

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА ПАТОЗАВИСИМОСТЕЙ У ДЕТЕЙ ПРЕДПОДРОСТКОВОГО И ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Куимова Н.Н., Григошина Ю.А.

Количество детей потребляющих воздействующее на психику вещество (ПАВ) растёт из года в год, при этом наблюдается снижение возрастных границ, у детей принимающих ПАВ. Именно поэтому необходимо уже в младшем школьном возрасте проводить профилактическую работу, продолжая её и в основной школе (в предпоздотковом подростковом возрасте). Представленная статья показывает, что психологическая профилактика по данному направлению является особо значимой, поскольку позволяет предотвратить патологическое развитие личности. В качестве примера такой работы психолога предлагаем специально разработанный комплекс психопрофилактической работы с детьми 10-13 лет. Представленный психолого-профилактический комплекс является авторской разработкой. Он может быть дополнен и расширен школьными психологами, заинтересованными в решении заявленных проблем и в построении коррекционно-развивающей работы с детьми предпоздоткового и подросткового возраста.

Ключевые слова: младшие подростки, психоактивные вещества, комплекс мероприятий по профилактике психоактивных веществ

PSYCHOLOGICAL PREVENTIVE MAINTENANCE INFLUENCING MENTALITY SUBSTANCE AT CHILDREN OF PRETEENAGE AND TEENAGE AGE

Kuimova N.N., Grigoshina Yu.A.

The quantity of children consuming substance influencing mentality grows from year to year, decrease in age brackets, at children accepting psychoactive substances is thus observed. For this reason it is necessary to spend already at younger school age preventive work, continuing it and at the basic school (at preteenage teenage age). Presented article shows that psychological preventive maintenance in the given direction is especially significant as allows to prevent pathological development of the person. As an example of such work of the psychologist specially developed complex of psychopreventive work with children of 10-13 years is offered. The presented psihologo-preventive complex is author's working out. It can be added and expanded by the school psychologists interested in the decision of declared problems and in construction of korrektsionno-developing work with children of preteenage and teenage age.

Keywords: younger teenagers, psychoactive substance, a complex of actions for preventive maintenance psychoactive substances

Предпоздотковый и подростковый возраст занимает особое место среди других возрастных этапов становления личности — критический, переломный, переходный возраст, возраст перемен, возраст полового созревания. Его хронологические границы совпадают с обучением детей в 4 – 6-м классах современной школы: от 9 -12 лет. Основная особенность подросткового периода — резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития, важнейшими из которых являются *стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о стремлении утвердить свою самостоятельность, независимость, личностную автономию*. Подросток в одно и то же время — и ребенок, и взрослый, а точнее сказать — это уже не ребенок, но в то же время еще не взрослый. Это период, когда как раз и происходит переход от детства к взрослости, по К. Левину — *смена*

групповой принадлежности [4].

Характерную для этого возраста асинхронность развития, как интраиндивидуальную (несовпадение во времени развития различных сторон психики у подростков, принадлежащих к одному хронологическому возрасту), так и интраиндивидуальную (т. е. характеризующую различные стороны развития одного школьника), важно иметь в виду и при изучении данного периода, и в ходе практической работы. Поэтому указываемые возрастные границы имеют лишь ориентировочное значение [5].

Традиционно предподростковый и подростковый возраст рассматривается как период *отчуждения от взрослых*, однако современные исследования показывают сложность и амбивалентность отношения подростка к взрослым. Ярко выражены как стремление противопоставить себя взрослым, отстаивать собственную независимость и права, так и ожидание от взрослых помощи, защиты и поддержки, доверие к ним, важность их одобрения и оценок. Значимость взрослого отчетливо проявляется в том, что для подростка существенна не столько сама по себе возможность самостоятельно распоряжаться собой, сколько признание окружающими взрослыми этой возможности и принципиального равенства его прав с правами взрослого человека [8].

По мнению И. В. Дубровиной, основными психологическими новообразованиями, формирующимися в подростковом возрасте, являются:

- Возникновение чувства взрослости и реакция эмансипации
- Реакция группирования со сверстниками
- Возникновение интереса к противоположному полу
- Развитие высших чувств в структуре самосознания
- Появление хобби-реакций (многочисленных увлечений, сменяющих друг друга) [3].

Подростки — особая социально-психологическая и демографическая группа, имеющая свои собственные нормы, установки, специфические формы поведения, которые образуют *особую подростковую субкультуру*. Чувство принадлежности к «подростковой» общности и определенной группе внутри этой общности, часто отличающейся не только интересами и формами проведения досуга, но и одеждой, языком и т. п., имеет существенное значение для развития личности подростка, влияя на формирующиеся у него нормы и ценности. Ценность предподросткового и подросткового возрастов - это благоприятный период для развития многих сторон личности, таких как познавательная активность, любознательность [7].

Важным фактором психического развития в подростковом возрасте является *общение со сверстниками*, выделяемое в качестве ведущей деятельности этого периода. Стремление подростка занять удовлетворяющее его положение среди сверстников сопровождается

повышенной конформностью к ценностям и нормам группы сверстников. Переоценивая свои возросшие возможности, подросток отрицает свою принадлежность к детям и всеми средствами пытается утвердить свою взрослость.

Для понимания предподросткового и подросткового возраста, выбора правильного направления и форм работы необходимо иметь в виду, что этот возраст относится к так называемым критическим периодам жизни человека, или периодам возрастных кризисов. Симптомы кризиса — *строптивость, упрямство, негативизм, своеволие, обесценивание взрослых, отрицательное отношение к их требованиям, ранее выполнявшимся, протест-бунт, ревность к собственности*. Причины возникновения, характер и значение подросткового кризиса психологами понимаются по-разному. Многие авторы подчеркивают возможность (и желательность) бескризисного протекания этого периода. Кризис в этом случае часто рассматривается как результат неправильного отношения взрослых, общества в целом к подросткам, объясняется тем, что личность не может справиться со стоящими перед ней на новом возрастном этапе проблемами [3]. Весомым аргументом в пользу «бескризисных» теорий является то, что данные исследований часто свидетельствуют об относительно спокойном переживании подростками этого этапа развития [11]. Л. С. Выготский подчеркивал, что за всяким негативным симптомом кризиса «скрывается позитивное содержание, состоящее обычно в переходе к новой и высшей форме» [2].

Важно также учесть, что в кризисные периоды даже те дети, которые не вызывают у взрослых беспокойства, могут нуждаться в особом внимании, помощи со стороны психолога. Не следует ни недооценивать, ни переоценивать трудности, возникающие у подростка в этот период, но необходимо правильно их понять и оказать школьнику своевременную помощь.

Необходимо помнить, что, если подросток в школе не может найти удовлетворяющей его системы общения, он "уходит" из школы, конечно, чаще психологически, но не так уж редко и в прямом смысле [6, 9].

Важно подчеркнуть, что в подростковом периоде учебная деятельность как бы отходит на задний план. Центр жизни перемещается в сферу общения, сферу дружбы. Важнейшей особенностью личности подростка, как отмечал Л. С. Выготский, является бурное развитие рефлексии и на ее основе — самосознания. Именно в этом возрасте впервые возникает ориентировка личности на *самооценку*. Относительно устойчивая самооценка и основанный на ней *уровень притязаний* порождают новую потребность — быть не только на уровне требований окружающих, но и на уровне собственных требований, собственной самооценки [1]. Поэтому при неадекватной самооценке у подростка часто возникают конфликты с окружающими. От характера самооценки зависит уровень притязаний подростка, т.е. выбор задач определенной степени трудности: если самооценка занижена, подросток стремится к решению самых легких задач, если завышена, он может

выбрать задачу, с которой не в состоянии справиться. В обоих случаях это отрицательно сказывается не только на деятельности, но и на формировании личности.

В определенном смысле все подростки «трудные», т.е. с ними труднее, чем с младшими школьниками. Не удовлетворив своих амбиций, подросток стремится проявить себя "оригинальностью" суждений, демонстрацией отвержения общепринятых ценностей, неконформным поведением: срывает уроки, прогуливает школу, втягивается в компании "трудных" подростков и т.д. Кризисные проявления таких детей выражаются в делинквентном поведении, бродяжничестве, побегах из дома, аддиктивных реакциях, которые, как правило, сопровождается алкоголизацией и потреблением наркотических и токсических веществ. Специфика такого поведения подростков обусловлена возникновением возрастных потребностей в приобщении к миру взрослых – пусть даже на таком уровне, а также обострением в этом возрасте «принципа удовольствия», стремление к которому требует его удовлетворения любыми возможными способами. Наиболее лёгкий путь при этом – употребление психоактивных веществ, реализующих эту потребность. Так формируются никотиновая, алкогольная и наркотическая зависимости.

Количество детей потребляющих психоактивные вещества (ПАВ) растёт из года в год, при этом наблюдается снижение возрастных границ, у детей принимающих ПАВ. Именно поэтому необходимо уже в младшем школьном возрасте проводить профилактическую работу, продолжая её и в основной школе (в предподростковом подростковом возрасте) [10].

Психопрофилактика по данному направлению является особо значимой, поскольку позволяет предотвратить патологическое развитие личности. В качестве примера такой работы психолога предлагаем специально разработанный комплекс психопрофилактической работы с детьми 10-13 лет. Весь комплекс включает в себя несколько содержательных блоков (направлений) каждый из которых имеет определённую цель:

- 1. Информационный блок.** Его цель информирование учащихся о характере, свойствах, специфике влияния ПАВ на организм человека. Особое внимание на этом этапе уделяется анализу психологического воздействия этих веществ на ребёнка и формированию у него патологических зависимостей
- 2. Когнитивный блок.** Он направлен на то, чтобы познакомить подростков со способами преодоления патозависимостей, проанализировать эти способы и возможность их применения к самому себе, если такая зависимость уже сформировалась. На этом этапе психолог апеллирует к активности детей по анализу и оценке полученных знаний.
- 3. Практический блок.** На этом этапе учащиеся вместе с психологом в активной форме пытаются применить полученные знания в процессе общения и взаимодействия. Наиболее

эффективной формой переноса знаний в данном случае являются тренинги, деловые игры, практические упражнения.

4. Рефлексивный блок. Его задача подвести учащихся к самоанализу и оценке собственных знаний и умений по преодолению патологических зависимостей различного рода. Подростки обобщают полученные знания, анализируют и оценивают свою способность применить их в реальной жизненной ситуации.

В обобщённом виде тематика данного психологического комплекса представлена в таблице 1.

Таблица 1.

КОМПЛЕКСНЫЙ УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ СЕМИНАР ПО ПСИХОПРОФИЛАКТИКЕ ПАТОЗАВИСИМОСТЕЙ И АДДИТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ.

№	Тема	Форма осуществления деятельности	Цель деятельности	Основные содержательные аспекты для обсуждения
1	Принятие решений и независимость мышления	Семинар с элементами и тренинга	Формирование знаний о специфике и последствиях группового давления на личность; способности анализировать принимаемые решения.	Влияние группового давления на принимаемые решения. Причины влияния членов группы на индивида, особенности личности, необходимые для принятия решения. Идентификация ежедневных решений. Процесс принятия решений.
2	Курение: мифы и реальность	Семинар с элементами и тренинга	Формирование знаний о влиянии на организм курения и возможных его последствиях	Причины, связанные с началом курения. Анализ никотиновой зависимости и её последствий. Стадии развития «курильщика» Социальные последствия курения. Права некурящих.
3	Алкоголь: мифы и реальность	Семинар с элементами и тренинга	Предоставить учащимся необходимую информацию для преодоления зависимости от алкоголя.	Сущность алкоголя как психоактивного вещества, замедляющего деятельность головного мозга и нервной системы в целом. Кого можно назвать умеренно пьющим и сильно пьющим человеком. Последствия приёма алкоголя в малых и больших дозах. Изменение психологической структуры личности при патологической зависимости от алкоголя
4	Наркотики: мифы и реальность	Семинар с элементами и тренинга	Предоставление информации о влиянии	Характеристика группы наркотических веществ и их влияние на растущий организм. Процесс возникновения

			наркотиков на организм человека	зависимости от наркотиков. Долговременные и кратковременные эффекты влияния наркотиков на психику человека. Информация об уголовной ответственности за хранение и употребление наркотиков. Способы преодоления зависимостей
5	ОБРАЗ-Я и его самосовершенствование	Семинар с элементами и тренинга	Познакомить учащихся с понятием образ-я, тем, как он формируется, его влиянием на поведение, и способы его совершенствования.	Понятие «образ-я» и его структура. Формирование «образа-я». Факторы, влияющие на формирование «образа-я» и пути его совершенствования. Способы самоанализа «образа – я».
6	Преодоление тревожности	Семинар с элементами и тренинга	Формирования знаний о тревожности и способах её преодоления	Понятие о тревожности и её видах. Физиологические симптомы тревожности. Распространенные ситуации, провоцирующие тревогу. Способы преодоления тревожности и упражнения для расслабления.
7	Навыки общения	Семинар с элементами и тренинга	Формирование знаний об эффективном общении и способах использования этих знаний в процессе взаимодействия	Понятие общения. Вербальное и невербальное общение. Правила коммуникации и особенности восприятия информации. Негативные проявления при общении. Способы коммуникации и формы её организации. Преодоление конфликтности.
8	Социальные навыки	Семинар с элементами и тренинга	Обучение базовым социальным навыкам для успешного построения взаимодействия, Обучение навыкам, организации взаимодействия противоположных полов.	Что такое социальные навыки и их роль в процессе коммуникации. Стеснительность и её проявления. Установление контакта. Способы организации и поддержания беседы. Атрибуты коммуникации привлекательные для лиц противоположного пола. Значение внешних (физических) данных во взаимоотношениях. Способность к самоанализу в процессе коммуникации (рефлексия).

Представленный психопрофилактический комплекс является авторской разработкой и может быть дополнен и расширен школьными психологами, заинтересованными в решении заявленных проблем и в построении коррекционно-развивающей работы с детьми предпододросткового и подросткового возраста.

Литература

1. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе. // Вопросы психологии. 2012. №2, №4. С. 44-56.
2. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6-ти т. М., 1982, т.4. 415 с.
3. Дубровина И. В. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту. - М., 2017. 128 с.
4. Князева Т.Н., Куимова Н.Н. Концептуальные подходы к организации углублённой (клинической) практики студентов-психологов. – в сборнике: Модернизация педагогического образования в контексте глобальной образовательной повестки сборник статей по материалам Всероссийской научно-практической конференции по проблемам разработки и апробации новых модулей программ бакалавриата по укрупненной группе специальностей «Образование и педагогика» (направление подготовки - Специальное (дефектологическое) образование), предполагающих академическую мобильность студентов вузов педагогического профиля (непедагогических направлений подготовки) в условиях сетевого взаимодействия. Нижегородский государственный педагогический университет им. К. Минина. 2015. С. 322-325.
5. Кручинин В.А., Куимова Н.Н., Иванова И.А. Личностный потенциал развития адаптивности младшего подростка при переходе в основную школу. Вестник Мининского университета. 2016. № 2 (15). с. 29.
6. Леонтьев А.Н. Психология общения. Тарту, 2014. 198 с.
7. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения, в 2-х тт. — М.: Педагогика, 2013. 400 с.
8. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. — М.: Педагогика, 2014. 189с.
9. Обухова Л.Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы. М.:Тривола, 1995. 253 с.
10. О концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде // Вестник образования. - 2010 г. - № 8. - С. 17 – 25
11. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М., 2015. 329 с.

Куимова Наталья Николаевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры классической и практической психологии ФГБОУ ВО Нижегородский государственный педагогический университет им.К.Минина, e-mail:kuimova_nataliy@mail.ru

Григошина Юлия Александровна, студент факультета психологии и педагогики, кафедры практической психологии ФГБОУ ВО Нижегородский государственный педагогический университет им.К.Минина, e-mail:kuimova_nataliy@mail.ru