окружении подростка (юноши), возможное наличие примера наркопотребления для подражания, некритичное или безразличное отношение к наркопотребляющим, вероятность социального одобрения наркопотребления, формирования интереса к наркотикам и приобщения к наркотикам.

#### ***Возможные направления профилактики***

Выявление среднего и высокого уровней по данной шкале является тревожным показателем, который практически невозможно корректировать, т.к. возможности воздействия на внешнюю среду очень ограничены. В этом контексте профилактика должна концентрироваться на выработке способности противостоять асоциальной среде, формированию неприятия асоциальных норм, давать образцы социально приемлемого поведения и возможностях социализации во внеурочной деятельности.

#### ***5.1.2 ФАКТОРЫ, СВЯЗАННЫЕ С ИНДИВИДУАЛЬНЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ ПОВЕДЕНИЯ***

Из факторов данной группы в СПТ исследуются такие личностные особенности как склонность к риску, тревожность, импульсивность и фрустрация. По данным шкалам на вероятность возникновения аддиктивного поведения указывают только высокие показатели.

**Склонность к риску (опасности)** – предпочтение действий и ситуаций, выбор вариантов альтернатив, сопряженных с большой вероятностью потери.

По данной шкале высокие показатели указывают, что у испытуемого неадекватно занижена оценка рискованности той или иной ситуации, преобладает поведение, основанное на непосредственных эмоциях и желаниях, в силу чего риски не учитываются, критичность к рискованному поведению отсутствует.

Сама по себе склонность к риску не является патологическим фактором, и, как известно, тесно связана с мотивацией достижения успеха и избегания неудач. Так, исследования показывают, что люди, умеренно сильно ориентированные на успех, предпочитают средний уровень риска. Те же, кто боится неудач, предпочитают малый или, наоборот, слишком большой уровень риска. Чем выше мотивация человека к успеху – достижению цели, тем ниже готовность к риску. И.С. Кон отмечает, что риск является нормальной чертой человека, помогающей ему развиваться и познавать новое. Рискованное поведение многие определяют как неотъемлемую черту лидерства (И.П. Чередниченко, Н.В. Тельных). Причина такого расхождения во многом исходит от неоднозначности самого понятия «риск», его понимания и определения видов.

Часто в литературе рискованность рассматривается как характеристика поведения, сплав личностно-ситуационных и социальных факторов. Некоторые авторы выделяют особый набор, комплекс черт личности, который влияет на степень рискованности поведения человека, также как и ситуации, провоцирующие рискованное поведение.

К чертам рискованной личности относят экстремально выраженную потребность доминировать над другими людьми. Кроме того, отмечают, что таким людям свойствен низкий самоконтроль (господство эмоциональной сферы над рациональной), импульсивность, ригидность, эгоистичность, гиперактивность, инициативность, авантюризм намерений, комплекс вседозволенности, склонность к обману. Установлено, что люди агрессивные, с сильной потребностью в доминировании и самоутверждении, более рискованны. В некоторых работах выявлено, что склонность к риску связана со многими качествами личности, такими как: тревожность, конфликтность, агрессивность,

стремление к острым ощущениям. Иногда склонность к риску связана с эмоциональным неблагополучием. Она отражает напряженность, тревожность, агрессивность, стремление доказать собственную самостоятельность, повысить авторитет в глазах сверстников.

В современных исследованиях рискованного поведения выделяются два его вида:

1) «принятие риска» как результат когнитивного процесса ориентировки в ситуации, вероятностной оценки результата тех или иных действий субъекта и принятия решения действовать в направлении достижения цели в условиях дефицита времени, информации и других параметров ситуации;

2) импульсивная потребность в «острых» ощущениях, иначе говоря «поиск ощущений». При этом «поиск ощущений» на уровне личностной организации рассматривается как более непосредственная форма поведения, которая является базисной для принятия риска. Потребность в «острых» ощущениях с возрастом включается в определенную социальную деятельность, начинает опосредоваться когнитивными процессами и преобразуется в принятие риска и готовность рисковать ради определенной цели. В этом случае рискованное поведение как вид деятельности реализуется, например, в опасной профессии, спорте и т.д. Когда потребность в острых ощущениях не может обрести социальные формы из-за недостаточности зрелых личностных ресурсов, она проявляется в девиантном поведении, в том числе в злоупотреблении ПАВ. Исследования больных с наркотической зависимостью показывают, что для них характерны высокие показатели поиска ощущений в сочетании с низкой мотивацией достижения и волевого самоконтроля, а также низкие показатели общей осмысленности жизни как интегрального показателя мотивационного потенциала личности.

Риск всегда связан с неопределенностью. Иногда это обуславливается необходимостью, расчетом на положительный исход того или иного поступка. Но неоправданный риск присутствует в жизнедеятельности подростков

намного чаще. Так, в исследованиях В. С. Цуккермана, посвященных возрастной динамике склонности к риску, показано, что жажда острых ощущений нарастает в возрастной период от 9 до 14 лет, а после 20 лет снижается. Ю. Д. Башкина и С.Т. Посохова в своих исследованиях замечают, что подросткам свойственно переживание склонности к риску, которая может проявиться в конструктивной и деструктивной формах. К конструктивной относятся занятия спортом с повышенным риском, что, по мнению исследователей, способствует самораскрытию и самореализации подростка, а к деструктивной, например, употребление психоактивных веществ, при котором риск становится причиной балансирования между жизнью и смертью.

Поиск ощущений и склонность к риску можно рассматривать как психологическую мишень профилактики зависимости от ПАВ. В качестве меры профилактики можно рассматривать усиление и формирование определенных личностных ресурсов, которые позволили бы реализовать эту потребность в социализированных видах деятельности. Это, прежде всего, мотивация достижения, волевой контроль и саморегуляция, наполненность жизни смыслом. На уровне первичной профилактики употребления ПАВ в образовательной среде для компенсации импульсивных форм «поиск ощущений» необходимо предлагать школьникам и студентам возможности реализовывать потребность в острых ощущениях в социализированных формах, развивая доступность спортивных секций, клубов по интересам и различных мероприятий, направленных на разнообразное и активное проведения досуга. При этом в образовательной среде необходимо внедрять тренинговые программы по формированию здорового образа жизни, направленные на развитие мотивационно–потребностной сферы, волевой регуляции и самоконтроля.

На уровне вторичной профилактики целесообразно методами психологической диагностики выявлять лица с высокой склонностью к риску и проводить с ними специализированные коррекционные программы, направленные на развитие личностных и мотивационных ресурсов, позволяющих реализовывать потребность в риске в социально приемлемых формах.

**Импульсивность** – устойчивая склонность действовать по первому побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или эмоций. Высокие баллы говорят, что испытуемый может быть охарактеризован как эмоционально неустойчивый и раздражительный. Он слабо контролирует свои эмоции, для него характерны перепады настроения, подверженность сиюминутным побуждениям, низкая саморегуляция поведения.

Под импульсивными поступками понимаются формы поведения, имеющие много различных аспектов. Импульсивными считаются те действия, которые были предварительно плохо обдуманы и были совершены преждевременно и поспешно. Эти действия были стремительными, быстрыми и/или излишне рискованными. Импульсивное поведение как таковое лабильно, спонтанно, неорганизованно и осуществляется без внимания к деталям. Импульсивные поступки часто ставят под угрозу безопасность, не соответствуют ситуации, что может привести к нежелательным последствиям для самого индивида и для окружающих его людей. Импульсивность рассматривается как антипод рефлексивности, самоконтроля и терпения. Импульсивность предполагает неупорядоченность, безотлагательность в следовании своим побуждениям, сиюминутным прихотям и желаниям, стремление к разрядке и к получению острых ощущений. Импульсивность может определяться и как невозможность отложить желание «на потом», слабость поведенческого компонента самоконтроля и неспособность сменить направление ранее инициированной деятельности. Импульсивность также предполагает интенцию делать выбор в пользу немедленного получения удовлетворения даже в ущерб отдаленным выгодам и отсроченным перспективам

Импульсивность – это сложная, многогранная и не унитарная конструкция, она может быть врожденной личностной чертой (склонностью), симптомом расстройства (например, СДВГ), а может быть и приобретенной характеристикой, появившейся, например, в результате определенных негативных влияний, вмешательств или травм. Импульсивность может актуализироваться

вследствие повторяющихся форм поведения (например, азартных игр), и по причине хронического фармакологического воздействия ПАВ на мозг уязвимого к этому воздействию человека. Традиционно принято выделять моторную (поведенческую) импульсивность и импульсивность когнитивную.

Главной формой коррекции импульсивности будет являться развитие навыков саморегуляции и самоконтроля.

Саморегуляция у подростков имеет свою специфику, связанную с психологическими особенностями данного возраста. Склонность к самоанализу, развитие личностной рефлексии являются благоприятными предпосылками и необходимыми условиями развития саморегуляции. Следует также отметить, что именно в подростковом возрасте впервые становится возможным самовоспитание, которое представляет собой важную составляющую процесса саморегуляции.

Подросток должен знать свои наиболее сильные и слабые характерологические особенности, уметь адекватно оценивать уровень своих физических и психических возможностей. Он должен уметь управлять своим психическим здоровьем. Это предполагает тренировку собственной психики, раскрытие ее резервов, развитие, совершенствование психических процессов (память, мышление, воображение и т.д.), эмоциональное воспитание. Подросток должен быть уверен в собственных силах и возможностях, и должен уметь ими распоряжаться.

Как известно, эмоциональная сфера подростков обладает рядом особенностей, среди которых возбудимость и высокая чувствительность. Кроме того, подросткам бывает трудно разобраться в своих чувствах, дифференцировать одну эмоцию от другой. Поэтому работа с эмоциями особенно важна в этом возрасте. Важно отметить, что эмоции тесно связаны с поведением человека, причем эта связь двухсторонняя. С одной стороны, эмоции проявляются в поведении и фактически управляют им, с другой стороны, поведение влияет на эмоции, ослабляя или усиливая их. Практически невозможно научиться эф-

фективно управлять эмоциями, не научившись одновременно сознательно регулировать свое поведение. Справедливо и обратное: человек, который не в состоянии управлять своими эмоциями, не может контролировать и собственные действия.

Исходя из вышеизложенного, необходимо отметить, что признаками развитой сферы саморегуляции являются такие умения, как умение вовремя снижать напряжение; снимать внутренние «зажимы»; расслабляться; обретать состояние внутренней стабильности, свободы и уверенности в себе. Всё это способствует нейтрализации и снижению отрицательных эмоций гнева, раздражения, повышенной тревожности, агрессии, которые часто наблюдаются в подростковом возрасте. Именно данные навыки и умения позволяют подросткам развить в себе способности конструктивно решать возникающие трудности и избегать аддикции.

Формирование саморегуляции возможно методами психотехнических упражнений и тренингов, социально-психологических тренинговых форм и др.

Ниже по QR ссылкам можно найти примеры профилактических занятий и упражнений по развитию саморегуляции.



Сборник упражнений по развитию саморегуляции подростков



Четыре упражнения, которые помогут научить подростков самоконтролю



Приемы и способы саморегуляции. Занятие для подростков

**Тревожность** – предрасположенность воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающие, приводящая к плохому настроению,

мрачным предчувствиям, беспокойству. Лица, показывающие высокие показатели по данной шкале, могут быть неуверенными в себе, ранимыми, беспокойными, напряженными, застенчивыми. Они склонны воспринимать большинство ситуаций как угрожающие, чувствительны к одобрению окружающих, интровертированы.

Тревожность – устойчивое личностное образование, сохраняющееся на протяжении достаточно длительного периода времени. Она имеет собственную побудительную силу и константные формы реализации в поведении с преобладанием компенсаторных и защитных проявлений. Тревожность является наиболее распространенным видом отклонений в эмоциональной сфере личности. Она всегда интрапсихична, т.е. обусловлена внутренне и связывается с внешними объектами лишь в той мере, в какой они стимулируют внутренние конфликты. Для тревожности также характерна пролонгированность, т.е. ей свойственно растягиваться во времени, постоянно повторяться или становиться непрерывной. С физиологической точки зрения тревожность является реактивным состоянием. Она вызывает физиологические изменения, подготавливающие организм к борьбе – отступлению или сопротивлению.

В психологическом плане состояние тревожности субъективно характеризуется сознательно воспринимаемыми ощущениями угрозы и напряжения, связанными с активацией или возбуждением нервной системы. При частом повторении переживаний тревоги возможно появление нарушений в виде невротической тревоги и невроза страха. Отличительной особенностью подобного эмоционального отклонения является повышенное эмоциональное напряжение, которое может возникнуть при любом внутреннем конфликте, затрагивающем самовосприятие и самооценку.

Возникновение и закрепление тревожности связаны с неудовлетворением ведущих возрастных потребностей ребенка, которые приобретают гипертрофированный характер. До подросткового возраста тревожность является производной широкого круга семейных нарушений. В подростковом возрасте



обсуждаемый конструкт приобретает форму устойчивого личностного образования, опосредуясь при этом особенностями «Я - концепции», отношения к себе. Механизм закрепления и усиления тревожности представляется как «замкнутый психологический круг», ведущий к накоплению и углублению отрицательного эмоционального опыта, который, порождая в свою очередь негативные прогностические оценки и определяя во многом модальность актуальных переживаний, способствует увеличению и сохранению тревожности.

Отмечается также, что тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, обнаруживающуюся в ее источниках, содержании, формах проявления компенсации и защиты. Существуют определенные области, объекты действительности, которые вызывают повышенную тревогу большинства детей (для каждого возрастного периода) вне зависимости от наличия реальной угрозы или тревожности как устойчивого образования. Эти «возрастные пики тревожности» являются следствием наиболее значимых социогенных потребностей.

Повышенная тревога учащихся требует и различных способов ее коррекции. В случае реальной неуспешности школьника усилия должны быть направлены на формирование необходимых навыков работы, общения, которые позволяют преодолеть эту неуспешность. В другом случае - на коррекцию самооценки, преодоление внутренних конфликтов. Параллельно необходимо развивать у школьника способность справляться с повышенной тревогой. Тревога, закрепившись, становится устойчивым образованием, переходит в свойство личности - тревожность. Школьники с повышенной тревожностью тем самым оказываются в ситуации «заколдованного психологического круга», когда тревожность ухудшает возможности учащегося и результативность его деятельности. Тревожность тесно связана с такими нейродинамическими и темпераментальными свойствами, как слабая нервная система, неуравновешенность нервных процессов, сенситивность и эмоциональная возбудимость.

Действенными методами по коррекции тревожности являются методы арт-терапии, аутотренинговые занятия, психотехнические упражнения.

По следующим QR ссылкам можно найти примеры занятий по коррекции тревожности.



Программа индивидуального психокоррекционного занятия «Снятие состояния психического дискомфорта, коррекция тревожности»



Тренинговые занятия на преодоление тревожности у старших подростков



Программа по снижению тревожности у подростков «Познай себя»

**Фрустрация** (от лат. «frustration» – обман, расстройство, разрушение планов) – психическое состояние переживания неудачи, обусловленное невозможностью реализации намерений и удовлетворения потребностей, возникающее при наличии реальных или мнимых непреодолимых препятствий на пути к некоей цели.

Высокие баллы по данной шкале показывают, что испытуемый часто находится в негативном эмоциональном состоянии, склонен к недоброжелательному обращению с окружающими, ставит перед собой недостижимые цели, проявляет низкую фрустрационную толерантность, т.е. даже при незначительной силе фрустратора наступают фрустрационные реакции. Нереализованные намерения вызывают эмоциональное напряжение (стресс) и отрицательные переживания: разочарование, раздражение, тревогу, отчаяние, озлобленность.

В контексте психологических исследований фрустрация понимается как:

1) акт блокирования поведения, направленного на достижение значимой ситуации (фрустрационная ситуация);

2) эмоциональное состояние, возникающее вследствие неудачи, неудовлетворения какой-либо значимой потребности, упреков со стороны.

В многочисленных исследованиях фрустрация характеризуется как негативное психическое состояние. Н. Д. Левитов отмечает, что фрустрация представляет собой сложное эмоционально-мотивационное состояние, выражающееся в дезорганизации сознания, деятельности и общения, возникающее в результате продолжительного блокирования целенаправленного поведения объективно непреодолимыми или субъективно так представляемыми трудностями.

Состояние фрустрации возникает тогда, когда человеку надо пройти через преодоление определённых барьеров (фрустраторов), которые могут быть как биологические (болезнь, физические и физиологические ограничения), так и психологические (например, страх, интеллектуальные недостатки), или социокультурные (правила, нормы и запреты, депривация общения и пр.).

Люди реагируют на фрустрирующую ситуацию разными способами. В психологии выделяют такие виды фрустрационного поведения:

- агрессия – самая распространённая реакция; реакции агрессии бывают внешние (направленные на предмет либо посторонних людей, они обычно сопровождаются раздражением, гневом либо разочарованием) и внутренние (когда сам субъект становится причиной фрустрации, а его агрессивность сопровождается угрызениями совести, стыдом, либо переживанием вины);

- двигательное возбуждение (например, находясь в состоянии фрустрации, человек крутит прядь волос или бегает по комнате);

- апатия;

- бегство, которое может быть не только физическим, но и психологическим (например, человек отказывается читать письма либо газеты, которые причиняют ему негативные эмоции);

- фиксация («зацикливание») на фрустраторе (например, многократное поступление в один и тот же вуз, невзирая на провалы);

- стресс;
- депрессия;
- аддиктивное поведение.

Напряжение и разочарование возникают у человека в тех случаях, когда ожидаемые результаты не соответствуют предпринятым действиям и усилиям, затраченным на достижение целей. Американский терапевт и психолог Сол Розенцвейг считал, что фрустрация обычно проявляется в трёх формах поведения: экстрапунитивной, интрапунитивной и импунитивной.

*Экстрапунитивная* форма возникает в тех случаях, когда конкретная личность обвиняет в происходящем внешние обстоятельства, либо других людей. Человек испытывает упрямство, досаду, раздражительность, озлобленность, стремится добиться своих целей любыми способами. Его поведение становится примитивным и малопластичным, используются лишь заученные формы поведения.

*Интрапунитивная* форма характеризуется состоянием аутоагрессии: человек обвиняет в возникающих проблемах самого себя, страдает от излишнего чувства вины. У него возникает тревожность и подавленное настроение, личность становится молчаливой и замкнутой. Интрапунитивные люди сильно ограничивают виды своей деятельности, отказываются от удовлетворения личных потребностей.

*Импунитивная* форма возникает тогда, когда личность относится к своим неудачам как к неизбежности, или, наоборот, как к практически незаметному событию. Такие люди никого ни в чём не обвиняют.

В некоторых случаях фрустратор не вызывает фрустрации. Это явление носит название фрустрационной толерантности, под которой понимают терпеливость, выносливость, отсутствие тяжелых переживаний и резких реакций. В основе толерантности лежит способность человека к адекватной оценке фрустрационной ситуации и предвидение выхода из неё. Толерантность в отношении барьеров разумна и необходима. Речь идёт не о том, чтобы «стер-

петь» эти барьеры, а о том, чтобы признавать всю их необходимость и полезность, считать их для себя благом, и переживать фрустрацию скорее тогда, когда эти барьеры недостаточны. В этом случае фрустрационная толерантность выступает как значимое качество личности.

И все же особое внимание в литературе отводится деструктивным проявлениям фрустрации, их преодолению и разрешению.

Конструктивное преодоление фрустрации характеризуется:

- положительными поведенческими реакциями на фрустратор (преодоление препятствия; обход препятствия; компенсирующие действия; отказ, в случае обоснованной необходимости, от намеченной цели);

- здоровыми негативными эмоциями (озабоченность, грусть, сожаление, огорчение, раздражение), энергетически обеспечивающими преодолевающее поведение;

- адаптивными (поиск поддержки, повышение самооценки, анализ проблемы), активными (ассертивные действия), просоциальными (вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки), непрямыми (манипулятивные действия) стратегиями преодоления.

Соответственно, деструктивное преодоление фрустрации характеризуется:

- отрицательными агрессивными реакциями на фрустратор (экстрапунитивной или интрапунитивной) или отрицательными неагрессивными реакциями (бегство, фиксация, регресс, подавление);

- нездоровыми негативными эмоциями (тревога, депрессия, вина, стыд/смущение, гнев);

- дезадаптивными (самообвинение, поиск виновных), пассивными (осторожные действия, избегание), асоциальными (асоциальные действия, агрессивные действия) стратегиями преодоления.

Т. Д. Дубовицкая, А. Р. Эрбегеева предложили схему анализа фрустрационного поведения, которая может быть использована для обеспечения рефлексии собственного поведения в ситуации фрустрации, а также для анализа

поведения других людей в ходе оказания психологической помощи. По результатам анализа можно установить, нуждается ли человек в психоразвивающей и коррекционной работе.

**Схема анализа фрустрационного поведения личности  
(Т. Д. Дубовицкая, А. Р. Эрбегеева)**

Компоненты анализа	Проявления	Содержание
Фрустратор (препятствие)	Внешний	Физическое препятствие, действия других людей и др.
	Внутренний	Страх, лень, стресс и др.
Поведенческая реакция	Положительная реакция	Преодоление препятствия; обход препятствия, компенсирующие действия, отказ от намеченной цели
	Отрицательная агрессивная реакция	Экстрапунитивная, интрапунитивная
	Отрицательная неагрессивная реакция	Бегство, фиксация, регресс, подавление
Эмоциональная реакция (А. Эллис)	Здоровые негативные эмоции	Озабоченность, грусть, сожаление, огорчение, раздражение
	Нездоровые негативные эмоции	Тревога, депрессия, вина, стыд/смущение, гнев
Стратегии преодоления (С.С. Гончарова)	Адаптивные стратегии	Поиск поддержки, повышение самооценка, анализ проблемы
	Дезадаптивные стратегии	Самообвинение, поиск виновных
Стратегии преодоления (С. Хобфолл)	Активная	Ассертивные действия
	Просоциальная	Вступление в социальный контакт, поиск социальной поддержки
	Непрямая	Манипулятивные действия
	Прямая	Импульсивные действия
	Пассивная	Осторожные действия, избегание
	Асоциальная	Асоциальные действия, агрессивные действия

Деструктивный характер фрустрации ставит проблему психологической

поддержки субъектов в ситуации фрустрации, которая понимается как помощь, содействие, стремление поддержать, не дать нарушиться чему-либо. Применительно к субъектам образовательного процесса она трактуется: как третья сторона образования, наряду с обучением и воспитанием, механизмами которой являются понимание, признание, доверие, эмпатия и др.; как процесс социализации в образовании; как потребность в позитивном внимании; содействие в развитии. Среди видов психологической поддержки Т. В. Черникова выделяет информационно-экспертную, эмоционально-энергетизирующую, профессионально-деятельностную, личностно-развивающую.

Что касается психологической поддержки учащихся в преодолении фрустрации, то Н. Д. Левитов сформулировал следующие задачи, которые должны решаться в процессе учебно-воспитательной работы:

- ✓ предупреждать состояния фрустрации;
- ✓ если они возникают, то регулировать их;
- ✓ избегать в учебно-воспитательном воздействии фрустраторов, провоцирующих астенические и нежелательные стенические реакции;
- ✓ развивать у детей правильное понимание трудностей, чтобы они не принимали вполне преодолимые трудности за непреодолимые барьеры;
- ✓ уделять внимание воспитанию выносливости и самообладания;
- ✓ воспитывать эти черты у педагога, чтобы он не демонстрировал детям дурных примеров и своей фрустрацией не терял авторитета в их глазах

Используя вышеприведенную схему анализа фрустрационного поведения, очевидно, что профилактическая работа по преодолению фрустрации будет заключаться в формировании фрустрационной толерантности и выработке положительных реакций на фрустратор. Полезными методами работы здесь могут являться релаксационные занятия, тренинговые упражнения по проработке эмоций гнева и разочарования, занятия с элементами телесно-ориентированной терапии, выработка навыков рефлексии затруднений и позитивного реагирования на вызовы среды.

По QR ссылкам можно найти примеры занятий по коррекции фрустрации.



Тренинг повышения уровня толерантности к фрустрации



Личностно-развивающий тренинг «Толерантность к фрустрации: противостояние трудностям»



Тренинг преодоления трудностей

## 5.2 ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА НА ОСНОВЕ ФАКТОРОВ ЗАЩИТЫ

Помимо факторов риска, способствующих возникновению аддиктивного поведения, у личности в качества ресурса есть факторы защиты, т.е. обстоятельства, снижающие шансы индивида стать потребителем психоактивных веществ. В методике СПТ исследуются такие факторы защиты как принятие родителями, одноклассниками (однокурсниками), социальная активность, самоконтроль поведения и самооффективность. Наличие данных факторов в жизни подростка / юноши существенно снижает риск наркотизации, в то время как отсутствие – значительно данный риск повышает.

Рассмотрим каждый из факторов защиты отдельно.

**Принятие родителями** – оценочное поведение родителей, формирующее у ребенка ощущение нужности и любви. Высокие данные по этой шкале соответствуют безусловному принятию родителями, когда ребенок имеет доверительные, эмоционально близкие отношения в семье, индивидуальность



ребенка уважаются и ценятся, а интересы поддерживаются. Средние показатели соответствуют условному принятию. Здесь хорошее отношение к ребенку является не абсолютным, а связано с его одобряемым родителями поведением; эмоциональная поддержка выступает в качестве поощрения или наказания, иногда ребенок чувствует эмоциональное отвержение и раздражение в свой адрес. Низкие баллы свидетельствуют об открытом отвержении ребенка родителями, когда подросток испытывает недостаток внимания к себе, получает со стороны родителей низкую оценку его личностных качеств и способностей, ощущает их безразличие к себе или открытое раздражение и злость.

Очевидно, что коррекция детско-родительских отношений в рамках профилактической работы в образовательной организации – задача, которая имеет очень ограниченные возможности решения, особенно, в ситуации открытого отвержения ребенка. Поэтому в случае выявления подобного рода неблагополучия необходима адресная работа с семьей, возможно, в рамках семейного консультирования. Вопросы детско-родительских отношений, значимости принятия и уважения ребенка возможно выносить на родительские собрания, рассматривать в рамках родительского просвещения. В случае выявления недостатка в данном факторе защиты можно рекомендовать усилить работу по формированию прочих защитных факторов, предотвращающих развитие девиаций и аддикций.

**Принятие одноклассниками** – оценочное поведение сверстников, формирующее у учащегося чувство принадлежности к группе и причастности.

Высокие показатели по шкале соответствуют высокому уровню принятия сверстниками, когда подросток удовлетворен общением и взаимодействием с большей частью одноклассников / однокурсников, разделяет общие с ними ценности, пользуется авторитетом, чувствует себя комфортно в среде образовательной организации. Средние баллы соответствуют среднему уровню принятия: испытуемый пользуется авторитетом у отдельных одноклассников или в микрогруппе, имеет ограниченный круг общения, неоднозначно оцени-

вается одноклассниками, иногда конфликтует с окружающими и изредка испытывает эмоции одиночества. Низкие баллы говорят об отвержении в школьном / студенческом коллективе. Испытуемые этой группы не пользуются авторитетом, имеют низкий социометрический статус, напряженные отношения с одноклассниками, часто находятся в конфликте с группой и испытывают чувство изолированности.

Принятие одноклассниками, по сути, является фактором социометрического статуса подростка и тесно связано с формированием его социальной идентичности.

Социальная идентичность – это результат процесса социальной идентификации, под которым понимается процесс определения себя через членство в социальной группе. Социальная идентификация выполняет важные функции как на групповом, так и личностном уровне: именно благодаря этому процессу общество получает возможность включить индивидов в систему социальных связей и отношений, а личность реализует базисную потребность групповой принадлежности, обеспечивающей защиту, возможности самореализации, оценки другими и влияния на группу.

Согласно теории социальной идентичности Х. Таджфела и Дж. Тернера, социальные группы или категории и членство в них связаны с позитивным или негативным ценностным смыслом, поэтому социальная идентичность может быть позитивной или негативной, исходя из оценок тех групп, которые участвуют в создании социальной идентичности человека.

*Социометрическая структура малой группы* – это совокупность связей и отношений между ее членами, основанных на взаимных предпочтениях и отвержениях. Социометрическая структура группы строится на эмоциональных отношениях симпатиях и антипатиях, феноменах межличностной привлекательности и популярности. Каждый член группы обладает в ней определенным социометрическим статусом, который представляет собой выражение степени привлекательности его личности для других. Чем выше статус, тем привлекательнее данный член группы для остальных, тем выше потребность в

общении с ним, внимании с его стороны.

В социометрической статусной иерархии выделяются три категории: популярные, средние и непопулярные члены группы. По результатам социометрии они отличаются числом положительных выборов и отвержений и их сочетанием.

Популярные члены группы – это эмоционально привлекательные лица, которые имеют значительное число положительных выборов и мало отвержений. Среди популярных в ряде случаев можно выделить *высокостатусных* и социометрических «звезд». «Звезду» можно определить как «душу» группы, ее эмоциональный центр, наиболее эмоционально привлекательное лицо в группе. «Звезда» выявляется в двух случаях: когда есть человек, набравший объективно больше всех положительных выборов (и не менее половины от максимально возможного их числа), и когда в качестве «звезды» может рассматриваться человек, которому по преимуществу отдают свои выборы другие популярные члены малой группы.

Непопулярные члены группы чрезвычайно неоднородны. Среди них могут быть члены группы со статусами пренебрегаемых, отверженных и изолированных. У *пренебрегаемых* есть положительные выборы, но их мало, они получили значительно больше отвержений со стороны других членов своей группы. Можно сказать, что эмоционально они мало привлекательны для членов группы. *Отверженные*, или изгои, не имеют положительных выборов, а лишь разное количество отвержений, что и определяет условную силу их социальной отверженности. Роднит всех отверженных то, что их личность воспринимается группой весьма экспрессивно, но отрицательно. Наконец, к *изолированным* попадают те люди, которые как бы не существуют для группы: у них отсутствуют как выборы, так и отвержения.

Социометрический статус члена группы – величина достаточно устойчивая. Она не только имеет тенденцию сохраняться в данной конкретной группе, но очень часто «переходит» с человеком в другую группу. Объяснение этому довольно простое – человек привыкает выполнять роли, предписанные

ему его постоянным статусным положением. В поведении закрепляются определенные привычные формы реагирования на слова и поступки других. Мимика, позы и другие невербальные реакции тоже «подстраиваются» под определенную роль. Переходя в другую группу, человек продолжает играть привычные роли, или, по крайней мере, его роль выдают неосознаваемые элементы поведения. Члены группы улавливают предлагаемый им образ и начинают подыгрывать новичку.

Психологические и социальные факторы, влияющие на статус человека в группе:

- внешний вид (физическая привлекательность и оформление облика),
- успехи в групповой деятельности,
- умственная одаренность,
- некоторые свойства темперамента (общительность, низкая тревожность, стабильность нервной системы).

Кроме того, в каждой группе есть система своих, ценных для этого сообщества качеств, и высокий статус получает тот, кто обладает ими в должной мере.

Главное условие, обеспечивающее динамику статусов членов группы, – создание разнообразных форм групповых деятельностей, которые потребовали бы от своих исполнителей перераспределения функций и обязанностей, различных форм управления, раскрытия и реализации личностных возможностей и ресурсов членов группы. Это предоставило бы всем членам группы шанс найти деятельность, повышающую их групповую роль и изменяющую отношение к нему других участников группового общения.

Для повышения статуса отверженного или изолированного члена группы может быть использован прием, условно называемый «ответ от звезды». Суть его в том, что высокостатусному члену группы поручается (под благовидным предлогом) в сотрудничестве с низкостатусным выполнить важную для группы работу. Конечно, большая часть успеха достается «звезде», но

можно не сомневаться, что ответ от ее славы упадет и на помощника, чья роль в группе может измениться.

Повышению статуса члена группы может способствовать его успешность в какой-либо внегрупповой деятельности. Данный эффект в литературе имеет название *генерализации статуса*. Феномен «генерализации статуса» заключается в том, что статусные характеристики индивидов, связанные с членством в других социальных группах и первоначально внешние к ситуации межличностного взаимодействия в данной группе (своего рода «внешний» статус), будучи привнесенными в эту ситуацию, начинают оказывать значительное влияние на особенности разворачивающегося взаимодействия, в частности на «внутренний» статус самих его участников

**Социальная активность** – активная жизненная позиция, выражающаяся в стремлении влиять на свою жизнь и окружающие условия. Испытуемых с высокими показателями отличает инициативность, социально активная жизненная позиция, широкий круг интересов, мотивация достижения успеха, творчество, требовательность к себе и другим. При среднем уровне показателей у подростка преобладают мотивы долга и ответственности, исполнительность, но безынициативность. Пониженный уровень показателей по шкале указывает на узость интересов, социально пассивную жизненную позицию, необщительность, безынициативность, безразличие и равнодушие к делам группы и окружающей (социальной) действительности.

Социальная активность представляет собой социально-психологическое свойство личности, реализующееся через систему социальных действий, направленных на активное, осознанное взаимодействие с социальной средой и на преобразование себя и социума.

Для того чтобы почувствовать способность активно влиять на ситуацию, человек должен постоянно взаимодействовать с миром, формируя свою жизненную позицию, свои жизненные смыслы (Д. А. Леонтьев), поскольку именно во взаимодействии он начинает ощущать себя как часть реального

мира, оценивать свои силы (А. А. Баранов) и активизировать свой социальный потенциал.

По мере взросления ребенка активность, как природная способность, преобразуется в социальную систему интересов и потребностей. Этот процесс включает в себя:

а) осознание общественных явлений, составляющих предметную сторону отношений, социальных и нравственных ценностей общества;

б) развитие социальных качеств и способностей личности, что в совокупности составляет основу развития социального потенциала личности;

в) включение в практическую деятельность, освоение новых социальных ролей.

Основными компонентами социальной активности школьников могут считаться: организаторские умения обучающихся, их интерес к общественной деятельности; инициативность в сочетании с исполнительностью и с ответственным отношением к выполнению общественных поручений; отзывчивость и готовность помочь другим в общественно-полезных делах; знания об объектах социальной действительности, особенностях социального взаимодействия субъектов; система просоциальных ценностных ориентаций; умение эмоциональной оценки значимости социальной активности и умения анализировать собственную деятельность с позиций ее личностной и общественной значимости.

Социальная активность может иметь различную меру проявления, зависящую от отношения установок личности на деятельность и общение, и того социального пространства, в котором она может реализовать эти установки. На каждом возрастном этапе активность имеет тенденцию к возрастанию в соответствии с объемом социальных обязанностей и того опыта, что приобретают учащиеся. В этих условиях социальная активность становится важнейшей предпосылкой в формировании социального потенциала личности, ее успешной адаптации к общественной жизни. Как актуальная потребность, социальная активность реализуется в системе целевых установок, ценностных

ориентаций, определяющих мотивационную сферу личности, направленность ее интересов, выбор способов деятельности по удовлетворению возникших потребностей. Любая деятельность может быть активной только в том случае, если она является следствием внутренних побуждений и потребностей личности в реализации своего социального потенциала.

Реализация потребности самоутверждения сопряжена с двумя важнейшими условиями: 1) наличием определенной сферы деятельности, позволяющей школьнику полностью раскрыть, выразить себя; 2) наличием общественного признания своей деятельности со стороны сверстников. Социально признанная и социально ответственная деятельность подростков максимально отвечает их потребностям, способствует развитию их социальной активности, расширяет возможности освоения новых социальных ролей, а значит и поведения в кризисных, конфликтных ситуациях, возникающих в социуме. Невозможность добиться успеха, отсутствие деятельности, в которой можно реализовать себя, приводят подростка к психологическому дискомфорту и девиантному поведению.

О. В. Баркунова, Н. В. Сорокин и М. Е. Фролова разработали модель развития социальной активности старшеклассников во внеурочной деятельности, которая включает целевой, содержательный, процессуальный, оценочно-результативный компоненты (*подробней с данной моделью можно ознакомиться в статье: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=28485>*).



Данные авторы предлагают следующие методы работы по развитию социальной активности старшеклассников: методы познавательной и самообразовательной деятельности, методы стимулирования социальной активности, методы включения в социальную деятельность. Процессуальный компонент модели предполагает включение школьников в самостоятельную просоциальную деятельность в рамках различных мероприятий. Этот процесс проходит ряд этапов: на первом этапе происходит формирование знаний школьников о

социальных процессах, о формах их возможного участия в социально-значимой деятельности; на следующем этапе со школьниками отрабатываются элементы их будущей просоциальной деятельности, в интерактивных формах формируется отношение к осуществляемой деятельности, чувство значимости этой деятельности для городского социума; на третьем этапе происходит непосредственное включение школьников в самостоятельную социальную деятельность.

Вовлечение школьников в непосредственную целенаправленную социально-полезную деятельность, позволяет им увидеть и оценить результат индивидуальных и коллективных социальных действий, применить полученные социальные знания в практике просоциальной работы, сознательно использовать социальные ценности в деятельности в социокультурной среде.

**Самоконтроль поведения** – сознательная активность по управлению своими поступками, в соответствии с убеждениями и принципами. Высокие показатели свидетельствуют о настойчивости, терпеливости и работоспособности, способности управлять своим поведением в соответствии с социальными нормами, мотивации достижения цели. Средние значения указывают на устойчивость намерений, реалистичность взглядов, но недостаточный контроль в эмоционально напряженных ситуациях, ситуативную обусловленность поведения. Низкие баллы говорят о низком уровне контроля и управления своим поведением, что проявляется в непоследовательности, неуверенности, свободной трактовке социальных норм, низкой активности и работоспособности. Одновременно с этим испытуемые данной группы отличаются повышенной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью.

Формирование самоконтроля тесно связано с формированием навыков саморегуляции, которых мы касались в разделе о коррекции импульсивности. Основная техника тут – психотехнические игры и упражнения.



**Самозффективность** (self-efficacy) – уверенность в своих силах достигать поставленные цели, даже если это потребует больших физических и эмоциональных затрат. Термин введен А. Бандурой и представляет собой один из центральных компонентов его социально-когнитивной теории.

Обучающиеся, демонстрирующие высокие показатели по данной шкале, отличаются уверенностью в своих способностях и успехе, высокой самооценкой, оптимизмом и высоким уровнем притязаний, настойчивостью в достижении цели. Подростки этой категории могут относительно легко отказаться от вредных привычек, вести здоровый образ жизни и справляться со стрессом. Средние показатели по шкале указывают на ситуативность ожидания самоэффективности, которое увеличивается при успешном достижении цели и уменьшается в ситуации неудачи, адекватную самооценку, средний уровень притязаний (склонность отказываться от сложных задач из-за неуверенности в своих силах), возможность отказа от реализации цели при столкновении с трудностями. Низкие баллы могут свидетельствовать о доминировании эмоций беспомощности и пессимизма, низкой толерантности к стрессу, низкой самооценке, мотивации избегания неудач, что проявляется в том числе и в предпочтении простых задач и избегании задач даже средней сложности, неверии в собственные силы и способности.

А. Бандура считает, что самоэффективность – центральная и важная детерминанта человеческого поведения. Самоэффективность, или вера в эффективность, означает убеждение человека в том, что в сложной ситуации он сможет продемонстрировать удачное поведение. То есть вера в эффективность означает оценку собственной поведенческой компетентности, причем весьма конкретно обозначенной. То, сможет ли конкретный человек в заданной ситуации достичь успеха, зависит не только от его собственной компетентности, но и от целого ряда других факторов. Однако для психического здоровья и хорошего самочувствия важны не столько объективные результаты сами по себе, сколько их интерпретация конкретным человеком и ожидания успеха, положительных результатов собственных действий.

Согласно теории Бандуры существует четыре источника самооффективности:

1. Наличие более или менее широкого репертуара навыков поведения, опыт собственных успехов.
2. Опыт, приобретённый посредством наблюдения за другими людьми и их достижениями (физическое или символическое следование модели).
3. Высказываемые другими убеждения – вербальное подкрепление или наказание.
4. Физическое, психологическое, эмоциональное состояние (человек всегда тем или иным способом оценивает своё эмоциональное состояние: страх, спокойствие, возбуждение в конфликтных ситуациях – и это влияет на оценку собственных поведенческих способностей).

Самым большим влиянием на самооффективность обладает собственный опыт успехов и неудач в попытке достичь желаемых результатов. Этот успех служит лучшим средством коррекции недостаточной самооффективности. Самооффективность растёт также, когда люди наблюдают, как другие успешно справляются с решением различных задач. Например, учащиеся, которые боятся задавать вопросы в большой группе, могут изменить прогноз эффективности с «я не могу сделать это» на «возможно, я смогу», если они были свидетелями того, как их товарищи задавали вопросы без катастрофических последствий для себя. В то же время, если человек наблюдает за тем, как другие, столь же компетентные люди, неоднократно терпят неудачу, несмотря на настойчивые попытки, это может привести к худшему прогнозу собственной способности выполнить подобные действия.

Третий способ, с помощью которого может быть достигнуто ощущение эффективности, заключается в убеждении человека в том, что он обладает способностями, необходимыми для достижения цели. Однако попытки вербального воздействия, чаще всего, дают лишь кратковременный эффект в плане изменения самооффективности. Вербальное воздействие на ребёнка, который пытается добиться какого-то результата, прежде всего, должно быть в рамках

его реальных способностей и возможностей и соответствовать фактическим успехам. А. Бандура предполагает, что сила вербального убеждения ограничивается также осознаваемым статусом и авторитетом убеждающего.

И, наконец, воспринимаемые индивидом собственные эмоциональные и физиологические состояния также могут оказывать влияние на самооффективность как позитивным (если воспринимается подъём и жажда деятельности, а также спокойствие), так и негативным (если воспринимается тревога, скованность, страх и заторможенность) образом. Люди с большей вероятностью добиваются успеха, если они не напряжены и эмоционально спокойны. Поскольку люди судят о своей эффективности в том числе по уровню эмоционального напряжения, испытываемого ими перед лицом стрессовых или угрожающих ситуаций, то любой способ, понижающий это напряжение, повысит прогноз эффективности.

Бандура предположил, что представления о самооффективности содержат в себе нечто большее, чем просто веру в то, что усилия определяют успех. Самооффективность понимается как вера индивида в способность справиться с деятельностью, ведущей к достижению некоторого результата. На формирование представлений о самооффективности оказывают влияние также самооценка субъектом своих знаний, умений, стратегий преодоления стресса.

Самооффективность понимается Бандурой не как стабильная и статичная характеристика, а как переменная, которая по своей силе, обобщённости и степени находится в реципрокной (взаимной) зависимости от актуальной ситуации и прежней истории развития индивида.

Влияние последствий поведения на самооффективность существенно зависит от того, каким образом человек воспринимает и оценивает эти последствия. Если в прошлом опыт поведения в определённом круге ситуаций (например, требующих умения сказать «нет») был преимущественно негативным, то самооффективность в этой сфере будет низка, внимание сфокусируется на негативных последствиях отказа, эти последствия будут личностно

проинтерпретированы, что снизит в свою очередь самооффективность в будущем.

Соответственно, коррекция (повышение) показателей по шкале самооффективности должна включать в себя меры по снятию эмоционального напряжения, ситуации успеха (собственного и других), умений позитивно смотреть на ситуацию даже в случае неуспеха.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В задачи системы воспитания образовательной организации входит формирование у обучающегося понимания социально значимых аспектов жизнедеятельности общества, важных для его полноценного развития, формирование позитивного отношения к тем объектам и явлениям, которые признаются в окружающем его обществе ценностями.

Осуществление работы по профилактике аддиктивного поведения в образовательной организации является важнейшим направлением по предупреждению распространения наркопотребления в молодежной среде. Профилактические мероприятия должны носить системный и последовательный характер, охватывать учащихся всех параллелей, но основной акцент должен ставиться на работу с обучающимися подросткового и юношеского возраста, как с группой риска вовлечения в потребление психоактивных веществ.

Социально-психологическое тестирование, выполняя важные функции по оценке рисков формирования аддиктивного поведения и отбора обучающихся для проведения ежегодных профилактических медицинских осмотров, позволяет скорректировать профилактическую работу образовательной организации и сделать ее более адресной. Учет в формировании как общего плана профилактики, так и в содержании конкретных воспитательных и психолого-коррекционных занятий, выявленных рисков и слабости защитных факторов школьников и студентов, позволяет корректировать поведение, а также формировать и усиливать личностные ресурсы личности, способствующие противостоянию возможному пагубному влиянию социальной среды и, в конечном счете, воспитывать ориентацию подростков и юношей на ответственный и здоровый образ жизни.

Таким образом, СПТ является важным инструментом, позволяющим сделать среду обучения, воспитания и развития ребенка максимально безопасной.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

### *Нормативные документы*

1. Федеральный закон от 08.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах» (ред. от 26.07.2019)
2. Федеральный закон от 24.06.1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 20.02.2020 г. № 59 «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях»
4. Письмо Минобрнауки РФ от 05.09.2011 №МД-1197/06 «О Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде».
5. Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 года (утв. Минпросвещения России 15.06.2021)

### *Основная литература*

1. Бакланова, Н. К. Девиантное поведение подростков: основы профилактики / Н. К. Бакланова, Д. А. Потапов, К. В. Бакланов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/deviantnoe-povedenie-podrostkov-osnovy-profilaktiki>.
2. Васильева, Е. В. Умения саморегуляции и стрессоустойчивости в профилактике аддиктивного поведения подростков / Е. В. Васильева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/umeniya-samoregulyatsii-i-stressoustoychivosti-v-profilaktike-addiktivnogo-povedeniya-podrostkov>.

3. Велиева, С. В. Первичная профилактика аддиктивного поведения у подростков: организационно-психологические подходы / С. В. Велиева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/pervichnaya-profilaktika-addiktivnogo-povedeniya-u-podrostkov-organizatsionno-psihologicheskie-podhody>
4. Гордеева Т.О. Мотивация достижения: теории, исследования, проблемы // Современная психологии мотивации / под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – С.74–78.
5. Дереча В. А. Психология зависимостей : учебное пособие для вузов / В. А. Дереча. – Москва : Юрайт, 2021. – 159 с.
6. Дмитриева, Н. В. Психологические механизмы развития аддиктивного поведения // Н. В. Дмитриева, Л. В. Левина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-mehanizmy-razvitiya-addiktivnogo-povedeniya>.
7. Дорошенко, Т.А. Психологические основы профилактики употребления школьниками психоактивных веществ / Т.А. Дорошенко [и др.] [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osnovy-profilaktiki-upotrebleniya-shkolnikami-psihoaktivnyh-veschestv>
8. Дубовицкая, Т. Д. Психологическая поддержка конструктивного преодоления фрустрации у студентов / Т. Д. Дубовицкая, А. Р. Эрбегеева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-podderzhka-konstruktivnogo-preodoleniya-frustratsii-u-studentov>
9. Дубровина, А. С. Социальные факторы формирования аддиктивного поведения / А. С. Дубровина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnye-factory-formirovaniya-addiktivnogo-povedeniya>.

10. Думов, С. Б. Личностный аспект профилактики девиантного поведения несовершеннолетних / С. Б. Думов, А.С. Думов, И.Ф. Нагайцева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnyy-aspekt-profilaktiki-deviantnogo-povedeniya-nesovershennoletnih>.
11. Жукова, М.В. Аддиктивное поведение детей как следствие нарушения системы внутрисемейных отношений / М. В. Жукова, К. И. Шишкина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/addiktivnoe-povedenie-detey-kak-sledstvie-narusheniya-sistemy-vnutrisemeynyh-otnosheniy>.
12. Закирова, А. Б. Формирование аддиктивного поведения несовершеннолетних / А. Б. Закирова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-addiktivnogo-povedeniya-nesovershennoletnih>.
13. Змановская, Е.В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения): учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Е.В. Змановская. - 2-е изд., испр. - М.: Академия, 2004. – 288 с.
14. Кибальник, А.В. Психолого-педагогические особенности младших подростков, склонных к аддиктивному поведению / А.В. Кибальник, И.В. Федосова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-osobennosti-mladshih-podrostkov-sklonnyh-k-addiktivnomu-povedeniyu>.
15. Клейберг Ю. А. Психология девиантного поведения: учебник и практикум для вузов / Ю. А. Клейберг. – 5-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2021. – 290 с.
16. Колесникова, Г. И. Девиантология : учебник и практикум для вузов / Г. И. Колесникова. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2021. – 161 с.



17. Корнеева, С.А. Психологические особенности процессов саморегуляции у подростков с зависимым поведением / С.А. Корнеева, А.В. Локтева // Научные ведомости. Серия «Гуманитарные науки». – 2015. – № 24(221). – С. 159-164.
18. Котелевцев Н. А. Психическая саморегуляция : учебник для вузов / Н. А. Котелевцев. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 213 с.
19. Купцова, С. А. Профилактика аддиктивного поведения учащихся в условиях образовательных учреждений / С. А. Купцова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-addiktivnogo-povedeniya-uchaschihsya-v-usloviyah-obrazovatelnyh-uchrezhdeniy>.
20. Лазаренко, Д. В. Склонность к аддиктивному поведению студентов вуза и ее профилактика / Д. В. Лазаренко, Л. Н. Антилогова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sklonnost-k-addiktivnomu-povedeniyu-studentov-vuza-i-ee-profilaktika>.
21. Лакреева А. В. Склонность к риску как фактор девиантного поведения подростков / А. В. Лакреева, Л. В. Варуха // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 24. – С. 141–146. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2016/56427.htm>.
22. Лисецкий К.С. Психология не-зависимости: Учебное пособие по курсу «Профилактика аддиктивного поведения» / К.С. Лисецкий, Е.В. Литягина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://psycheya.ru/lib/psi\\_nez/1.htm#22](http://psycheya.ru/lib/psi_nez/1.htm#22)
23. Максименкова Л. И. Аддиктивное поведение в подростковом возрасте как психологическая проблема [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/addiktivnoe-povedenie-v-podrostkovom-vozhraste-kak-psihologicheskaya-problema/viewer>.
24. Москвитин, П.А. Методология инновационного психолого-педагогического подхода профилактики риска аддиктивного поведения школьников / П.А. Москвитин, Р.И. Айзман [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodologiya-innovatsionnogo-psihologo->

pedagogicheskogo-podhoda-profilaktiki-riska-addiktivnogo-povedeniya-shkolnikov

25. Ноговицына Н. М. Профилактика аддиктивного поведения у младших подростков в общеобразовательной организации / Н. М. Ноговицына, Т. В. Портнягина // Вестник Северо-Восточного федерального университета им. М.К. Амосова. Серия: Педагогика. Психология. Философия. – 2019. – № 4 (16). – С. 57-65.
26. Павлова, А.С. Аддиктивное поведение подростков / А.С. Павлова, Т.Д. Еремеева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/addiktivnoe-povedenie-podrostkov>.
27. Профилактика аддиктивного поведения: теоретические аспекты и активные формы работы со школьниками: учебно-методическое пособие / Жукова М.В., Фролова Е.В., Шишкина К.И. — Челябинск: Цицеро, 2017. — 220 с.
28. Радионова, И.Ю. Проблема коррекции конформного поведения младших школьников / И.Ю. Радионова // Мир науки, культуры, образования. – 2013. – № 4 (41). – С. 11-113.
29. Распопова, Н.И. Дисгармоничное развитие личности, как предиктор формирования аддиктивного поведения (обзор литературы) / Н.И. Распопова, М.Ш. Джамантаева, Р.А. Мархабаева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/disgarmonichnoe-razvitie-lichnosti-kak-prediktor-formirovaniya-addiktivnogo-povedeniya>.
30. Распопова, Н.И. Роль социальных и личностных факторов в генезе аддиктивных расстройств (обзор литературы) / Н.И. Распопова, М.Ш. Джамантаева, Р.А. Мархабаева [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-sotsialnyh-i-lichnostnyh-faktorov-v-geneze-addiktivnyh-rasstroystv>.

31. Самыгин П. С. Профилактика девиантного поведения молодежи : учебное пособие для вузов / П. С. Самыгин, С. И. Самыгин, Д. В. Кротов ; под общей редакцией П. С. Самыгина. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2021. – 284 с.
32. Сидоров, К.Р. Тревожность как психологический феномен / К.Р. Сидоров // Вестник Удмуртского университета. – 2013. – № 2. – С. 42-52.
33. Структура оказания многопрофильной помощи детям с аддиктивным поведением / О.М. Васильева [и др.] [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/struktura-okazaniya-mnogoprofilnoy-pomoschi-detyam-s-addiktivnym-povedeniem>.
34. Шкурко Т.А. Социальное поведение человека: объяснительные модели, теории, методический инструментарий / Т.А. Шкурко ; Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2017. – 118 с.
35. Шнейдер Л. Б. Психология девиантного и аддиктивного поведения детей и подростков : учебник и практикум для вузов / Л. Б. Шнейдер. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 219 с.
36. Яударова, Н.Ю. Особенности профилактики аддиктивного поведения / Н.Ю. Яударова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-profilaktiki-addiktivnogo-povedeniya>.

## КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ ФОРМ И МЕТОДОВ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ<sup>1</sup>

АНКЕТИРОВАНИЕ — метод социально-психологического исследования с помощью анкет. Анкета, представляет собой набор вопросов (утверждений), каждый из которых логически связан с центральной задачей исследования, должна обеспечить получение достоверной и значимой информации.

### РАБОТА (БЕСЕДЫ) В ФОКУС ГРУППАХ.

ГРУППОВЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ – большая группа психотехник, применяющихся в работе с группой с разными целями:

- с целью разогрева, энергетизации группы, создания доброжелательной и рабочей атмосферы в группе;
- с целью актуализации проблемы, над которой предстоит работа в группе;
- с целью отработки новых навыков поведения;
- с целью релаксации, снятия напряжения у участников в промежутках между рабочими этапами;
- ритуалы завершения рабочего дня, тренинга.

### По форме игры и упражнения могут быть разнообразными:

- **Вербальные:** высказывания по кругу свободные или на заданную тему, например, продолжить фразу «Самое важное событие прошедшего года для меня – ...», метафоры – например, сочинение сказки по кругу и др.,
- **Использующие художественные средства:** рисование, лепка, коллаж, куклы, маски.
- **Двигательные:** танец, живая скульптура, подвижные игры, физические упражнения, например, ходьба.
- **Любые другие.** Собственное творчество ведущего здесь только поощряется.

*Игры-энергетики* – наиболее простые по форме и ограниченные по времени игровые разминки. Используются на этапе знакомства, для создания в начале дня или этапа рабочего и доброжелательного настроения, поддерживают атмосферу эмоциональной безопасности, свободного самовыражения, группового сплочения. Для «энергетизации» или, наоборот, для расслабления группы могут использоваться простые физические процедуры – ходьба, прыжки, касание соседей, например, рукопожатие или похлопывание по спине, контакт глазами, пение.

*Игры-проблематизации* – их основная цель: настроить участников эмоционально и интеллектуально на работу по данной теме. Актуализировать то, что

<sup>1</sup> Профилактика аддиктивного поведения: теоретические аспекты и активные формы работы со школьниками [Текст]: учебно— методическое пособие / Жукова М.В., Фролова Е.В., Шишкина К.И. — Челябинск: Изд-во «Цицеро», 2017. — 220 с.

они знают об обсуждающемся вопросе и что хотели бы узнать, если на тренинге предполагается информирующая работа. Либо – актуализировать чувства, воспоминания участников, их личный опыт, если предполагается работа с отношением участников к данной проблеме.

*Игры на отработку навыков* – игры на отработку и опробование новых моделей поведения или отношения к ситуации применяются после того, как проблема выявлена, исследована и совместно ведущим, участником и группой определен путь ее решения. Наиболее оптимальная форма такой игры – ролевая игра. Ее сюжет строится ведущим заранее по заданной теме, если тренинг предполагает жесткое структурирование сценария, либо продумывается в ситуации «здесь и теперь» ведущим вместе с самим участником. Игры на развитие новых навыков служат развитию спонтанности и креативности личности, подкрепляют уверенность в собственных силах. Как правило, игры предполагают опробование нового для себя поведения в старой ситуации, либо нового и адекватного поведения в новой ситуации и таким образом.

ДЕЛОВАЯ ИГРА – метод имитации ситуаций, моделирующих профессиональную или иную деятельность путем игры, в которой участвуют различные субъекты, наделенные различной информацией, ролевыми функциями и действующие по заданным правилам.

ИНТЕРВЬЮ – (от англ. interview беседа, встреча) способ получения социально-психологической информации с помощью устного опроса. Различают два вида интервью:

- 1) свободные интервью – не регламентированные темой и формой беседы и
- 2) стандартизированные интервью – по форме близкие к анкете с закрытыми вопросами.

Границы между этими видами интервью подвижны и зависят от сложности проблемы, цели и этапа исследования.

ИЗУЧЕНИЕ ОБЫЧАЕВ – изучение устойчивых форм поведения, свойственных для определенных этнических, территориальных общностей, по своей психической природе близкие к привычкам.

КОНТЕНТ-АНАЛИЗ – (от англ. *contents* – содержание) – в психологии метод анализа и оценки информации (содержащейся в документах, видеозаписи, радиопередачах, интервью и т.д.) путем выделения в формализованном виде смысловых единиц информации и замера частоты, объема упоминания этих единиц в выборочной совокупности. Контент-анализ, как метод исследования, отвечает таким требованиям, как объективность, надежность, валидность, он позволяет использовать методы многомерного статистического анализа, в том числе и факторный анализ.

УСТАНОВОЧНЫЙ ДОКЛАД ИЛИ СООБЩЕНИЕ ПО ТЕМЕ. Этот метод не предполагает большого активного взаимодействия между докладчиком и участниками образовательной программы. Эффективность этого метода повышается, если задаются вопросы и участникам самим предоставляется возможность отвечать на них.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ – специальная деятельность по оказанию помощи в проблемных ситуациях. Суть консультирования состоит в специальной организации процесса общения, помогающей человеку актуализировать его резервные и ресурсные возможности, обеспечивающие успешный поиск возможностей выхода из проблемной ситуации. Консультирование сосредоточено на ситуации и личностных ресурсах; в отличие от обучения и советов – не на информации и рекомендациях, а на помощи в самостоятельном принятии ответственного решения. Вместе с тем, психологическое консультирование представляет собой пограничную между ними область, использующую возможности и терапии, и обучения.

МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОБЛЕМНЫХ СИТУАЦИЙ В ОБУЧЕНИИ — одно из основных учебных действий, которое является составным элементом учебной деятельности. Моделирование используется как высшая и особая форма наглядности для выявления и фиксации в легко обозримом виде существенных особенностей и отношений изучаемых явлений.

МЕТОД БЕСЕДЫ — один из методов педагогики и психологии, который предполагает получение информации об изучаемом на основе вербальной коммуникации как от исследуемой личности, членов изучаемого коллектива, группы, так и от окружающих их людей. В последнем случае беседа выступает как элемент метода обобщения независимых характеристик.

МЕТОД НАБЛЮДЕНИЯ — общенаучный метод исследования, который в педагогике и психологии предполагает целенаправленную, систематическую фиксацию проявлений поведения личности, коллектива, группы людей или же их отдельных психических функций, реакций. Наблюдение может быть сплошным или выборочным; включенным и простым; неконтролируемым и контролируемым (при регистрации наблюдаемых событий по заранее отработанной процедуре); полевым (при наблюдении в естественных условиях) и лабораторным (в экспериментальных условиях) и т. д.

Включенное наблюдение – вид наблюдения, в процессе которого наблюдатель естественно включен в совместную деятельность с теми, за кем он ведет наблюдение.

Выборочное наблюдение – наблюдение, при котором исследуются не все элементы генеральной совокупности, а только определенным образом их часть.

МЕТОД САМОНАБЛЮДЕНИЯ – один из методов психологии, заключающийся в использовании способности сознания оценивать психические явления, свойственные его носителю (переживания, мысли, чувства и др.); это отражение сознанием самого себя. Данные самонаблюдения не принимаются на веру, а учитываются в качестве факторов, требующих научного истолкования.

МЕТОД САМООТЧЕТА – психологический метод исследования, направленный на анализ собственной деятельности и ее результатов.

МЕТОД СРАВНИТЕЛЬНОГО АНАЛИЗА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ И ГРУППОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ – способ сравнительного исследования социально-психологических явлений, характерных при переходе от индивидуальной деятельности к групповой и наоборот. Например, процесс решения

конкретной задачи в группе может существенно отличаться от ее решения каждым членом в отдельности.

МЕТОД АНАЛИЗА ДОКУМЕНТОВ – один из основных методов исследования, заключающийся в оценке личности, групп людей на основе анализа документов (автобиографий, характеристик, служебных карточек, личных дел, протоколов и т.д.).

МЕТОД ГРУППОВОЙ ТЕМАТИЧЕСКОЙ ДИСКУССИИ. Часто дискуссия принимает острый характер (когда заявляемая проблема касается жизненных принципов и личных переживаний участников), и стороны не достигают единодушия. Но такая дискуссия может подвигнуть человека задуматься, изменить или пересмотреть свои установки. У подростков эти споры проходят более жарко, чем у взрослых, но и изменениям они поддаются проще. Чтобы спор не вышел за пределы тренинга, ведущему нужно подытожить рассуждения всех сторон и обсудить сходство и различие позиций. В дискуссии могут принимать участие двое и более человек. Наиболее конструктивный вариант – 6-8 человек.

МЕТОД РОЛЕВОЙ ИГРЫ. В ролевых играх участникам предоставляется возможность:

- показать существующие стереотипы реагирования в тех или иных ситуациях;
- разработать и использовать новые стратегии поведения;
- отработать, пережить, свои внутренние опасения и проблемы.

РОЛЕВЫЕ ИГРЫ — это небольшие сценки спланированного или произвольного характера, отражающие модели жизненных ситуаций.

Ролевая игра — это хорошая наработка вариантов поведения в тех ситуациях, в которых могут оказаться участники. Игра позволит приобрести навыки принятия ответственных и безопасных решений в жизни. В ролевой игре участник исполняет роль какого-нибудь персонажа, а не свою собственную. Это помогает человеку свободно экспериментировать и не бояться, что его поведение будет глупым.

«МОЗГОВОЙ ШТУРМ» (брейнсторминг) (от англ. brain storming – штурм мозга) – методика стимуляции творческой активности и продуктивности, исходящая из предположения, что при обычных приемах обсуждения и решения проблем возникновению новаторских идей препятствуют контрольные механизмы сознания, которые сковывают поток этих идей под давлением привычных, стереотипных форм принятия решений.

РЕФЛЕКСИЯ – родовая способность человека, проявляющаяся в обращении сознания на самое себя, на внутренний мир человека и его место во взаимоотношениях с другими, на формы и способы познавательной и преобразующей деятельности.

РАБОТА В МАЛЫХ ГРУППАХ.

ТРЕНИНГ – это форма групповой работы, которая строится на активности самих участников.

Наиболее общие цели тренинговых групп выглядят следующим образом:

- помощь в исследовании и решении психологических проблем;
- улучшение психического здоровья;
- изучение психологических основ общения;
- развитие самосознания с целью самоизменения и коррекции поведения;
- содействие личностному росту и саморазвитию.

Общая цель тренингов конкретизируется в трех типах задач:

- 1) Развитие перцептивных способностей – лучшее знание себя, другого человека и тех отношений, которые возникают.
- 2) Овладение умениями и навыками в сфере общения и формирование адекватных к различным ситуациям установок.
- 3) Коррекция развития системы отношений личности.