



УДК 159.922.76

Сущность первичной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения подростков

О. Б. Симатова

Забайкальский государственный гуманитарно-педагогический университет им. Н. Г. Чернышевского, г. Чита
E-mail: asimatov@mail.ru

Аннотация. Представлены результаты критического анализа проблемы сущности первичной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения подростков. Рассматриваются основные направления и концептуальные основы современной профилактики зависимости, обозначены проблемы ее организации и осуществления в условиях образовательных учреждений.

Ключевые слова: аддиктивное поведение подростков; профилактика; первичная психолого-педагогическая профилактика аддиктивного поведения; направления профилактики; концептуальные основы профилактики; проблемы профилактической деятельности.

Современный период развития российского общества характеризуется радикальными социально-экономическими преобразованиями, трансформацией института семьи, ослаблением социального контроля, сокращением детских неформальных коопераций, разрастанием сети компьютерных игр с виртуальными партнерами, возрастанием агрессивного информационного потока СМИ. Изменения целого ряда социокультурных факторов развития и кризисность социально-психологической обстановки приводят к непрерывному возрастанию стрессовых ситуаций, интенсивному и длительному психоэмоциональному напряжению. Следствием этого является потеря человеком чувства безопасности и страх перед действительностью, порождающие стремление уйти от реальности. В результате множатся формы психической дезадаптации в детском и подростковом возрасте, среди которых самой распространенной, по данным исследований, является аддиктивное поведение.

Особую значимость профилактика аддиктивного поведения у подростков приобретает в связи с кризисностью данного периода развития и с тем, что именно в это время начинают формироваться важные качества личности, обращение к которым является одним из важнейших направлений профилактического воздействия.

Регуляция аддиктивного поведения подростков осуществляется различными социальными институтами. Общественное воздействие при этом

может носить характер правовых санкций, медицинского вмешательства, педагогического влияния, социальной поддержки и психологической помощи. В силу многоаспектности и сложного характера феномена аддиктивного поведения у подростков его предупреждение и преодоление требует целой хорошо организованной системы социальных влияний [1]. Важнейшим направлением деятельности данной системы влияний является профилактика.

Исследователями выделяются различные виды и уровни профилактики. Традиционно рассматриваются первичная, вторичная и третичная профилактика. В частности, Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) следующим образом трактует вышеуказанные уровни профилактики: первичная профилактика направлена на устранение неблагоприятных факторов, вызывающих определенное явление, и повышение устойчивости личности к воздействию этих факторов; вторичная профилактика направлена на раннее выявление нарушений и работу с «группой риска»; третичная профилактика решает такие специальные задачи, как лечение, коррекция нарушений и расстройств, предупреждение их рецидивов, реабилитация лиц, имеющих какие-либо нарушения [1; 3].

Анализ литературы показывает, что первичная профилактика аддиктивного поведения имеет целью предотвратить возникновение нарушений или болезни, предупредить негативные исходы и усилить позитивные результаты развития индивида. Она является наиболее массовой, неспецифической, использующей преимущественно педагогические, психологические и социальные влияния. Такая профилактика проводится посредством информирования населения, формирования мотивации на эффективное социально-психологическое, физическое развитие и социально-поддерживающее поведение путем развития протективных факторов здорового социально эффективного поведения, навыков разрешения проблем, поиска социальной поддержки, отказа от предлагаемого аддиктивного агента. Психологическое воздействие в рамках первичной профилактики реализуется через развитие личностных ресурсов, формирование социальной и персональной компетентности, развитие адаптивных стратегий поведения, формирование функциональной семьи.

Большинство современных исследователей говорят о том, что малоэффективную негативную профилактику должна сменить профилактика позитивная, в центре внимания которой находится личность и её референтная среда, а основная задача состоит в развитии протективных личностных и средовых ресурсов.

Профилактическая работа с детьми как за рубежом, так и в России, являясь одним из основных видов профессиональной деятельности, активно развивалась и совершенствовалась преимущественно в таких областях человеческой практики, как медицина, социальная работа, педагогика. Актуальность психопрофилактики как вида психологической помощи стала заметна в отечественной науке и практике в конце 1970-х – начале 1980-х гг. [3].

Анализ современной психолого-педагогической литературы показывает, что традиционно психопрофилактика рассматривается как вид профессиональной деятельности, имеющий целью предупреждение и предотвращение нежелательных психических и соматических расстройств (И. В. Дубровина [4], В. Э. Пахальян [3], В. Г. Казанская [2] и др.). Как правило, употребляя данное понятие, специалисты имеют в виду практику, направленную на: уменьшение факторов риска; усиление внутрличностных протективных факторов; создание таких окружающих условий, которые способствовали бы поддержанию здоровья.

В. Э. Пахальян [3] говорит о том, что сегодня в науке и практике недостаточно представлен аспект, который может быть обозначен как превентивная психология развития личности. Превентивная психология развития личности – прикладная область психологии, занимающаяся изучением закономерностей и факторов, влияющих на состояние и динамику психологического здоровья личности с целью создания возможностей своевременного предупреждения неблагоприятных тенденций в её развитии. В связи с тем, что большая часть детей посещает учреждения образования и проводит там значительную часть своего времени, у участников образовательного процесса возникает необходимость и реальная возможность обеспечить психолого-педагогические условия, отвечающие требованиям безопасности психологического здоровья детей. Ссылаясь на это, специалисты считают, что психологическая служба образования может и должна рассматриваться в первую очередь как превентивная деятельность [3], [4]. При этом И. В. Дубровина отмечает, что психопрофилактическая работа представляет собой, к сожалению, мало разработанный вид деятельности школьного психолога [4].

Среди проблем организации профилактической работы в системе образования исследователями обсуждаются следующие: характер взаимодействия субъектов образовательного пространства; сохранение старых стереотипов социометрического подхода к ребенку; практика работы, организованная по «принципу работы по обращениям»; характеристики психологического здоровья окружающих ребенка взрослых; недостаток специалистов, способных грамотно и эффективно осуществлять профилактическое воздействие и др.

Анализ литературы показал, что проявления того или иного вида аддиктивной реализации – это всего лишь сигнал, свидетельствующий о психологических, социально-психологических и педагогических проблемах. Поэтому на первый план выходят вопросы психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения у подростков, содействие становлению личности и её самореализации. В связи с невозможностью спрогнозировать, воздействию каких факторов риска может подвергнуться тот или иной ребенок, становится очевидной актуальность и целесообразность мероприятий, направленных на предупреждение аддиктивного поведения у всех без исключения детей и подростков, что является целью первичной профилактики. Учитывая психолого-педагогическую сущность проблемы

аддиктивного поведения подростков, эффективность и целесообразность мероприятий предупреждающего характера, мы считаем очевидным тот факт, что приоритет в предупреждении зависимого поведения подростков должен быть отдан первичной психолого-педагогической профилактике [5].

Проблема первичной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения широко обсуждается как в зарубежных исследованиях (W. Miller, G. Brown, G. D. Walters и др.), так и в России (С. В. Березин, К. С. Лисецкий, В. М. Ялтонский, Н. А. Сирота, М. И. Рожков, М. А. Ковальчук, Л. П. Николаева, Д. В. Колесов, Р. Р. Гарифуллин, Т. А. Калуженина, С. В. Лидак, Л. М. Шипицына, Е. И. Казакова, О. Л. Романова, М. В. Самойлова, Н. Ю. Максимова и др.). Большинство исследователей рассматривают первичную психолого-педагогическую профилактику зависимого поведения подростков как совместную деятельность специалистов образовательных учреждений (при возможности участия в ней специалистов других сфер), направленную на предупреждение формирования аддикций.

Анализ литературы показал, что первичная профилактика аддиктивного поведения осуществляется в двух основных направлениях: снижение факторов риска и повышение факторов протекции в его отношении. Исследователи акцентируют внимание на том, что эффективная профилактика должна носить характер превенции, которая подразумевает не только уход от болезни, нарушений и расстройств, но и развитие протективных факторов, способствующих здоровью [7]. Учитывая это, мы считаем возможным определить первичную психолого-педагогическую профилактику аддиктивного поведения подростков в условиях образовательных учреждений как превентивную деятельность всех участников образовательного процесса, направленную на развитие протективных ресурсов школьников [5]. Проблема первичной психолого-педагогической профилактики, способствующей повышению резистентности личности к дестабилизирующим внешним и внутренним факторам, в современной науке все больше становится предметом научного осмысления, однако возможности такой профилактики выявлены недостаточно.

В России, США, Западной Европе сложились различные направления первичной профилактики аддиктивного поведения подростков. В основном их развитие и становление происходило в рамках антинаркотической деятельности. Учитывая общность сущностных психологических механизмов формирования всех форм аддиктивного поведения, мы считаем возможным распространение определенных аспектов этих направлений на профилактику всех видов аддиктивной реализации подростков. Критический анализ различных направлений первичной профилактики зависимого поведения является предметом многочисленных исследований. Далее нами будут рассмотрены направления профилактической деятельности, являющиеся наиболее изученными, наиболее часто упоминающимися в работах данной тематики и используемыми в практической психологии образования.

Одним из направлений профилактики аддиктивного поведения является запретительное, реализующееся через механизм, связанный с запугива-

нием человека, через идею пропаганды опасности употребления ПАВ (психоактивных веществ). По мнению большинства исследователей, низкая эффективность подобной политики в области профилактики доказана практическим опытом. Запугивание может способствовать когнитивно-эмоциональному диссонансу, мотивирующему к данному виду поведения [6].

Сущность следующего – информационного – направления состоит в предоставлении разного рода информации, касающейся проблемы зависимо-го поведения в форме лекций, бесед, распространения специальной литературы или видео- и телефильмов. При этом, по замечанию исследователей, в некоторых случаях, напротив, раннее знакомство с разного рода девиациями стимулирует интерес к ним. Очевидно, что перспективному развитию этого подхода может способствовать отказ от преобладания запугивающей информации, а также дифференциация информации по полу, возрасту, психологическим, социально-экономическим и другим характеристикам. Весьма сложными аспектами информационного направления профилактики являются форма предоставления и компетентность специалистов, реализующих профилактические мероприятия [1].

Следующее направление профилактики – это пропаганда здорового образа жизни и реализация различных программ укрепления здоровья. Модель здорового образа жизни основана на представлениях о важности личного выбора и личной ответственности за здоровье, гармонии с окружающим миром и своим организмом. В ходе работы в рамках данного направления поощряется развитие альтернативных привычек, которые могут стать барьером, препятствующим поведению, наносящему вред здоровью, и служить альтернативой аддикции. Подход, основанный на деятельности, альтернативной аддиктивному поведению, базируется на представлениях о его заместительном механизме. Альтернативными формами активности исследователями признаны: познание (чтение, путешествия), испытание себя (походы, спорт с риском), значимое общение, любовь, творчество, деятельность (профессиональная, религиозно-духовная, благотворительная). Данный подход, так или иначе, реализуется практически во всех программах оказания помощи, а практика его реализации доказывает свою эффективность.

Еще одно направление профилактики было условно названо личностно ориентированным. Целью данного направления работы является формирование личности, способной самостоятельно и ответственно строить свою жизнь, управлять собой, объективно оценивать свои действия и поступки, верить в свои силы и возможности. Именно это направление профилактики, в основе которого лежит развитие и оптимизация протективных личностных факторов, является, на наш взгляд, наиболее конструктивным и эффективным. В рамках этого направления исследователями выделяются различные варианты работы: тренинг резистентности к негативному социальному влиянию, модель «аффективно-ценностного» обучения (Е. В. Змановская), модель формирования жизненных навыков (ФЖН) (С. В. Березин, К. С. Лисецкий, В. Д. Менделевич, М. А. Ковальчук, М. И. Рожков и

др.). Под жизненными навыками авторами понимаются наиболее важные социальные умения личности: умение общаться, поддерживать дружеские связи, 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. На наш взгляд, личностно ориентированный подход, во всем многообразии своих моделей, более всего согласуется с целью современной позитивной профилактики аддиктивного поведения подростков и представляется нам достаточно эффективным, хотя и трудоемким. Очевидно, что каждое из вышеперечисленных направлений профилактики имеет как преимущества, так и недостатки. Мы полагаем, что важно уметь использовать их адекватно и в комплексе [6].

Исследователи отмечают, что зачастую основной причиной низкой эффективности профилактических программ является их недостаточное теоретическое обоснование. Далее нами будут рассмотрены важнейшие положения некоторых теоретических разработок профилактики аддиктивного поведения подростков. Теория продвижения к здоровью основывается на понятии продвижения к здоровью как превенции, предполагающей развитие протективных факторов, ему способствующих. Социально-когнитивные теории и, прежде всего, работы А. Bandura и R. Lazarus являются базисом для понимания того, что состоянием здоровья и благополучия человек способен управлять сам. Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский считают, что в основе эффективного профилактического воздействия лежит формирование у подростков адекватных знаний о факторах риска и рискованных поведенческих паттернах, убеждения в возможности влиять на свое здоровье и в эффективности этого процесса [7].

В рамках теории мотивации ученые отмечают, что если человек не приходит к пониманию необходимости постоянных изменений своего мышления и стиля жизни, то он обречен на психическую и социальную дезадаптацию, что увеличивает риск формирования аддиктивного поведения (И. Н. Пятницкая, П. Д. Шабанов, О. Ю. Штакельберг, О. Л. Романова, В. С. Березин, К. С. Лисецкий, А. Ю. Егоров, С. А. Игумнов и др.). Основой профилактического воздействия в данном случае выступает работа с мотивацией на позитивное изменение и развитие на всех этапах и стадиях жизни человека.

Теория жизненных навыков базируется на понимании необходимости постоянного развития человека и позитивного изменения поведения. Этот теоретический подход был сформирован на стыке двух этиологических теорий – теории социального научения (А. Bandura) и теории проблемного поведения (R. Jessor). Первая связывает данный подход с направлением социальных влияний, вторая – с социально-психологическим направлением, учитывающим проблемы, являющиеся актуальными в подростковом возрасте. Цель программ ФЖН – повысить устойчивость подростков к отрицательным социальным влияниям, а также индивидуальную компетентность путем обучения личностным и социальным навыкам [7].

Теория деятельности, альтернативной аддиктивной реализации подчеркивает важную роль среды и обосновывает попытки уменьшить риск аддиктивной реализации посредством развития специфической активности. Концепция альтернатив предусматривает развитие осведомленности личности, её значимых межличностных связей, профессиональных навыков, эстетических установок, творческого и интеллектуального опыта, социально-политической вовлеченности.

Концепция социальной поддержки основана на понимании того, что социальная поддержка, смягчая влияние стрессоров на организм, сохраняет здоровье и благополучие человека, облегчает его адаптацию и способствует развитию, являясь важной составляющей копинг-поведения, мощным средовым копинг-ресурсом. Социальная поддержка рассматривается большинством исследователей как информация, приводящая субъекта к убеждениям, что его любят, ценят, о нем заботятся, он является членом социальной сети и имеет с ней взаимные обязательства. Н. А. Сирота и В. М. Ялтонский, ссылаясь на Т. А. Wills, выделяют четыре типа социальной поддержки: эмоциональную (интимную), инструментальную (материальную), информационную, обратную связь (поддержку в форме оценки). Исследователи описывают модели, объясняющие связь социальной поддержки с исходами психологического и физического здоровья [7].

Н. А. Сирота и В. М. Ялтонским разработана концептуальная теоретическая модель профилактики зависимого поведения. Важнейшими направлениями этой модели являются развитие стратегии разрешения проблем, когнитивной сферы, социально-поддерживающей системы и социально-поддерживающего процесса, аффилиативно-эмпатийных ресурсов, модификация стратегии избегания [7].

Теоретическим основанием развития стратегии разрешения проблем как одной из важнейших структур формирования функционального адаптивного поведения служит модель разрешения социальных проблем Т. J. D'Zurilla и М. R. Goldfried. Разрешение социальных проблем рассматривается исследователями как когнитивно-поведенческий процесс, путем которого личность вырабатывает эффективные стратегии преодоления проблемных ситуаций, встречающихся в повседневной жизни. В результате происходит открытие широкого круга альтернативных решений, способствующих общей социальной компетентности.

Развитие когнитивной сферы предполагает формирование интернального локуса контроля, умения управлять ситуацией и выбором своего поведения в ней, противодействовать давлению среды, развитие самоконтроля, самоэффективности, социальной компетентности и самоуважения [7]. В целом когнитивное развитие фокусируется на изменениях Я-концепции и на формировании зрелого стиля мышления. Способность рассматривать различные альтернативы и перспективы приводит к социальной адаптации и помогает разрешать проблемы взросления.

Развитие социально-поддерживающей системы и социально-поддерживающего процесса – направление в практике превенции аддик-

тивного поведения, определяющее понятие социально-поддерживающего процесса как важнейшего психосоциального звена в формировании физического и психического здоровья человека или, напротив, ведущего к болезни. Социально-поддерживающий процесс состоит из трех компонентов: социальных сетей, восприятия социальной поддержки и копинг-стратегии поиска социальной поддержки. Таким образом, целью профилактики является развитие каждого из этих компонентов социально-поддерживающего процесса.

При формировании аддиктивного поведения стратегия избегания становится одной из ведущих поведенческих стратегий. При этом формируется тенденция к немедленному снятию, избеганию возникающего в стрессовых ситуациях эмоционального напряжения путем использования аддиктивных агентов. Однако избегание – это вынужденный механизм поведения, основанный на недостаточно развитой системе личностно-средовых копинг-ресурсов и активных стратегий. В связи с этим основным принципом модификации стратегии избегания в программах первичной профилактики является принцип развития личностно-средовых ресурсов и активных стратегий совладания со стрессом [7].

В научной литературе рассматривается и анализируется опыт первичной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения подростков в разных странах. При этом можно сделать вывод, что наиболее широкое распространение в современном мире получают профилактические программы ФЖН. Сегодня программы ФЖН еще относительно молоды, и еще многое необходимо узнать о потенциальных возможностях, условиях и ограничениях их успешного применения.

Многие исследователи подчеркивают, что проблема аддиктивного поведения детей и подростков комплексная, и ведущая роль в её решении должна принадлежать сфере образования. Одновременно с этим, они отмечают, что психолого-педагогическое направление работы по профилактике аддиктивного поведения детей и подростков в условиях образовательного учреждения является слабым звеном [4]. Исследователи также указывают на противоречие между существованием большого количества разработанных профилактических программ, реализация которых в учреждениях образования сопровождается солидными материальными вложениями, и их недостаточной эффективностью. В качестве основных причин сложившейся ситуации учеными называются, во-первых, отсутствие в программах адекватной концептуальной основы, учитывающей существенные психологические механизмы профилактического воздействия, и, во-вторых, катастрофическая нехватка специалистов, способных оказывать эффективное профилактическое воздействие, низкий уровень подготовки педагогических работников к работе по профилактике аддиктивного поведения подростков.

Резюмируя вышесказанное, обратим внимание на следующие моменты: профилактика представляет собой систему общих и специальных мероприятий, направленных на предупреждение каких-либо нежелательных явлений; психопрофилактика является малоразработанным видом деятель-

ности в практической психологии образования; особую значимость профилактики аддиктивного поведения приобретает в подростковом возрасте; психолого-педагогическая сущность аддиктивного поведения подростков обуславливает приоритет в работе первичной психолого-педагогической профилактики, ориентированной на усиление защитных факторов и системы личного противостояния зависимости; сущность первичной психолого-педагогической профилактики в условиях образовательных учреждений состоит в превентивной деятельности всех участников образовательного процесса, направленной на развитие протективных ресурсов школьников; психолого-педагогическое направление первичной профилактики аддиктивного поведения подростков в условиях образовательных учреждений является слабым звеном; низкая эффективность первичной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения подростков в учреждениях образования связана с отсутствием адекватной концептуальной основы профилактических программ, а также с низким уровнем подготовки педагогических работников к профилактической работе; наибольшее распространение в рамках первичной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения подростков получают программы ФЖН.

Литература

1. Змановская Е. В. Девиантное поведение личности и группы / Е. В. Змановская, В. Ю. Рыбников. – СПб. : Питер, 2011. – 352 с.
2. Казанская В. Г. Подросток. Трудности взросления: книга для психологов, педагогов, родителей / В. Г. Казанская. – СПб. : Питер, 2006. – 240 с.
3. Пахальян В. Э. Развитие и психическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст / В. Э. Пахальян. – СПб. : Питер, 2006. – 240 с.
4. Психологическая служба в современном образовании: Рабочая книга / под ред. И. В. Дубровиной. – СПб. : Питер, 2009. – 400 с.
5. Симатова О. Б. Первичная психолого-педагогическая профилактика аддиктивного поведения подростков в условиях средней общеобразовательной средней школы / О. Б. Симатова. – Чита : ЗабГГПУ, 2009. – 172 с.
6. Симатова О. Б. Как воспитать поколение независимых (возможности участников образовательного процесса в профилактике зависимого поведения детей и подростков) / О. Б. Симатова. – Чита : ЗабГГПУ, 2011. – 144 с.
7. Сирота Н. А. Профилактика наркомании и алкоголизма / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. – М. : Академия, 2003. – 176 с.

The Essence of Initial Psychological and Pedagogical Prevention of Additive Teenagers' Behavior

O. B. Simatova

Annotation. The article deals with the results of critical analysis of the problem connected with the essence of initial psychological and pedagogical prevention of additive teenagers' behavior. The author considers the main directions and conceptual basis of

modern preventive measures of dependence. The author specifies the problems of its arrangement and accomplishment in educational institutions.

Key words: addictive teenagers' behavior; prevention; initial psychological and pedagogical prevention of addictive teenagers' behavior; directions of preventive measures; conceptual basis of prevention; problems of preventive activity.

Симатова Оксана Борисовна
кандидат психологических наук, доцент
Забайкальский государственный
гуманитарно-педагогический университет
им. Н. Г. Чернышевского
672007 г. Чита, ул. Бабушкина, 129
e-mail: asimatov@mail.ru

Simatova Oksana Borisovna
Candidate of Psychological Sciences, ass. Prof.
Zabaikalsky State Humanitarian-Pedagogical
University. N. G. Chernyshevskogo
129, Babushkina str., Chita, 672007
e-mail: asimatov@mail.ru