

И. В. Аксючиц

ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

ПОСОБИЕ
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ И ПЕДАГОГОВ
УЧРЕЖДЕНИЙ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Рекомендовано Научно-методическим учреждением
«Национальный институт образования»
Министерства образования Республики Беларусь*

М о з ы р ь
«Белый Ветер»
2 0 1 6

УДК 371.78:613.83
ББК 74.200.55
А42

Р е ц е н з е н т ы:

кафедра психологии государственного учреждения образования «Академия последиplomного образования» (декан факультета психологии, социальной и воспитательной работы, доктор психологических наук, профессор **В. А. Янчук**); педагог-психолог первой категории государственного учреждения образования «Средняя школа № 161 г. Минска» **И. Ю. Сукало**

Аксюциц, И. В.

А42 Профилактика употребления психоактивных веществ : пособие для педагогов-психологов и педагогов учреждений общего среднего образования / И. В. Аксюциц. — Мозырь : Белый Ветер, 2016. — 216 с.

ISBN 978-985-574-598-4.

В пособии раскрываются теоретические основы профилактики употребления психоактивных веществ, предлагаются тренинговые занятия, развивающие личностные ресурсы и здоровые поведенческие стратегии учащихся, актуализацию их личности. Профилактическая деятельность предполагает как поэтапное, так и одновременное использование тренингов на всех уровнях: от подготовки учителей до коррекционной работы с учащимися «группы риска».

Адресуется педагогам-психологам и педагогам учреждений общего среднего образования. Может быть полезно специалистам учреждений профессионально-технического, среднего специального образования, а также студентам педагогических вузов.

УДК 371.78:613.83
ББК 74.200.55

ISBN 978-985-574-598-4

© ООО ИД «Белый Ветер», 2016

ПРЕДИСЛОВИЕ

Пособие, подготовленное в рамках Национальной программы демографической безопасности Республики Беларусь, ставит целью формирование здорового образа жизни у детей, подростков и молодежи, предотвращение ухудшения демографической ситуации в обществе посредством профилактики употребления психоактивных веществ в учреждениях образования. В пособии раскрываются теоретические основы профилактики наркотической зависимости, предлагаются тренинговые занятия, направленные на профилактику зависимости от психоактивных веществ, одновременно ставящие целью профилактику психического и физического здоровья, актуализацию личностных ресурсов, эффективную адаптацию учащихся к жизни.

Подход, основанный только на распространении негативной информации о наркотиках, не является достаточно эффективным, потому что не включает задачи формирования здоровой личности и ее самореализации. Приоритетом предлагаемых в пособии тренингов является воспитание психически здорового и социально активного человека, способного самостоятельно, без использования психоактивных веществ, справляться с психологическими трудностями и жизненными проблемами. Каждый тренинг (от англ. *train* — тренировать) представляет собой совокупность методов для формирования и тренировки индивидуальных умений и навыков здоровой личности, одновременно включает упражнения, направленные на профилактику употребления наркотиков и алкоголя.

Учитывая, что младший школьный возраст является наиболее восприимчивым к профилактике, для начальной школы рекомендуются тренинговые занятия с использованием сказок

и внеклассного чтения. Подростки нуждаются в развитии уверенности в себе, или асертивности, расширении жизненной компетентности — именно этим задачам подчинены профилактические занятия на подростковом уровне. Отмечается, что жажда взросления, потребность в риске и ориентация подростков на группу сверстников создают предпосылки первой пробы и экспериментирования с психоактивными веществами. Поэтому тренинги для подростков включают много ролевых упражнений, формирующих навыки отказа от употребления алкоголя и наркотиков. Старшеклассникам предлагаются тренинги, направленные на развитие креативности, коммуникативных способностей, полагается, что успешная личность, способная быть активным членом общества, преодолевает жизненные трудности без употребления алкоголя и наркотиков.

Работе с педагогами-психологами, педагогами и другими работниками учреждения образования посвящены две главы книги. В первой главе даны необходимые специалистам теоретические основы профилактики зависимости от психоактивных веществ, особое внимание уделено организации профилактической работы в школе, правилам ведения и подготовки тренинговых занятий. Вторая глава включает тренинги, мотивирующие личностный рост участников, а также отработку навыков ведения тренинговых групп с учащимися.

Отмечается, что психологическую подготовку *педагогов-психологов, педагогов и других специалистов* в области профилактики зависимости от психоактивных веществ осуществляет педагог-психолог, имеющий опыт ведения тренингов. В последующем подготовленные педагоги могут проводить тренинговые занятия по профилактике с учениками своих классов. Структура предлагаемой профилактической программы позволяет педагогу, классному руководителю в процессе воспитательной и профилактической деятельности пользоваться предоставленными тренинговыми заданиями самостоятельно, используя данное пособие как руководство к действию.

Необходимость и возможность осуществления педагогами профилактики употребления психоактивных веществ связана с тем, что они имеют постоянный контакт с учащимися, обладая авторитетом, могут влиять на формирование у детей,

подростков и молодежи позитивных установок, адаптивного поведения без употребления наркотиков и алкоголя.

Рекомендации для осуществления вторичной профилактики, или психологической коррекции употребления психоактивных веществ среди учащихся «группы риска», представлены в последней, шестой, главе. Предлагаются методы выявления учащихся «группы риска», в частности опросник «Мотивы употребления наркотиков», и специальные тренинги «личностного роста» для учеников, склонных к употреблению наркотиков. Тренинги включают большое количество сложных упражнений коррекционного характера, поэтому для их проведения необходимы профессиональные знания педагога-психолога.

Профилактическая тренинговая программа как целостная система предполагает возможность одновременного и комплексного использования на всех уровнях обучения: от подготовки учителей и школьников до коррекционной работы среди учащихся «группы риска». Целесообразно в рамках программы планировать профилактическую деятельность учебного учреждения поэтапно, на несколько лет вперед, при условии профессиональной готовности школьного педагога-психолога. Вместе с тем для профилактики употребления психоактивных веществ педагога-психолог и педагог могут выборочно использовать любой тренинг. Главное, начать и развивать в последующем профилактическую деятельность в области зависимости от психоактивных веществ среди детей, подростков и молодежи.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Аксючиц, И. В. Методика изучения мотивов употребления наркотиков / *И. В. Аксючиц* // Психологический журнал. — 2007. — № 1. — С. 52—59.

Аксючиц, И. В. Приобщение к наркотикам / *И. В. Аксючиц* // Педагогика и психология семейного воспитания / *М. П. Осипова* [и др.]; под общ. ред. *М. П. Осиповой, А. А. Горбачко*; Брест. гос. ун-т. — Брест: Изд-во БрГУ, 2004. — С. 124—127.

Аксючиц, И. В. Профилактика наркотической зависимости среди детей младшего школьного возраста / *И. В. Аксючиц* // Психология. — 2007. — № 3 (48). — С. 37—43.

Аксючиц, И. В. Психологические проблемы наркозависимости: монография / *И. В. Аксючиц*; Брест. гос. ун-т; науч. ред. *Е. И. Медведская*. — Брест: Изд-во БрГУ, 2004. — 127 с.

Аксючиц, И. В. Опасные иллюзии наркотика / *И. В. Аксючиц* // Работа с родителями: пособие для учителей начальных классов общеобразовательных учреждений / *М. П. Осипова* [и др.]; под общ. ред. *М. П. Осиповой, Г. А. Бутрима*. — Минск: Экоперспектива, 2003. — С. 168—179.

Аксючиц, И. В. Структура мотивов, определяющих склонность студентов к употреблению наркотиков / *И. В. Аксючиц* // Психология в вузе. — 2007. — № 2. — С. 63—77.

Белогуров, С. Б. Популярно о наркотиках и наркоманиях / *С. Б. Белогуров*. — СПб.: Нев. диалект, 2000. — 240 с.

Березин, С. В. Психология ранней наркомании / *С. В. Березин, К. С. Либецкий*. — М.: Изд-во Самар. гос. ун-та, 2000. — 220 с.

Битенский, В. С. Наркомании у подростков / *В. С. Битенский, Б. Г. Херсонский, С. В. Дворяк*. — Киев: Здоровье, 1989. — 216 с.

Бочкарева, Н. Л. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте: учеб.-метод. пособие / *Н. Л. Бочкарева, Л. Г. Леонова*. — Новосибирск: Новосиб. гос. мед. ин-т, 1998. — 256 с.

Братусь, Б. С. Психология, клиника и профилактика раннего алкоголизма / *Б. С. Братусь, П. И. Сидоров*. — М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 1984. — 124 с.

Гоголева, А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика / *А. В. Гоголева*. — Воронеж: Модэк, 2002. — 237 с.

Голубев, С. А. Профилактика СПИДа и наркомании: учебно-методическое пособие / *С. А. Голубев*. — Витебск: Издательство ВГУ, 2006. 79 с.

Горбатенко, Л. С. Родителям и педагогам: все о наркомании: эффективные программы профилактики, сценарии и материалы для

классных занятий / Л. С. Горбатенко [и др.]. — 2-е изд. — Ростов н/Д: Феникс, 2005. — 347 с.

Данилин, А. Г. LSD: Галлюциногены, психоделия и феномен зависимости / А. Г. Данилин. — М.: Центрполиграф, 2002. — 521 с.

Данилин, А. Г. Как спасти детей от наркотиков / А. Г. Данилин, И. В. Данилина. — М.: Центрполиграф, 2000. — 348 с.

Еникеева, Д. Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков: учеб. пособие / Д. Д. Еникеева. — М.: Академия, 2001. — 144 с.

Залыгина, Н. А. Аддиктивное поведение молодежи: профилактика и психотерапия зависимостей / Н. А. Залыгина, Я. Л. Обухов, В. А. Поликарпов. — Минск: Профилей, 2004. — 196 с.

Змановская, Е. В. Девиантология: психология отклоняющегося поведения: учеб. пособие / Е. В. Змановская. — М.: Академия, 2003. — 288 с.

Иванова, Е. А. Семья наркомана. Типы семей с повышенным риском формирования наркозависимой личности / Е. А. Иванова, С. А. Фролов // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 18, Социология и политология. — 2002. — № 1. — С. 98—108.

Исмуков, Н. Н. Без наркотиков: программа предупреждения и преодоления наркотической и алкогольной зависимости / Н. Н. Исмуков. — М.: Гранд: ФАИР-пресс, 2001. — 374 с.

Клейберг, Ю. А. Психология девиантного поведения: учеб. пособие для вузов / Ю. А. Клейберг. — М.: Сфера : Юрайт : Юрайт-М, 2001. — 160 с.

Ковалев, С. В. Семь шагов от пропасти: НЛП — терапия наркотических зависимостей / С. В. Ковалев. — М.: Моск. психол.-соц. ин-т, 2001. — 185 с.

Козлов, В. В. Психотехнологии измененных состояний сознания / В. В. Козлов. — М.: Изд-во Института психотерапии, 2005. — 544 с.

Кольцова, О. В. Психология работы с наркозависимыми / О. В. Кольцова. — СПб.: Речь, 2007. — 180 с.

Кон, И. С. Психология ранней юности: кн. для учителя / И. С. Кон. — М.: Просвещение, 1989. — 255 с.

Кондрашенко, В. Т. Девиантное поведение у подростков: соц.-психол. и психиатр. аспекты / В. Т. Кондрашенко. — Минск: Беларусь, 1988. — 206 с.

Кулаков, С. А. На приеме у психолога подросток: пособие для практ. психологов / С. А. Кулаков. — СПб.: Изд-во Рос. гос. пед. ун-та, 2001. — 350 с.

Лисовский, В. Т. Наркотизм как социальная проблема / В. Т. Лисовский, Э. А. Колесникова. — СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2001. — 430 с.

Наркомания: тонкости, хитрости и секреты / под ред. Ю. В. Татуры. — М.: Новый изд. дом, 2004. — 351 с.

Николаева, Л. П. Уроки профилактики наркомании в школе / Л. П. Николаева, Д. В. Колесов. — М.: Моск. психолого-соц. ин-т, 2003. — 64 с.

Профилактика подростковой наркомании: комплект нагляд.-метод. пособий / сост.: С. Б. Белогуров, В. Ю. Климович. — М.: Планетариум, 2003. — 100 с.

Рожков, М. И. Профилактика наркомании у подростков: учеб.-метод. пособие / М. И. Рожков, М. А. Ковальчук. — М.: ВЛАДОС, 2003. — 144 с.

Рудакова, И. А. Девиантное поведение: учебное пособие / И. А. Рудакова, О. С. Ситникова, Н. Ю. Фальчевская. — Ростов н/Д: Феникс, 2005. — 156 с.

Рудестам, К. Групповая психотерапия / К. Рудестам. — СПб.: Питер, 2000. — 384 с.

Сердюкова, Н. Б. Наркотики и наркомания / Н. Б. Сердюкова. — Ростов н/Д: Феникс, 2000. — 252 с.

Сирота, Н. А. Программа формирования здорового жизненного стиля / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. — М.: Академия, 2000. — 210 с.

Фурманов, И. А. Психология детей с нарушением поведения: пособие для психологов и педагогов / И. А. Фурманов. — М.: ВЛАДОС, 2004. — 351 с.

Хажилина, И. И. Профилактика наркомании: модели, тренинги, сценарии / И. И. Хажилина. — М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2002. — 226 с.

Шипицина, Л. П. Экспресс-диагностика выявления «групп риска» наркоманий у подростков / Л. П. Шипицина, Д. Н. Исаев // Вестн. психосоц. и коррекционно-реабилитац. работы. — 2000. — № 2. — С. 15—27.

Шорохова, О. А. Жизненные ловушки зависимости и созависимости / О. А. Шорохова. — СПб.: Речь, 2002. — 136 с.

Bootzin, R. R. Abnormal psychology: current perspectives / R. R. Bootzin, J. R. Acocella. — New York: McGraw Hill, 1988. — 640 p.

Dacey, Y. Adolescent development / Y. Dacey, M. Kenny. — Madison: Brown. Benchmark, 1994. — 540 p.

Feldman, R. S. Understanding psychology / R. S. Feldman. — New York: McGraw Hill, 1990. — 650 p.

Halgin, R. P. Abnormal psychology: the human experience of psychological disorders / R. P. Halgin, S. K. Whitbourne. — Fort Worth: Harcourt Drace Yovanovich, 1994. — 520 p.

Haylett, S. Covariation in addictive behaviours: a study of addictive orientations using the Shorter PROMIS Questionnaire / S. Haylett, G. Stephenson, R. Lefever // Addictive Behaviours. — 2004. — № 29. — P. 61—71.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	3
Глава 1. Теоретические основы профилактики употребления психоактивных веществ	6
1.1. Виды и свойства психоактивных веществ	7
1.2. Организация профилактической деятельности в учебном заведении	21
Глава 2. Взаимодействие психолога и педагогов школы в процессе профилактики зависимости от психоактивных веществ	37
2.1. Тренинг идентичности	38
2.2. Ситуационно-ролевой тренинг эмоционального состояния	53
Глава 3. Профилактика употребления психоактивных веществ среди младших школьников (на основе сказок и внеклассного чтения)	64
3.1. Тренинг адаптации ребенка к среде	66
3.2. Тренинг ответственного поведения	81
Глава 4. Программа формирования жизненных навыков у подростков	93
4.1. Тренинг, направленный на расширение жизненной компетентности и выработку защитных барьеров к употреблению психоактивных веществ	95
4.2. Тренинг здорового образа жизни	106
4.3. Тренинг ассертивности, или уверенности в себе	119
Глава 5. Профилактика употребления психоактивных веществ среди старшеклассников	127
5.1. Тренинг социальной активности	128
5.2. Тренинг креативности	136
Глава 6. Вторичная профилактика, или психологическая коррекция употребления психоактивных веществ	146
6.1. Методы выявления личностных особенностей учащихся «группы риска»	150
6.2. Тренинг мотивации учащихся на поведение, альтернативное употреблению психоактивных веществ	161
6.3. Тренинг личностного роста	188
Список литературы	212
	215

7

Учебное издание

Аксючиц Ирина Викторовна

ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

**Пособие для педагогов-психологов и педагогов
учреждений общего среднего образования**

Ответственный за выпуск *А. В. Зуева*

Подписано в печать с оригинал-макета 27.10.2015. Формат 60x84/16. Бумага офсетная. Печать цифровая. Усл. печ. л. 12,56. Уч.-изд. л. 10,09. Тираж 1013 экз. Заказ 609/5745984-1.

Издатель и полиграфическое исполнение:

Общество с ограниченной ответственностью «Издательский Дом «Белый Ветер». Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя, распространителя печатных изданий № 1/35 от 16.01.2015. 247760, г. Мозырь, ул. Советская, 198/4. Тел./факс (0236) 32-51-03, 32-51-22. Филиал: 220007, г. Минск, ул. Володько, 30, оф. 417. Тел. (017) 224-66-89, 298-50-26, 298-50-27. <http://belveter.by>. E-mail: book@belveter.by