



УДК 159.9:37.015.3

## **Возможности профилактики зависимого поведения в образовательной среде**

О. Б. Симатова

*Забайкальский государственный университет, г. Чита*  
*e-mail: [asimatov@mail.ru](mailto:asimatov@mail.ru)*

**Аннотация.** Представлены результаты критического анализа проблемы первичной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения в образовательной среде. Автором рассматриваются возможности сотрудников педагогического коллектива средней общеобразовательной школы в отношении профилактики зависимого поведения учащихся.

**Ключевые слова:** аддиктивное поведение, первичная психолого-педагогическая профилактика, система первичной психолого-педагогической профилактики, проблемы профилактики зависимости в школе, превентивное обучение, формы и методы профилактической работы, косвенная профилактика аддиктивного поведения, взаимодействие участников образовательного процесса.

К сожалению, несмотря на получивший широкое распространение среди специалистов комплексный подход к феномену аддиктивного (зависимого) поведения, в обыденной жизни все еще существует мнение, что проблема зависимости – это проблема преимущественно медицинская. Но психолого-педагогическая сущность зависимого поведения доказывает, что на самом деле только педагоги и психологи в силах дать ответ на главный вопрос – что необходимо сделать, чтобы человек не захотел променять настоящий мир на мир искусственный, одурманенный алкоголем и наркотиками, искаженный виртуальной реальностью. Именно поэтому на первый план выходят вопросы первичной психолого-педагогической профилактики зависимого поведения детей и подростков. При этом превентивная практика показывает, что педагогическое направление работы по профилактике зависимого поведения детей и подростков в условиях образовательных учреждений является слабым звеном: практически не используется имеющийся потенциал учебно-воспитательного процесса в целях предупреждения разного рода зависимостей.

К работе по первичной профилактике зависимого поведения обязательно должны привлекаться родители, общественные организации, представители всех уровней органов государственной власти, врачи, представители правоохранительных органов, церковь, но *возглавить ее должны именно работники системы образования*. Работникам образовательных учреждений необходимо осознать, что, в сущности, цель образования – развитие

детей через обучение и воспитание, – совпадает с целью первичной профилактики зависимого поведения, так как *полноценное развитие – это и есть главный фактор предупреждения разного рода поведенческих нарушений* [3]. Профилактика зависимого поведения должна коснуться всех сфер жизни ребенка: семьи, образовательной среды, общественной жизни в целом. Эффективная профилактическая работа в образовательных учреждениях должна вестись всеми участниками образовательного процесса.

В настоящей статье обсуждаются возможности превентивной деятельности в отношении зависимого поведения учащихся, которые имеются у педагогических работников в условиях средней общеобразовательной школы. Рассматриваемые возможности были выделены на основе критического анализа научной литературы, а также практической реализации авторской системы первичной профилактики зависимого поведения в условиях школы.

Психолого-педагогическая профилактика зависимого поведения детей и подростков представляет собой совместную деятельность специалистов образовательных учреждений (при возможности участия в ней специалистов других сфер – здравоохранения, правопорядка и т. д.), направленную на формирование у воспитанников и учащихся личностных ресурсов, обеспечивающих доминирование ценностей здорового образа жизни, а также развитие психологических навыков, необходимых в решении различных жизненных проблем. При этом специалистам различного профиля важно знать границы своей компетенции, не «заходить на чужую землю» и не пытаться подменить друг друга в ходе совместной превентивной деятельности. Целью конструктивной психолого-педагогической профилактики аддиктивного поведения в образовательных учреждениях выступает развитие личностных ресурсов и формирование системы личного противостояния зависимости. Задачами при этом являются: предоставление объективной информации о действии агентов зависимости на организм и личность человека; ориентирование учащихся и воспитанников на способность делать свой собственный аргументированный выбор; предоставление возможности овладения жизненно важными поведенческими навыками, способствующими адаптации и социальной интеграции.

В процессе практической работы мы столкнулись с тем, что организация профилактической деятельности в условиях образовательных учреждений вызывает целый ряд трудностей, которые делают ее неэффективной или вообще сводят на «нет». К числу проблем профилактики зависимости в школе можно отнести следующие: недопонимание педагогическим персоналом важности профилактической работы («ведь проблемы еще нет – зачем заниматься этим»); трудности взаимодействия участников образовательного процесса; сохранение старых стереотипов социометрического подхода к ребенку; практика работы, организованная по «принципу работы по обращениям»; проблемы психологического здоровья окружающих ребенка взрослых; отсутствие планирования профилактической работы как системы, ограничение ее одноразовыми, а поэтому малоэффективными акциями и

мероприятиями; недостаток специалистов, способных грамотно и эффективно осуществлять профилактическое воздействие (недостаточная профессиональная и специальная подготовка педагогических работников) и др.

При организации психолого-педагогической профилактики зависимого поведения учащихся в учреждениях системы образования должны быть учтены следующие методические принципы:

– *комплексный характер* профилактики (вопросы предупреждения зависимости должны рассматриваться в качестве звеньев единой системы воспитательного процесса);

– *актуальность* (содержание профилактики должно отражать наиболее актуальные для данного возраста проблемы, связанные с различными аспектами зависимости, в соответствии с тем, как в разных возрастных группах происходит накопление знаний об аддиктивных агентах и формирование отношения к ним);

– *опережающий* характер (предупреждающее воздействие должно осуществляться заблаговременно, т. е. до наступления того возрастного этапа, когда приобщение к тому или иному виду одурманивания для ребенка становится реальным);

– *конструктивно-позитивный характер* (не только запрещение тех или иных форм поведения, а развитие индивидуальных механизмов, обеспечивающих ребенку успешную социальную адаптацию; важно не только сформировать у ребенка представление о недопустимости зависимости, но и показать ему, как без помощи наркотиков, алкоголя и других объектов зависимости можно сделать свою жизнь интересной и счастливой);

– *принцип запретной информации* (исключение информации, провоцирующей интерес детей к употреблению психоактивных веществ (ПАВ) (например, информации о специфических свойствах различных одурманивающих веществ, способах их применения и т. д.) [4].

Наиболее удобным местом для профилактической работы является школа, где осуществляется систематическое целенаправленное обучение на протяжении многих лет. Перспективным направлением работы по предупреждению зависимого поведения учащихся является реализация типовых, а лучше издаваемых специально для данной школы профилактических программ в виде курса обязательных регулярных занятий, которые включаются в общий учебный план. В настоящее время существует огромное количество профилактических программ в отношении зависимого поведения детей и подростков. Однако проблема сегодня заключается не столько в недостатке тех или иных программ, сколько в катастрофической нехватке специалистов, способных эти программы эффективно реализовывать.

Сущность первичной профилактики зависимого поведения в школе состоит в создании психолого-педагогических условий, обеспечивающих полноценное развитие учащихся на каждом возрастном этапе. Профилактическая работа, направленная на достижение положительных результатов, должна обязательно отвечать потребностям возраста адресата, учитывать особенности периода взросления и способствовать общему развитию лич-

ности в тех условиях, в которых она живет. Эффективная работа с подростками возможна только в случае глубокого понимания педагогами и психологами сущности задач взросления, особенностей данного возраста, способов построения диалога между поколениями.

В сфере образования очевидна необходимость пересмотра подходов к воспитанию и преподаванию учебных предметов. В связи с проблемой зависимого поведения актуальны такие стороны школьной жизни, как адекватная учебная нагрузка детей, придание особой значимости личностному аспекту. Целесообразно включение в образовательный цикл предметов, интегрированных курсов, спецкурсов и факультативов, направленных в своем содержании на расширение объема знаний о реальной жизни. Эта работа может быть дополнена целым рядом внеклассных мероприятий профилактического характера.

Самым действенным способом предупреждения зависимого поведения детей и подростков является оказание помощи в формировании волевых, моральных, интеллектуальных, духовных качеств, представляющих собой систему личного противостояния зависимости. Способный к самоопределению человек, имеющий духовно-моральный стержень, вряд ли попадет под влияние негативных норм и образцов поведения. Этой цели служит так называемое *превентивное обучение*, представляющее собой новую область педагогической деятельности, в которой тесно переплелись современная педагогика, практическая психология и идеи медицинской практики. Превентивное обучение направлено на снижение вероятности формирования поведенческих отклонений у учащихся.

В ходе такого обучения проводится работа по целенаправленному развитию у детей протективных личностных ресурсов: адекватной самооценки, уверенности в себе и собственных силах, ответственности за последствия собственного поведения, адаптивных стратегий поведения, умения определять психологические характеристики (свои и окружающих), выражать свое эмоциональное состояние, навыков конструктивного общения, принятия решения, уверенного отказа и т. д. Систематическое целенаправленное превентивное обучение осуществляется педагогами по специально разработанным программам, в тесном взаимодействии с педагогом-психологом и другими участниками образовательного процесса. При отсутствии такой возможности превентивное обучение реализуется через личный пример, демонстрацию в общении с детьми собственных защитных личностных характеристик. Только личностно зрелый, уверенный в себе, имеющий адекватную самооценку, высокий уровень ответственности и самостоятельности, обладающий навыками разрешения проблем, принятия решений, конструктивного общения педагог может оказывать эффективное профилактическое воздействие на своих подопечных.

Педагогическим работникам доступен широкий арсенал форм и методов превентивной деятельности. По способу организации выделяют следующие формы профилактической работы: индивидуальная, семейная и групповая. В зависимости от используемых методов профилактическая ра-

бота может осуществляться в форме тренингов, образовательных программ (например, школьного спецкурса), психологического консультирования, кризисной помощи («телефон доверия»), а также психотерапии пограничных состояний и нервно-психических расстройств.

В качестве методов психолого-педагогической профилактики выделяют следующие: предоставление информации, подбор литературы, беседа, обсуждение, групповая дискуссия, подготовка конференции, показ тематических фильмов с последующим их обсуждением, написание сочинений, эссе, социальная реклама, коллективно-творческие дела, использование потенциалов школьных предметов для формирования антиаддиктивных установок («скрытая профилактика»), тренинговые упражнения, ролевые и деловые игры, моделирование эффективного социального поведения, психотерапевтические методики и др.

Выбор форм и методов профилактической работы должен осуществляться с учетом границ собственной профессиональной компетенции и возраста учащихся. Современный педагог должен обладать достаточно высоким уровнем психолого-педагогической компетентности для осуществления работы по предупреждению зависимости. Определяющим моментом является знание педагогами психологических особенностей детей различного возраста. Прежде всего это касается знания педагогом характера ведущей деятельности на каждом возрастном этапе развития.

Так, профилактическая работа с *младшими школьниками* будет максимально эффективной при условии присутствия в ней элементов игры (которая выступала в качестве ведущей деятельности на протяжении дошкольного возраста) и учебной деятельности (которая является ведущей у младших школьников). Поэтому в работе с младшими школьниками наиболее эффективны игровые методы: конкурсы, ролевые игры, соревнования.

У *подростков* целесообразно применение групповых методов работы (групповой дискуссии, мозгового штурма, тренинга, ролевых и деловых игр, моделирования эффективного социального поведения и др.) в связи с тем, что их ведущая деятельность – интимно-личностное общение со сверстниками. Кроме того, стремление подростков к подражанию сверстникам делает эффективным способ призыва быть модным: при этом до сведения подростков необходимо довести, что сегодня модно быть здоровым, красивым, умным и успешным, что, по понятным причинам, никак не согласуется с зависимостью.

Работа со *старшеклассниками* предполагает использование широкого спектра различных методов с опорой на рефлексивные: написание сочинений, эссе, групповая и межгрупповая дискуссия, обсуждение и т. д. Действенным в работе со старшеклассниками является связь профилактической работы с ведущей для них учебно-профессиональной деятельностью. Например, можно обсудить с ними те ограничения, которые накладывают различные виды зависимости на выбор, освоение и возможность выполнения той или иной профессиональной деятельности. Необходимо постараться убедить молодых людей в том, что в постоянно усложняющемся мире тре-

буются ответственные, грамотные, интеллектуально развитые специалисты, а это не совместимо с зависимым поведением.

В процессе превентивной деятельности образовательных учреждений могут широко использоваться написание сочинений, обсуждения, организация круглых столов, групповые и межгрупповые дискуссии. Применение этих методов может преследовать следующие цели: оценить уровень знаний учащихся о зависимости; выяснить отношение молодежи к употреблению ПАВ; уточнить пути коррекции и профилактики зависимого поведения; создать негативное общественное мнение о зависимости; выяснить уровень интереса учащихся к проблеме зависимости; выяснить ценность собственного здоровья и здорового образа жизни у школьников и т. д.

В образовательной среде эффективным является метод *косвенной и скрытой профилактики зависимости* [1]. Сущность метода заключается в том, что при взаимодействии педагога с учащимися должны затрагиваться темы, казалось бы, не имеющие отношения к проблеме зависимости, но, в то же время, демонстрирующие однозначно негативные последствия аддикции. В ходе образовательного процесса прием формирования антиаддиктивных установок и убеждений можно применять в рамках буквально всех школьных предметов. Практически всегда можно связать разные аспекты проблемы зависимости с изучаемой темой. При косвенном воздействии в личности постепенно формируются антиаддиктивные установки и убеждения, которые являются надежным препятствием на пути развития зависимого поведения. Но для того чтобы педагог мог эффективно влиять на учащихся, он должен и сам определиться с тем, какое место различные агенты зависимости занимают в его жизни. Если педагог будет лукавить по этому счет, ученики перестанут ему доверять, и путь к эффективной профилактике будет закрыт.

Учителя-предметники заранее, к моменту начала работы с учащимися, должны выявить потенциальные возможности школьных дисциплин для обращения внимания учащихся на печальные последствия, вызванные присутствием в нашей жизни разного рода зависимостей. Данные факты должны доводиться до детей на уроках, в рамках изучения различных дисциплин путем включения в изучаемый материал. Это делает информацию ненавязчивой, не производит впечатления «чтения нотаций», что в конечном итоге делает профилактическое воздействие скрытым, не вызывая к нему ненужного заостренного интереса и негативизма со стороны школьников. Таким образом, педагогические работники должны осуществлять свою деятельность таким образом, чтобы в ходе процесса обучения и воспитания учащиеся не только осваивали учебный материал, но и развивали и укрепляли систему личного противостояния зависимости, а также постепенно исправляли недостатки собственного психосоциального развития.

Психолого-педагогическая профилактика зависимого поведения – это серьезный профессиональный труд, требующий специальной подготовки и определенного уровня зрелости личности. Основным инструментом профилактической работы педагога является его личность. Отношение учителя к ученикам, проявляющееся в общении с ними, определяет успех его педаго-

гической деятельности в целом и профилактической работы в отношении зависимости, в частности.

Именно поэтому к педагогическим работникам, занимающимся профилактикой аддикции, предъявляются *особые требования*: отсутствие проблем зависимости в их собственной жизни, наличие целого спектра специальных знаний, особых умений (владение современными формами и методами профилактической работы и др.), высокого уровня психологической грамотности, способности к эффективному педагогическому взаимодействию со всеми участниками образовательного процесса и т. д. Но самым важным, на наш взгляд, является обязательное наличие у педагога *собственной системы противостояния зависимости*, – комплекса качеств, препятствующих возникновению аддикции, которые педагог должен постоянно демонстрировать в процессе профессионального взаимодействия со школьниками.

Оказание действенного профилактического эффекта педагогическими работниками происходит только в процессе эффективного взаимодействия с учащимися. Для внедрения в педагогическую практику эффективного взаимодействия необходимо следующее: изменение мировоззрения учителя, его отношения к себе, своему жизненному опыту в сторону осознания собственных чувств, переживаний, проблем и психологических защит; изменение отношения учителя к ученикам, когда он не пытается формировать характер ребенка по единому, известному заранее образцу, а помогает ученику развить в себе то положительное, что в нем уже имеется; изменение отношения учителя к задачам педагогического процесса, которое предполагает не только достижение дидактических целей, но и развитие сотрудничества во взаимодействии с учащимися [2].

Развитие педагога должно осуществляться по пути становления *учителя-фасилитатора*. Для учителя-фасилитатора характерно новое мышление, которое обусловлено не совершенствованием умений и навыков и внедрением технических средств обучения, а основано на перестройке личностных установок и ценностей учителя, реализующихся в его межличностном общении и использовании новых методов обучения. Становиться и быть фасилитатором – путь к духовному и психологическому здоровью педагога и детей, с которыми он работает. Учитель-фасилитатор не просто принимает ребенка таким, какой он есть, но и оказывает ему помощь в определении перспектив личностного развития, опирается на помогающие отношения, не прибегая к оценочным суждениям, осуждениям, морализированию, нравоучениям, умеет прощать ошибки [2].

В процессе профилактической деятельности необходимо ориентироваться на достижение конкретных результатов и уметь оценивать эффективность своей работы. *Критериями эффективности* профилактической работы в образовательном учреждении должны стать:

- сформированное негативное отношение участников образовательного процесса к бесконтрольным контактам с разного рода аддиктивными агентами;
- соответствующие знания и умения;

– система личностных качеств, которые позволяют противостоять зависимости.

Для повышения эффективности профилактической работы в образовательном учреждении педагог должен *знать* следующее: наиболее эффективный с точки зрения профилактики специалист – учитель; сущность собственных отношений с проблемой зависимости; возрастные особенности учащихся; факторы риска и протекции зависимого поведения; потенциалы школьных дисциплин для формирования антиаддиктивных убеждений; направления профилактики, формы и методы превентивной работы; признаки, свидетельствующие об определенных изменениях жизни ребенка; к кому и куда можно обратиться в случаях подозрения ребенка в употреблении ПАВ.

При этом педагог должен *уметь*: брать на себя ответственность за определенный аспект профилактической работы в образовательном учреждении; четко заявлять и обосновывать свое отношение к зависимости и людям с данной проблемой; эффективно общаться и взаимодействовать с детьми разного возраста; обсуждать с учащимися моральные ценности, нормы поведения, возможные ситуации опасности в отношении контактов с аддиктивными агентами, а также качества личности, представляющие опасность для возникновения зависимости; уметь формировать педагогическими средствами систему личного противостояния зависимости и ее отдельные составляющие (адекватную самооценку, уверенность в себе, самостоятельность, ответственность, навыки разрешения проблем и поиска социальной поддержки); выделять в рамках школьных дисциплин аспекты, направленные на формирование антиаддиктивных убеждений школьников и использовать их в профилактических целях; использовать различные формы и методы превентивной работы в повседневной педагогической практике; определять по внешним и поведенческим признакам, что в жизни и состоянии ребенка произошли изменения и корректно сообщать о своих наблюдениях; направлять в специализированные учреждения.

В результате эффективной профилактической работы учащиеся должны *знать* следующее: реальные и потенциальные объекты зависимости; каждый человек имеет право сказать «нет» как другим, так и самому себе; на каждого человека влияет его окружение; как может оказываться психологическое давление; способы и правила отказа; о необходимости обращения за помощью; алкоголь и наркотики – это сильнодействующие яды; деление наркотиков на сильные и слабые не приемлемо; зависимость может возникнуть даже после однократного употребления наркотика; алкоголизм и наркомания – это неизлечимые болезни.

При этом учащиеся должны *уметь*: контролировать собственные контакты с аддиктивными агентами; сказать «нет» на предложение друзей, если то, что они предлагают, не соответствует собственному желанию; быть внимательными и избирательными в отношении своего окружения; различать ситуации психологического давления и сопротивляться ему; обращаться за помощью; предвидеть ситуации, предполагающие употребление ПАВ; критически оценивать распространенное убеждение о безопасности одно-

кратной пробы ПАВ; продумывать все «за» и «против» перед тем, как сделать выбор.

К психологическим характеристикам, позволяющим противостоять зависимости, относятся: адекватная самооценка, развитая мотивация достижения успеха, высокий уровень стрессоустойчивости, оптимизм, чувство юмора, уверенность в себе, ответственность, критичность, способность отстаивать свою точку зрения; умения различать ситуации опасности, сказать «нет», справляться с плохим настроением, находить решения проблем; наличие навыков общения, межличностного взаимодействия, принятия решений, саморегуляции, поиска и оказания поддержки.

Нельзя запретить или уничтожить реальные и потенциальные объекты зависимости, но создать систему общественного сдерживания распространения зависимого поведения как социального явления – вполне реальная и практически выполнимая задача. Решение этой задачи – путь качественной реализации программ, способствующих развитию в каждом человеке системы личного противостояния любого рода зависимости.

Совместная профилактическая деятельность всех представителей педагогического коллектива школы позволяет создать в школе собственную эффективную систему первичной психолого-педагогической профилактики зависимого поведения учащихся. Основным условием результативности превентивной работы является конструктивное взаимодействие всех участников образовательного процесса, основанное на принципе взаимодополняемости профессиональных позиций.

#### Литература

1. Гарифуллин Р. Р. Скрытая профилактика наркомании : практ. руководство для педагогов и родителей / Р. Р. Гарифуллин. – М. : ТЦ Сфера, 2002. – 64 с.
2. Гатальская Г. В. В школу – с радостью: практическая психология для учителя / Г. В. Гатальская, А. В. Крыленко. – 2-е изд., перераб. и доп. – Минск : Амалфея, 2000. – 272 с.
3. 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.
4. Солтовец А. В. Методические рекомендации для учителей общеобразовательных школ по организации профилактической работы с учащимися / А. В. Солтовец ; под общ. ред. П. Н. Серова. – Ростов н/Д, 2001. – 96 с.

## The Possibilities of Addictive Behaviour Prevention in Educational Environment

O. B. Simatova

**Abstract.** The article deals with the results of critical analysis concerning the problem of primary psychological and educational addictive behaviour prevention in educational environment. The author considers the possibilities for a comprehensive secondary school teaching staff to prevent students' addictive behaviour.

**Keywords:** addictive behaviour, primary psychological and educational prevention, system of primary psychological and educational prevention, problems of addiction prevention at school, preventive education, forms and methods of preventive activity, indirect prevention of addictive behaviour, interaction of educational process participants.

*Симатова Оксана Борисовна*  
кандидат психологических наук, доцент  
Забайкальский государственный  
университет  
672039, г. Чита, ул. Александрo-Заводская,  
30  
тел.: (3022) 35-36-93  
e-mail: [asimatov@mail.ru](mailto:asimatov@mail.ru)

*Simatova Oksana Borisovna*  
Candidate of Sciences (Psychology),  
Assistant Professor  
Zabaycalsky State University  
30, Alexandro-Zavodskaya st., Chita,  
672039  
tel.: (3022) 35-36-93  
e-mail: [asimatov@mail.ru](mailto:asimatov@mail.ru)