

Елисеева Юлия Николаевна

*студентка, 5 курс, кафедра социальной педагогики,
Волгоградский государственный социально-педагогический университет,
РФ, г. Волгоград*

ФОРМИРОВАНИЕ ЖИЗНЕННЫХ НАВЫКОВ ПОДРОСТКОВ КАК СРЕДСТВО ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Аннотация: *В статье рассматриваются аддиктивное поведение - это такие отклонения в поведении, которые происходят в результате злоупотребления рядом различных веществ, приводящих к изменению психического состояния человека. Выявлено, что перспективной целью профилактики является обеспечение роста эффективности процесса профилактики аддиктивного поведения среди детей и подростков, повышение психологической грамотности преподавательского состава и родителей. Стратегическая цель - оказание подросткам помощи в осознании механизмов формирования их собственного поведения, развитие ресурсов подростков. Конечная цель профилактики – формирование стрессоустойчивой и успешной личности. Сделаны выводы о том, что раннее предупреждение развития аддикции включает в себя, прежде всего, диагностический этап, который должен проводиться в образовательных учреждениях с целью выявления детей со склонностью к девиантному поведению.*

Ключевые слова: *аддиктивность, поведение, подросток, жизненные навыки, формы.*

Annotation: *The article deals with addictive behavior - these are deviations in behavior that occur as a result of abuse of a number of different substances that lead to changes in the mental state of a person. It is revealed that the long-term goal of prevention is to ensure an increase in the effectiveness of the prevention of addictive behavior among children and adolescents, and to increase the psychological literacy*

of teaching staff and parents. The strategic goal is to help teenagers understand the mechanisms of forming their own behavior, and to develop their resources. The ultimate goal of prevention is the formation of a stress-resistant and successful personality. Conclusions are made that early prevention of addiction development includes, first of all, the diagnostic stage, which should be carried out in educational institutions in order to identify children with a tendency to deviant behavior.

Key words: *addiction, behavior, adolescent, life skills, forms.*

«Зависимость — особое внутреннее состояние человека. Оно всегда характеризуется утратой личностью, в той или иной степени, свободы воли — ключевого ее качества (дара Божия), выделяющего человека из прочей одушевленной твари».

Валерий Ильин

Аддиктивное поведение является многофакторным явлением, так как причины аддиктивности несовершеннолетних сложны и многоаспектны. Это в первую очередь общее ухудшение социально-экономической обстановки в стране, социально-экономическая группа причин делится на причины глобального характера и традиционного характера – влияние на подростков социальной среды и причины индивидуально-психологического характера.

Одним из главных методов в борьбе с аддиктивностью является профилактика, которая определяется как система комплексных государственных и общественных, социально-экономических и медикосанитарных, психолого-педагогических и психогигиенических мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний, на всемерное укрепление здоровья.

Выделяют первичную профилактику, которая направлена на предотвращение употребления психоактивных веществ; вторичную, направленную на выявление подростков, начавших употреблять психоактивные вещества.

Профилактика аддиктивного поведения особую значимость приобретает в подростковом возрасте.

✓ Во-первых, это нелегкий кризисный период развития, отражающий не только субъективные явления процесса становления, но и кризисные явления общества.

✓ А во-вторых, именно в подростковом возрасте начинают формироваться очень важные качества личности, обращение к которым могло бы стать одной из важнейших составляющих профилактики аддикции.

Это такие качества как стремление к развитию и самосознанию, интерес к своей личности и ее потенциалам, способность к самонаблюдению. Важными особенностями этого периода являются появление рефлексии и формирование нравственных убеждений. Подростки начинают осознавать себя частью общества и обретают новые общественно значимые позиции; делают попытки в самоопределении.

Анализ работы тесно связан с планированием процесса профилактики формирования зависимого поведения и должен включать в себя: обоснование подхода, программы, методов проведения профилактической работы, выполнение целей и задач исследования, подтверждение или опровержение гипотезы, описание методов и методик исследования результатов профилактической работы в соответствии с поставленными целями, представление и интерпретация результатов, заключение об эффективности реализуемого подхода, профилактической программы, соответствие полученных результатов целям профилактической работы.

Профилактическая работа может включать в себя три компонента.

1. Образовательный компонент – дать ученикам представление о действии химических веществ, изменяющих состояние сознания, о болезни и о последствиях, к которым приводит химическая зависимость, научить подростка понимать и осознавать, что происходит с человеком при употреблении психоактивных веществ, формировать у подростков развитую концепцию самопознания.

2. Психологический компонент – коррекция определенных психологических особенностей личности, создающих зависимость к

употреблению химических веществ, создание благоприятного климата в коллективе, оказание психологической поддержки ребенка, формирование адекватной самооценки, формирование навыков принятия решений.

3. Социальный компонент – помощь в социальной адаптации ребенка к условиям окружающей среды, обучение навыкам общения, здорового образа жизни, формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни и комфортного существования в окружающей социальной действительности.

В работе по профилактике аддиктивного поведения подростков целесообразно использовать следующие методы: групповая работа, тренинг поведения, когнитивная модификация и терапия, личностный тренинг, дискуссии, мозговые штурмы, беседы, лекции, ролевые игры.

Рассмотренные профилактические меры, могут способствовать формированию отрицательного отношения подростков к употреблению алкоголя, табака и психоактивных веществ. Это поможет молодым людям самореализоваться в жизни.

Список литературы:

1. Батаршев, А.В. Психодиагностика пограничных расстройств личности и поведения / А.В. Батаршева. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2014. – 320 с.

2. Бахадова, В.С. Неблагополучная семья как фактор формирования девиантного поведения детей // Вопросы психологии, №1, 2019, с.37-51.

3. Винникова, Е.А. О психологических механизмах становления морального поведения у детей ЗПР/ Е.А. Винникова // Дефектология.-2017. - № 4. – С. 24-29.

4. Гоголева, А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика / А.В. Гоголева. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЕК», 2015.– 240 с. (Серия «Библиотека школьного психолога»).

5. Джекобсон Дж., (2000), «Преимущества полимодального подхода к пониманию аддиктивного поведения»//«Психология и лечение зависимого поведения», под ред. С. Даулинга; Москва, «Класс»
6. Егоров, А.Ю. Нейропсихология девиантного поведения / А.Ю. Еорова. - СПб.: Речь, 2016. - 224с.
7. Захаров, А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребёнка / А.И. Захарова. - 3-е изд., испр. - СПб.: Союз, 2017. - 224с.
8. Змановская, Е.В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения) учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.В. Змановская. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2006.- 228с.
9. Изотова, Е.И. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика / Е.И. Изотова, Е.В. Никифорова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 288 с., 16 л. с ил. 18. Карпова, Г.А. Педагогическая диагностика учащихся с ЗПР / под. ред. Г.А. Карповой. – Екатеринбург, -1995. – 154 с.