

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ ГРУППОВОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

## PSYCHOLOGICAL PREVENTION OF ADDICTIVE BEHAVIOR OF ADOLESCENTS BY MEANS OF GROUP COUNSELING

*D. Ivanov  
A. Krasnova*

*Summary.* In the article the analysis of Russian and foreign literature is provided, scientific insights into the scope of the term «addictive behavior of adolescents» are compiled, mechanisms of addictive behavior occurrence and psychological characteristics of adolescents with addictive forms of behavior are highlighted. The authors pay particular attention to the analysis of Russian and world literature sources on the problem of psychological prevention of addictive behavior of adolescents. The concept «psychological prevention of addictive behavior of adolescents» is revealed, the principles and objectives of preventive work with adolescents prone to addictive behavior are defined. The authors of the article focus on the content and effectiveness of the application of the programme aimed at psychological prevention of predisposition of adolescents to addictive behavior by means of group form of psychological counseling. The authors present progress in the experimental work on the study of predisposition of adolescents to addictive behavior. In the article the results of testing of the developed psychological programme are contained and the effectiveness of group counseling of adolescents in order to prevent their addictive behavior is proved.

*Keywords:* Adolescence, deviant behavior, addiction, prevention of addictive behavior, psychological counseling.

*Иванов Дмитрий Викторович*

*К.псх.н., доцент, Самарский государственный социально-педагогический университет  
avatory@yandex.ru*

*Краснова Анна Александровна*

*Самарский государственный Социально-педагогический университет  
yugaj@yandex.ru*

*Аннотация.* В статье дан анализ отечественной и зарубежной литературы, обобщены научные представления о содержании понятия «аддиктивное поведение подростков», выделены механизмы возникновения аддиктивного поведения и психологические особенности подростков с аддиктивными формами поведения. Особое внимание уделено анализу российских и мировых литературных источников по проблеме психологической профилактики аддиктивного поведения подростков. Раскрыто понятие «психологическая профилактика аддиктивного поведения подростков», определены принципы и задачи профилактической работы с подростками, склонными к аддиктивному поведению. Основное внимание в работе авторы акцентируют на содержании и эффективности применения программы психологической профилактики склонности подростков к аддиктивному поведению средствами групповой формы психологического консультирования. Авторы излагают ход экспериментальной работы по исследованию склонности подростков к аддиктивному поведению. В статье содержатся результаты апробации разработанной психологической программы и доказана эффективность групповой консультации подростков в целях профилактики их аддиктивного поведения.

*Ключевые слова:* подростковый возраст, девиантное поведение, аддикции, профилактика аддиктивного поведения, психологическое консультирование.

**П**роблема аддиктивного поведения неоднократно выступала предметом научного изучения различных специалистов (психологов, социальных работников, педагогов, социологов, наркологов и т.д.). Аддиктивное поведение подростков, как указывает С.А. Кулаков, это «одна из форм деструктивного поведения, которая характеризуется стремлением к бегству от действительности с помощью изменения своего психического состояния с помощью приема каких-либо веществ» [1, с. 111]. Как указывает О.В. Липунова, «уход от реальности в виде своеобразного «бегства» часто заключается в сосредоточении подростка на узконаправленной сфере деятельности (часто негармоничной и разрушающей личность), игнорирующей все остальные сферы деятельности» [2, с. 10].

Анализ личностных качеств подростков, склонных к аддиктивному поведению, показал, что таким подросткам свойственны: «низкая самооценка (Ф. Райс); высокая личностная тревожность (А.М. Прихожан); отсутствие социальной компетентности (Ю.Н. Емельянов, М.Ю. Перепелица); низкий социальный интеллект и конформность в общении (Е.Д. Бреус, В.А. Лабунская, Ю.А. Менджерцкая)» [3, с. 7].

Факторами повышенного риска употребления психоактивных веществ, по мнению Д.В. Иванова, являются: семейная девиация, ранняя девиационная активность самого индивида, приобщение к девиантной группе, отсутствие навыков психической саморегуляции и др. [4, 5, 6].

Проведя анализ различных направлений деятельности психолога, мы можем выделить различные модели психопрофилактической работы с подростками в России, Западной Европе и США: закрепительное направление, информационное, личностно-ориентированное, пропаганда здорового образа жизни, направление, основанное на эмоциональном (аффективном) обучении и другие.

Одним из основных направлений профилактики употребления психоактивными веществ является закрепительное направление. Это направление, как правило, реализуется либо через систему морализирования, либо через систему мер, которая во многом связана с запугиванием человека [7, с. 264]. Например, реализуется пропаганда опасности употребления наркотиков (В.Д. Володин, Н.Н. Иванец, В.Е. Пелипас, Т.И. Петракова, О.Л. Романова, Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский), предоставляется информация о деградации личности людей, употребляющих ПАВ и о проблемах, с этим связанных. Низкая эффективность данного подхода к профилактике была доказана на практике [7, с. 264].

Наиболее популярное сегодня направление профилактики — информационное. Детей и подростков информируют о вреде наркотиков, о механизме их действия на организм человека, о последствиях употребления различных ПАВ [7, с. 264]. Еще одним направлением профилактики является пропаганда здорового образа жизни и реализация программ по укреплению здоровья. В ходе такой работы формируются альтернативные привычки, препятствующие зависимому поведению [7, с. 264].

Интересен подход, основанный на формировании жизненных навыков, который базируется на изменении поведения, для чего используются методы поведенческой терапии [8]. Проблемное поведение рассматривается с точки зрения функциональных проблем [9, с. 56; 10, с. 11]. Одной из первых программ развития жизненных навыков является программа Д. Ботвина. Ее целью является повышение у подростков устойчивости к различным социальным влияниям, в том числе и к злоупотреблению психоактивных веществ, в повышении их индивидуальной компетентности с помощью обучения их необходимым личностным и социальным навыкам [8, с. 11].

Психологическая профилактика аддиктивного поведения, как было отмечено ранее, особую значимость приобретает в подростковый период. Именно в этом возрасте формируются важные свойства личности: устремление к саморазвитию и самосознанию, способность к самонаблюдению, навыки рефлексии, нравственные убеждения, которые могут стать основой для успешной

профилактики аддиктивного поведения [11]. Профилактика аддиктивного поведения направлена, как правило, на различные сферы жизни подростка: семью, образовательную среду, общественную жизнь в целом [12, с. 53].

В семейных отношениях психологическая профилактика аддиктивного поведения подростков направлена на развитие взаимного доверия между членами семьи, эмоциональной стабильности и формирование ощущения защищенности, умеренного контроля родителей с постепенным переходом к самоконтролю подростков, развитие ответственности всех членов семьи за принятие решений и свою собственную жизнь [13].

В условиях образовательных организаций профилактика аддиктивного поведения связана с пересмотром некоторых подходов к воспитанию и преподаванию учебных предметов подросткам. Целесообразное введение в образовательный цикл дисциплин, интегрированных курсов, спецкурсов и факультативов, которые направлены на расширение объема знаний о реальной жизни в своем содержании. Эта информация важна для формирования «свободы выбора, для развития адаптивных способностей и понимания важности умения жить в реальной жизни и решать жизненно-важные проблемы без страха перед действительностью, и пользуясь разнообразными активными стратегиями преодоления стресса» [10, с. 114].

Другим важным направлением в профилактической работе является информационно-просветительское. Оно направлено на повышение психологической культуры подростков, формирование компетенций в таких важных областях, как культура межличностных отношений, приемы саморегуляции по устранению стрессовых ситуаций, конфликтология и проблемы аддиктивного поведения [14, с. 367].

Психологическое консультирование подростков имеет свою специфику и проводится в различных формах: индивидуальное и групповое психологическое консультирование (подбор по возрасту, виду аддикций и однородности изначальной проблемы, спровоцировавшей появление данной аддикции) [12, с. 57].

Психологическое консультирование подростков, склонных к аддиктивному поведению, в условиях школы, чаще носит индивидуальный характер и проводится по запросам учителей, администрации и родителей. Школьный психолог в процессе консультирования подростков может столкнуться с временными и постоянными формами девиантного поведения [15]. При любой форме девиантного поведения у подростка нарушается взаимодействие с реальностью. Консультирование должно быть направлено на преодоление проблемного

Таблица 1. Результаты диагностики склонности подростков к аддиктивному поведению по «Методике диагностики склонности подростков к отклоняющемуся поведению» (А. Н. Орел)

П №	Название шкал	Обучающиеся 9 «А» класса (%)	Обучающиеся 9 «Б» класса (%)
1	Шкала установки на социально желательные ответы	7	9
2	Шкала склонности к преодолению норм и правил	21	18
3	Шкала склонности к аддиктивному поведению	36	36
4	Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению	43	18
5	Шкала склонности к агрессии и насилию	43	36
6	Шкала волевого контроля эмоциональных реакций	29	18
7	Шкала склонности к делинквентному поведению	21	18

поведения путем определения оптимальных форм взаимодействия с окружающей действительностью [16].

Основными задачами профилактической работы с подростками в образовательных учреждениях, по мнению М. В. Глебовой, являются формирование культуры ЗОЖ, функциональных стратегий поведения; создание условий для открытого, доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы; информирование о последствиях употребления ПАВ; развитие личностных ресурсов: формирование Я-концепции подростков, системы ценностей, целей и установок; формирование стратегий и навыков поведения, направленных на формирование навыков ЗОЖ [16].

Психологическая профилактика девиантного поведения, как отмечает О. Ф. Рогаль-Левицкая, включает ряд важных этапов: диагностический этап, информационно-просветительский, тренинги личностного роста, направленные на психокоррекцию отдельных личностных особенностей и поведения подростков [17, с. 67–68]. Все перечисленные формы работы могут проводиться как в индивидуальной, так и групповой форме психологического консультирования в условиях школы [12, с. 63]. Как указывает А. А. Краснова, для подростков наиболее привлекательной является групповая форма работы [12, с. 63]. Поэтому школьный психолог может использовать групповые формы психологического консультирования подростков с применением модельных ситуаций, творческих заданий, тренинговых упражнений, направленных на поиск альтернатив девиантному поведению и ведущих к расширению возможностей в социальной жизни. Важными задачами групповой психологической консультации является обучение ориентироваться в своих и чужих эмоциях, формирование эмпатии.

Одной из важных задач, которая решается в процессе группового психологического консультирования является организация деятельности подростка. Необходимо организовать деятельность, которая стала бы альтерна-

тивной аддиктивному поведению. Такой замещающий эффект деятельности используется психологами во многих программах оказания психологической помощи. Групповое психологическое консультирование позволяет создать условия, способствующие успешной социально-психологической адаптации подростков. К таким условиям, создаваемым психологом в консультировании, мы можем отнести развитие умений конструктивной коммуникации и саморегуляции подростков; возможности в относительно безопасной среде отработать различные способы реагирования в межличностном взаимодействии, в том числе в конфликтных ситуациях.

Основными принципами работы психолога с подростками склонными к аддиктивному поведению в рамках психологического консультирования являются: приоритет интересов подростка; положительный характер обратной связи, так как большинство подростков, склонных к аддиктивному поведению нуждаются в эмоциональной поддержке; непрерывность психологического сопровождения подростков, склонных к аддиктивному поведению.

Таким образом, анализ научной литературы и практика работы педагогов-психологов с подростками свидетельствуют о том, что групповая форма психологического консультирования является эффективным средством работы с подростками склонными к аддиктивному поведению.

Экспериментальное исследование было направлено на подтверждение гипотезы: групповая форма психологического консультирования подростков является одним из эффективных средств психологической профилактики склонности подростков к аддиктивному поведению. Опытное-экспериментальное исследование проводилось с января по май 2017 года на базе ГБОУ СОШ имени В. Г. Солодовникова с. Черноречье муниципального района Волжский Самарской области. В экспериментальном исследовании приняли участие обучаю-

Таблица 2. Результаты диагностики склонности подростков к аддиктивному поведению по «Методике диагностики склонности подростков к отклоняющемуся поведению» (А. Н. Орел) до и после реализации экспериментальной программы

П №	Название шкал	Экспериментальная группа			Контрольная группа	
		До (%)	После (%)	Согласие частот событий	До (%)	После (%)
1	Шкала установки на социально желательные ответы	7	7	P=0,071	9	9
2	Шкала склонности к преодолению норм и правил	21	7	P=0,014	18	18
3	Шкала склонности к аддиктивному поведению	36	7	P=0,032	36	27
4	Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению	43	14	P=0,021	18	18
5	Шкала склонности к агрессии и насилию	43	7	P=0,011	36	45
6	Шкала волевого контроля эмоциональных реакций	29	35	P=0,063	18	27
7	Шкала склонности к делинквентному поведению	21	7	P=0,005	18	18

щиеся 9-х классов: 9 «А» класс — 24 ученика, 9 «Б» — 26 учеников. Выборка составила 50 учащихся. Возраст испытуемых — 14–15 лет.

Со всеми учащимися было проведено исследование с помощью методики диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (А. Н. Орел) с целью выявления подростков «группы риска», склонных к отклоняющемуся поведению. В результате были собраны две группы: экспериментальная и контрольная группа. В экспериментальную группу вошли 14 подростков, в контрольную группу 11 учащихся (Таблица 1). Для обработки полученных массивов данных были использованы методы математической статистики. Статистические различия определялись с помощью критерия  $\chi^2$  — угловое преобразование Фишера — согласие частот событий.

На следующем этапе была составлена и апробирована программа группового психологического консультирования. Программа реализовывалась с подростками экспериментальной группы. Цель программы: психологическая профилактика склонности подростков к аддиктивному поведению через самопознание, самовоспитание и саморегуляцию.

Задачи программы:

1. формирование у подростков навыков здорового образа жизни и ценностного отношения к здоровью;

2. формирование представлений о последствиях употребления ПАВ;
3. формирование у подростков представлений о факторах вовлечения в употребление психоактивных веществ;
4. формирование у подростков навыков самоорганизации и саморегуляции психофизиологических установок противодействия вовлечению в аддиктивные формы поведения;
5. обучение подростков способам конструктивного разрешения конфликтов.

Программа состоит из 3-х блоков. В каждом блоке определенное количество занятий и одно занятие итоговое. Достижение вышеперечисленных задач позволяет решать проблему употребления психоактивных веществ комплексно: на поведенческом, когнитивном, эмоциональном и физическом уровнях [12, с. 104].

Заключительный этап включал повторную диагностику, сравнительный анализ результатов до и после проведения экспериментальной программы, статистическую обработку данных и их интерпретацию.

В таблицах 1 и 2 представлены результаты диагностики на первом и заключительном этапах исследования. Результаты диагностики склонности подростков к аддиктивному поведению по «Методике диагностики

склонности подростков к отклоняющемуся поведению» (А. Н. Орел) до и после реализации экспериментальной программы представлены в Таблице 2.

Количество испытуемых с повышенной склонностью к аддиктивному поведению значительно снизилось:

- ◆ на момент первичного исследования у 36% испытуемых наблюдался высокий уровень склонности к аддиктивному поведению, после проведения опытно-экспериментальной работы лишь у 7% испытуемых;
- ◆ у 21% испытуемых до проведения программы наблюдалась склонность к делинквентному поведению после — у 7% испытуемых;
- ◆ у 21% подростков до реализации программы была выявлена склонность к преодолению норм и правил после проведения экспериментальной программы у 7% испытуемых;
- ◆ у 43% подростков изначально была определена склонность к агрессии и насилию после реализации программы только у 7% подростков.

Результаты статистического анализа с применением критерия согласия частот событий показывают, что в экспериментальной группе у подростков выявились значимые положительные изменения по многим показателям: склонность к преодолению норм и правил ( $P=0,014$ ); склонность к аддиктивному поведению ( $P=0,032$ ); склонность к самоповреждающему и саморазрушающему поведению ( $P=0,021$ ); склонность к агрессии и насилию ( $P=0,011$ ); склонность к делинквентному поведению ( $P=0,005$ ). В контрольной группе практически не произошло положительных изменений, о чем свидетельствуют результаты статистического анализа с применением критерия согласия частот событий.

Итак, после проведения экспериментальной программы по психологической профилактике склонности подростков к аддиктивному поведению средствами групповой формы психологического консультирования, у подростков «группы риска» наблюдается снижение уровня склонности к аддиктивному поведению, формирование у них высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов, препятствующих вовлечению в аддиктивные формы поведения. Этому способствовали различные активные методы обучения: игровые и арт-терапевтические методы, дискуссии, которые широко применялись в ходе группового психологического консультирования.

Профилактическая работа в процессе консультирования наиболее эффективна в форме воздействия на условия и причины, вызывающие аддиктивное поведение, на ранних этапах проявления проблем. Выбор формы психологического консультирования зависит от особенностей подросткового возраста и от выраженности аффективных проблем. Для подростков наиболее привлекательной является групповая форма психопрофилактической работы, поэтому эффективными являются групповые психологические консультации, на которых могут быть использованы модельные ситуации, творческие задания, тренинговые упражнения, направленные на поиск альтернатив девиантному (аддиктивному) поведению, а также упражнения, ведущие к расширению возможностей в социальной жизни в связи с отходом от аддиктивного поведения.

Результаты исследования свидетельствуют о том, что гипотеза подтвердилась: групповая форма психологического консультирования подростков является одним из эффективных средств психологической профилактики склонности подростков к аддиктивному поведению.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Кулаков С. А. Психотерапия и психопрофилактика аддиктивного поведения у подростков. — СПб.: Гардарика, 2003. — 470 с.
2. Липунова О. В. Психология отклоняющегося поведения: учебное пособие. — Москва: ФЛИНТА, 2016. — 377 с.
3. Ярышева А. А. Несформированность идентичности как детерминанта склонности к аддиктивному поведению старших школьников: автореф. дис. ... канд. психол. наук / А. А. Ярышева. — Кемерово, 2012. — 23 с.
4. Иванов Д. В. Психолого-педагогическая профилактика употребления подростками психоактивных веществ // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. — Том 11. — № 4 (30) (5). — Самара: Издательство Самарского научного центра РАН, 2009. — С. 1205–1209.
5. Иванов Д. В. Социально-психологические детерминанты аддиктивного поведения подростков // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. — № 3 (25). — Тольятти: Издательство Тольяттинского государственного университета, 2013. — С. 424–426.
6. Краснова А. А., Иванов Д. В. Теоретический анализ технологий психологической профилактики употребления подростками психоактивных веществ // Интеграция современных научных исследований в развитие общества: сборник материалов Международной научно-практической конференции (28–29 декабря 2016 года), Том II. — Кемерово: ЗапсибНЦ, 2016. — 481 с. — С. 214–217.
7. Профессиональная педагогика: учебник для студентов, обучающихся по педагогическим специальностям и направлениям / Под ред. С. Я. Батышева, А. М. Новикова. Издание 3-е, переработанное. — М.: Из-во ЭГБЕС, 2009. — 456 с.
8. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Эффективные программы профилактики зависимости от наркотиков и других форм зависимого поведения. — М., 2004 г. — 192 с.

9. Кольшиницына Т.С., Молоков Д.С., Ходырев А.М. Профилактика употребления детьми и подростками психоактивных веществ // Ярославский педагогический вестник. 2017. № 1. С. 52–58.
10. Сирота Н.А. Профилактика наркомании и алкоголизма в подростково-молодежной среде: методическое пособие / Н.А. Сирота, Е.А. Чистова, З.И. Суховерхова, О.Ю. Васильченко. — М., 2000. — 260 с.
11. Шилова Т.А. Профилактика алкогольной и наркотической зависимости у подростков в школе: Практическое пособие. — М.: Айрис-пресс, 2004. — 96 с.
12. Краснова А.А. Психологическое консультирование как средство профилактики склонности подростков к аддиктивному поведению // магистерская диссертация. — Самара, СГПУ, 2017. — 155 с.
13. Краснова А.А. Психолого-педагогическая модель профилактики аддиктивного поведения в подростковой среде // Наука и мир: научный журнал. Волгоград, Издательство «Научное обозрение», 2017. — № 1 (41) январь. — С. 83–85.
14. Харевич Т.В., Пиунова Н.А., Чухлей Г.Л. Основные психолого-педагогические подходы к проведению профилактической работы по предупреждению компьютерной зависимости у подростков в учреждениях образования // Психологическое сопровождение образовательного процесса. 2014. Т. 1. № 4–2. С. 362–370.
15. Рожков М.И., Ковальчук М.А. Профилактика наркомании у подростков: учеб.-метод. пособие. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. — 144 с.
16. Глебова М.В. Формирование антинаркотической устойчивости у школьников с нарушением слуха // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2011. № 129. С. 157–164.
17. Рогаль-Левицкая О.Ф. Психологические особенности процесса адаптации подростков с девиантным поведением к профессиональной деятельности: дис. ... кандидата психологических наук / О.Ф. Рогаль-Левицкая. — Астрахань, 2014. — 144 с.

© Иванов Дмитрий Викторович ( avatary@yandex.ru ), Краснова Анна Александровна ( yugaj@yandex.ru ).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Г. Самара