

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Балашовский институт (филиал)

Кафедра безопасности жизнедеятельности

**ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ
ВЕЩЕСТВ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки 4 курса 441 группы
направления подготовки 440301 «Педагогическое образование»,
профиля «Безопасность жизнедеятельности»,
факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности
Моисейкиной Юлии Сергеевны

Научный руководитель
доцент кафедры безопасности жизнедеятельности
кандидат педагогических наук _____ С.А. Изгорев
дата, подпись

Зав. кафедрой безопасности жизнедеятельности
кандидат медицинских наук,
доцент _____ Н.В. Тимушкина
дата, подпись

Балашов 2018

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В настоящее время борьба с наркоманией и алкоголизмом происходит при помощи применения различных теорий и доктрин. Профилактика в общеобразовательных учреждениях (средние и старшие классы) и учреждениях среднего профессионального образования (колледжи, лицеи) наиболее эффективна. Столь высокую результативность работы диспансеров, наркологических больниц и центров здоровья можно объяснить психологией детско-юношеского возраста, когда начинается время экспериментирования, настает время первых проб психоактивных и наркотических веществ.

Ценность первичного предупреждения и развития применения психоактивных веществ можно объяснить высоким развитием зависимости и тяжкими последствиями в обществе. Профилактика антинаркотических веществ в образовательной среде в подростковом и юношеском возрасте является самой действующей разработкой.

Сознание общества воспринимает как само собой разумеющееся употребление спиртного и табака. Мы даже не заметили, как они вошли в культуру большинства людей из разных стран, стало частью образа жизни. Употребление спиртосодержащих напитков доставляет нам массу удовольствия, снимает накопившуюся усталость, способствует поднятию настроения и помогает расслабиться, забыв о всех проблемах. Не стоит забывать и о том, что алкоголь помогает человеку стать более дружелюбным, доверчивым и гостеприимным. Алкоголь воспринимается нами как неотъемлемая часть важных событий нашей жизни.

Как следует из заявления ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения) злоупотребление спиртными напитками является третьей, наиболее известной, причиной гибели людей. Алкоголизм приводит к развитию различных злокачественных опухолей, гепатиту, циррозу печени, гипертонии, повышению сердечно-сосудистых заболеваний, нарушению

нервной системы. Появляются социальные и семейные проблемы, уменьшается продолжительность жизни.

Цель исследования: выявление склонности подростков к употреблению психоактивных веществ; разработка программы по профилактике употребления психоактивных веществ.

Объект исследования: употребление подростками психоактивных веществ.

Предмет исследования: мероприятия по профилактике употребления психоактивных веществ у подростков.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть причины употребления подростками психоактивных веществ.
2. Подобрать диагностический инструмент и выявить склонность подростков к употреблению психоактивных веществ.
3. Разработать программу по профилактике употребления психоактивных веществ подростками.

Метод исследования: теоретический анализ литературы, обобщение, систематизация данных, анкетирование и обработка данных.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения и списка используемых источников.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «Теоретический анализ проблемы употребления подростками психоактивных веществ» представлены физиологические особенности подросткового возраста. Подростковому возрасту присущ так называемый этап аутодеструктивного (саморазрушающего) поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Ребенок с удовольствием демонстрирует окружающим «чудеса храбрости»: не думая о последствиях, перебегает дорогу прямо перед носом мчащейся машины, забирается на крышу, совершает множество других «подвигов». Обычно этот

этап «знаменуется» множеством синяков и шишек и является своеобразным способом оценки ребенком себя на прочность (в большей степени это характерно для мальчиков). Стремление к риску может провоцировать отклоняющееся поведение, в том числе и приобщение к одурманивающим веществам.

Представлены причины употребления психоактивных веществ подростками. Причин, по которым подростки начинают употреблять психоактивные и спиртосодержащие вещества, огромное множество. Кто-то желает не выделяться из толпы своих сверстников. Кому-то нравится иллюзорность того, что они уже взрослые. А третьим просто нравится состояние, в котором они пребывают после употребления токсических веществ.

Определена роль семьи в формировании зависимости от употребления психоактивных веществ. Внутрисемейные отношения могут подталкивать подростка к переносу своей жизненной активности во внесемейные сферы и лишать его возможностей использовать потенциал семьи в процессе взросления. Кроме того, самоустранение семьи в вопросах профилактики наркологических заболеваний и делегирование антинаркотического воспитания специалистам лишает этот процесс глубины, индивидуализации, что снижает его эффективность.

Во второй главе «Исследование уровня склонности подростков к употреблению психоактивных веществ» подобран диагностический материал для выявления уровня склонности подростков к употреблению психоактивных веществ а также зависимости от их употребления. Исследование проводилось на базе МОУ «СОШ №7 г. Балашова Саратовской области» В нем принимали участие учащиеся 8 класса в количестве 15 человек. Возраст испытуемых 14-15 лет. С целью выявления причин употребления сигарет нами была использована методика «Выявление основных мотивов курения», состоящая из 13 вопросов.

Методика позволяет выявить следующие мотивы курения:

- стимулирующие активности;
- ритуальные действия;
- расслабление;
- снятие тревожности;
- психологическая зависимость;
- привычка.

В результате проведенного исследования было установлено, что 47% подростков не курят (рисунок 1). Основными мотивами курения является снятие тревожности – 27%, т.е. курение является одним из средств саморегуляции, т.е. способом, который помогает справиться с негативными эмоциями, восстановить душевное равновесие. Для остальных основным мотивом курения является расслабление – то есть курение используется человеком для достижения состояния расслабленности (13% подростков) и стимулирование активности (13%). То есть курение является для человека средством поддержания тонуса, работоспособности.

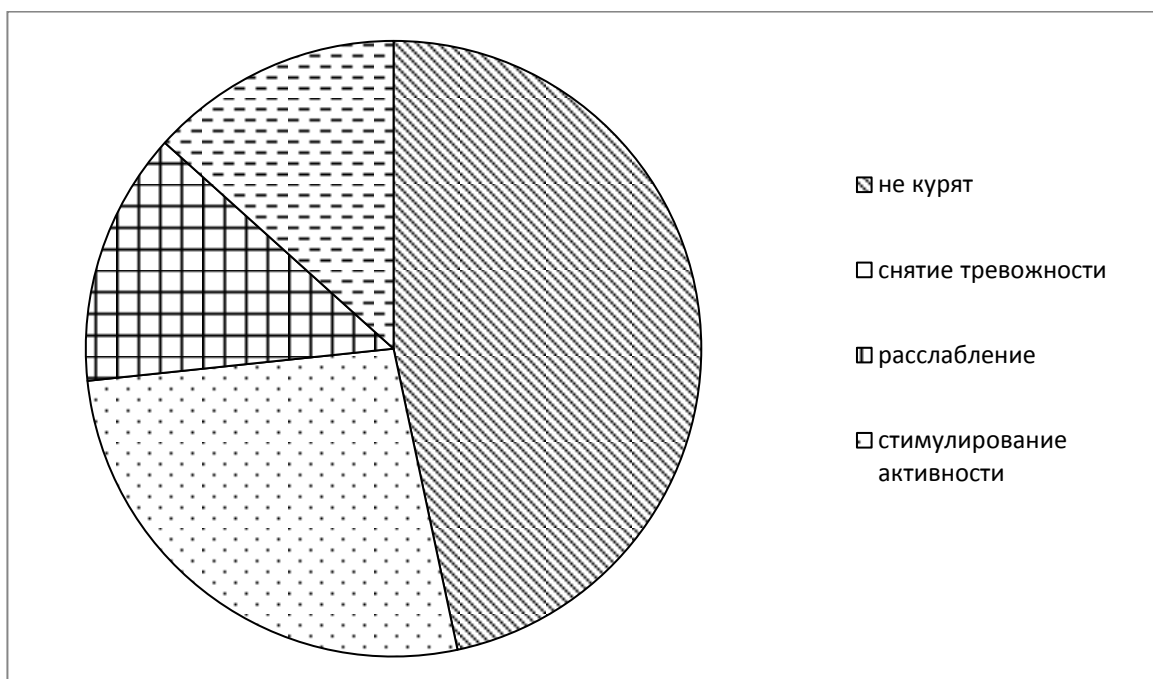


Рисунок 1 — Результаты выявления у подростков мотивов курения

Таким образом, согласно результатам исследования, основным мотивом курения у подростков является снятие тревожности.

Для выявления отношения подростков к алкоголю нами была использована анкета, состоящая из 13 утверждений с вариантами ответов. Она позволяет выявить положительное, нейтральное или негативное отношение подростков к алкоголю.

При интерпретации результатов выяснилось, что у 20% испытуемых негативное отношение к алкоголю, то есть человек не употребляет алкоголь вообще. У 27% испытуемых положительное отношение к алкоголю, то есть они часто употребляют алкоголь и считают такой образ жизни нормальным. Остальные – 53% относятся к алкоголю нейтрально, то есть не являются сторонниками алкоголя, но изредка всё же употребляют его (рисунок 2).

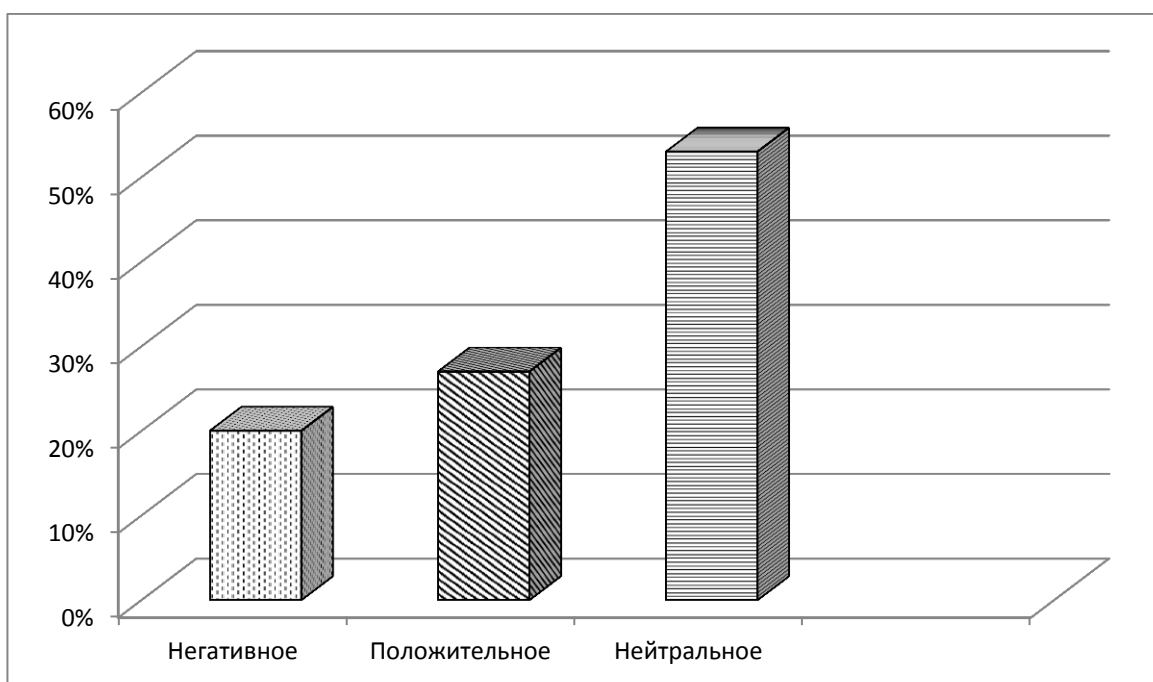


Рисунок 2 – Результаты выявления отношения подростков к алкоголю

Таким образом, исходя из результатов опроса, мы пришли к выводу, что большинство подростков относится к алкоголю нейтрально.

Для проверки знаний учащихся по проблеме наркомании им была предложена анкета, состоящая из 15 утверждений, с возможностью выбора из них верных и неверных.

При интерпретации результатов мы выяснили, что практически всем испытуемым – 87%, хорошо известна проблема наркомании, и они никогда бы не стали связываться с наркотиками. Однако 13% испытуемых не считают наркоманию глобальной проблемой и уверены, что она излечима.

Таким образом, у подростков нет устойчивого негативного отношения к табаку и психоактивным веществам. Главным мотивом, толкающим их на употребление табака, является повышенная тревожность. Поскольку в этом возрасте не выражена мотивация самосохранения, то они легко поддаются на уговоры попробовать алкоголь или наркотики, не отдавая себе отчета насколько это опасно для жизни и здоровья.

На основании полученных результатов нами была разработана программа по профилактике употребления психоактивных веществ в подростковой среде, участниками которой являются учащиеся, педагоги и родители. Успех профилактических работ зависит от эффективного взаимодействия участников образовательного процесса. Например, работа, направленная только на родителей, будет безуспешной, если ничего не делается в рамках образовательного процесса; работа же, направленная только на педагогов, может встретить сопротивление родителей и детей; работа, направленная только на детей, может вызвать сопротивление семьи. Поэтому решение проблемы только на одном из уровней целостной системы маловероятно.

Нами разработана модель педагогического процесса формирования здорового образа жизни и готовности подростков к отказу от употребления психоактивных веществ, включающая целевой, содержательный, технологический, диагностический и результативный компоненты.

Целевой – формирование мотивации здорового образа жизни у подростков на основе потребностно-информационного подхода В.П.Симонова, Г.К.Зайцева.

Содержательный – проведение занятий по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», проведение заседаний клуба «Познай

себя», организация обучающего семинара для участников образовательного процесса «Полезные привычки», проведение внеклассных мероприятий.

Технологический – Основной методический принцип – актуализация доминирующих социальных потребностей подростков в самоопределении, самоутверждении, самовыражении и самосовершенствовании через целесообразное сочетание: *форм* – аудиторные занятия, дискуссии, круглые столы, ролевые игры, тренинги с явной и скрытой антинаркотической направленностью, презентации и защиты проектов «Полезный выбор»; *методов* – осмысление на уроках «Основ безопасности жизнедеятельности» содержания темы и составление резюме, обсуждение резюме, решение проблемных задач; *средств* - рефераты, проекты, аукцион полезных советов, сочинения, упражнения «Мир моих чувств»

Диагностический - наблюдение, беседы, анкетирование.

Результативный - уровни сформированности медико-санитарных знаний и умений по сохранению и укреплению здоровья: низкий (уровень узнавания), средний (репродуцирования), высокий (уровень творчества).

Данная модель позволяет, на наш взгляд, снизить тревожность, повысив устойчивость подростков к психическому стрессу, поскольку предусматривает подготовку человека ко встрече со стрессовыми факторами, вооружает его соответствующей жизненной философией, учит по-новому смотреть на жизнь, быть оптимистом, не быть максималистом, формирует навыки управления своим психическим состоянием.

Знания подростков об опасностях различных форм зависимости, негативное отношение к ним предотвратят желание попробовать наркотики, алкоголь, табак, как способ решения своих проблем или проведения досуга. Формирование активной жизненной позиции позволит им своевременно начать эффективную работу по сохранению и укреплению здоровья.

Клубная работа способствует раскрытию творческих способностей подростков в поисках и создании личных технологий повышения здоровья.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В подростковом возрасте формируется осознание себя в социуме, познание норм поведения и общения. Подростка особенно интересуют социальные проблемы, ценности, закладывается жизненная позиция. Появляется стремление к самореализации своих способностей.

Важной особенностью этого периода считается чувство взрослости. Ребенку хочется, чтобы взрослые – родители, учителя, относились теперь к нему, как к равному, считались с его позицией. Для него становится приоритетным мнение коллектива о себе, своих поступках. Подросток нуждается в наличии друга, с которым можно делиться своими сокровенными мыслями и тайнами.

В этот период наблюдается направленность на себя, самоисследование, самоанализ. Ребенок стремится к признанию окружающими своих заслуг. Он слишком чувствителен и раним, эмоционально нестабилен.

Для подросткового возраста характерна целеустремленность, нацеленность на достижение максимального результата в том деле, которое вызывает острый интерес. С одной стороны, подросток стремится к независимости, а с другой — испытывает необходимость в построении отношений с родителями, учителями, сверстниками. В этот период формируется потребность группироваться, занимать значимое место в своей группе. Иногда случаются конфликты между сверстниками.

Так же практически каждый ребенок старается подражать окружающим, копируя их черты. Безусловно, первым примером для подражания служат родители. Часто именно благодаря им ребенок знакомится с «легальными наркотиками» – алкоголем, никотином.

Подростки употребляют наркотики по разным причинам: одни хотят завоевать доверие и уважение своих друзей при попытке влиться в новую компанию, другим нравится состояние, в котором они находятся после употребления токсических средств и они считают себя взрослыми.

Можно оградить ребёнка от наркотиков и алкоголя заранее поговорив с ним на эту тему. Часто именно семья и взаимоотношения в ней влияют на жизненные позиции ребенка. Родительское стремление загрузить подростка образовательными занятиями оказывается для половины подростков безуспешной. Они стараются прогуливать учебу и другие дополнительные занятия, предпочитают проводить время подальше от родительского надзора. Для предотвращения употребления психоактивных веществ важно то, как родители пытаются реализовать свою ответственность за ребенка способом установления излишнего контроля за ним. Для хороших родителей достаточно иметь информацию о том, где и с кем проводит свое время их ребенок и быть в курсе событий его жизни.

Нами был подобран диагностический материал для выявления уровня склонности подростков к употреблению психоактивных веществ. Исследование проводилось среди учащихся 8 класса МОУ «СОШ №7 г. Балашова Саратовской области», в результате которого удалось выяснить, что 47% подростков не курят. У 27% курение является одним из средств саморегуляции, способом, который помогает справиться с негативными эмоциями, восстановить душевное равновесие. Для 13% курение является способом достижения состояния расслабленности, для остальных 13%, курение является средством поддержания тонуса, работоспособности.

Большинство подростков употребляют алкоголь и не видят в этом скрытую опасность возникновения зависимости. Они не отдают себе отчета, что алкоголь – легальный наркотик. Только 20% испытуемых не употребляет алкоголь вообще. Практически всем испытуемым – 87%, хорошо известна проблема наркомании и они бы никогда не стали употреблять наркотики. К сожалению, небольшая часть подростки ошибочно считают, что наркомания лечится.

Результаты исследования свидетельствуют о необходимости совершенствования профилактической работы, проводимой в общеобразовательной организации. Формирование здорового образа жизни

и готовности подростков к отказу от употребления психоактивных веществ должно строиться с учетом их доминирующих базовых потребностей в самоопределении, самоутверждении, самовыражении и самосовершенствовании. С учетом выше изложенного, нами разработана модель педагогического процесса формирования культуры здоровья подростков, включающая целевой, содержательный, технологический, диагностический и результативный компоненты.