

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Совет молодых ученых

Научно-методический отдел по работе с молодыми учеными  
и специалистами университета управления  
научных исследований СПбГУ

---

# ЧЕЛОВЕК. ПРИРОДА. ОБЩЕСТВО АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

*Материалы*

*14-й международной конференции  
молодых ученых 26–30 декабря 2005 г.*

В 2 частях

Часть II



Издательство Санкт-Петербургского университета  
2006

**ПРОФИЛАКТИКА НАРКОЗАВИСИМОСТИ  
МОЛОДЕЖИ ПОСРЕДСТВОМ АКТИВНОГО  
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ\***

Актуальность профилактики приобщения современной российской молодежи к злоупотреблению психоактивными веществами

---

\* Работа выполнена при поддержке гранта Администрации Санкт-Петербурга (проект №159.05).

*Грецов Андрей Геннадьевич* — канд. психол. наук, доц. кафедры психологии развития и образования РГПУ им. А. И. Герцена (e-mail: [agretsov@mail.ru](mailto:agretsov@mail.ru))

несомненна. Рост числа наркозависимых, особенно среди молодежи, принял угрожающий характер. По результатам экспертных оценок (А. Н. Гаранский и др., 2003), в России как минимум **7–7,5 миллионов человек страдают наркотической зависимостью**, и это число стабильно увеличивается, что ставит под угрозу национальную безопасность страны. Поскольку лечебные мероприятия при сформированной физиологической и психологической зависимости от наркотиков **крайне неэффективны** (по данным ВОЗ, стойкая ремиссия наблюдается не более чем у 5% пациентов), особенно актуальным представляется повышение эффективности и широкое внедрение технологий **первичной профилактики** приобщения к злоупотреблению психоактивными веществами. Так как более 70% наркозависимых впервые приобщаются к этому в подростковом и раннем юношеском возрасте, основные усилия должны быть направлены на профилактические мероприятия с подростками.

Обобщая российский и мировой опыт, можно выделить несколько **подходов к профилактике наркозависимости**:

1) информационный подход: распространение сведений о негативных последствиях употребления наркотиков для личности и общества, деструктивном характере и опасности такого поведения;

2) трактовка наркотизации как следствия проблемности и неразвитости эмоциональной сферы личности, направленность профилактических мероприятий на выработку навыков рефлексии и саморегуляции аффективных явлений, развитие так называемого «эмоционального интеллекта»;

3) трактовка наркотизации как следствия неразвитости жизненных навыков, неумения конструктивно справляться с проблемами, направленность профилактических мероприятий на формирование таких умений и навыков;

4) акцент на влиянии социальных факторов. Профилактические программы в рамках этого подхода направлены на выработку умения противостоять негативному влиянию социального окружения, нормализацию отношений подростков со сверстниками и со взрослыми;

5) укрепление в глазах молодежи ценности здоровья как источника жизненного благополучия;

6) приобщение подростков к видам деятельности и к жизненным ценностям, несовместимым с употреблением наркотиков.

1-й из перечисленных подходов получил наибольшее распространение, практически вся методическая литература по данной проблеме базируется именно на таких позициях. Однако подход не оправдывает возложенных на него ожиданий, его результативность вызывает серьезные сомнения; различия между процентом приобщившихся и не приобщившихся к наркотикам среди подростков, проходивших и не проходивших такое «антинаркотическое обучение», обычно находятся в пределах статистической ошибки. Это обусловлено рядом причин. Во-первых, знания без личностной вовлеченности еще не ведут к формированию желательного поведения и не тормозят нежелательного (да и трудно встретить подростка, не знающего об опасности для здоровья наркотиков, алкоголя и табака даже без всяких «просветительских лекций»). Во-вторых, предоставляемая в рамках этого подхода информация о наркотиках заведомо неполная: раскрывает только объективно отрицательные последствия их употребления, игнорируя связанные с ними субъективно положительные переживания. Как следствие, соответствующая информация не вызывает доверия подростков и не дает им возможности критически относиться к информации противоположного содержания, исходящей от лиц, материально заинтересованных в увеличении количества наркозависимых. В-третьих, в рамках такого подхода не формируются формы активности и сферы интересов, альтернативные употреблению наркотиков. Сказанное не отрицает возможность и необходимость информирования молодежи о негативном действии наркотиков, однако это целесообразно рассматривать скорее как побочную задачу профилактических мероприятий, чем как основу их содержания.

Подходы № 2–4 являются перспективными, однако носят довольно частный характер, будучи основанными на конкретных гипотезах о причинах приобщения подростков к наркотизации и предлагая соответствующие стратегии профилактической работы. Но причины приобщения к наркотикам многообразны, в той или иной степени они включают в себя все рассматриваемые аспекты: затруднения в эмоциональной сфере, неумение решать конструктивными способами проблемы во взаимодействии с другими людьми и, шире, с окружающим миром, неблагоприятное воздействие социального окружения и неумение противостоять влиянию лиц, склоняющих подростка к наркотизации. В большинстве случаев эти неблагоприятные факторы действуют комплексно. Поэтому **наибольшей эф-**

**фективности можно ожидать от такой профилактической работы, которая позволит параллельно решать несколько групп задач:**

- развитие навыков рефлексии и саморегуляции эмоциональных состояний, конструктивного выражения своих эмоций;
- повышение уровня коммуникативной компетентности, выработка умения решать проблемы в общении;
- выработка умения противостоять негативному влиянию социального окружения.

Подходы №5–6 не базируются на какой-либо конкретной гипотезе о причинах приобщения подростков к наркотикам, а являются, по сути, антагонистической профилактикой, попыткой **сформировать систему ценностей и интересов, в которых нет места наркотикам** (пропаганда идей здорового образа жизни, спорта, туризма, активного отдыха и т. д.). Такие меры необходимы, однако они тоже не могут выступать как единственный способ профилактики, поскольку не учат подростков конструктивно решать те психологические и социальные проблемы, от которых они пытаются уйти путем злоупотребления психоактивными веществами.

Таким образом, наибольшего эффекта можно ожидать от такой технологии профилактической работы, которая позволяет комплексно решать отмеченные выше задачи, а также способствует формированию ценностно-мотивационной сферы личности и, сама по себе являясь для подростков источником интереса и положительных эмоций, выступит в качестве области деятельности, несовместимой с наркотизацией. Указанным требованиям в наибольшей степени отвечают технологии психологического тренинга как **активного социально-психологического обучения, основанного на моделировании жизненного опыта в межличностном взаимодействии**. При разработке тренинговых технологий профилактики наркозависимости подростков мы исходим из следующих положений:

**Фиксация содержания программ на обсуждении наркотиков и их действия, даже в негативном ключе, не отвечает профилактическим задачам;** более того, оно может оказать действие, обратное желаемому, поскольку в итоге не исключено создание ложного и крайне опасного представления о социальной приемлемости подобного поведения. Если же информация подается в жанре запугивания, подчеркивания опасности наркотиков, мно-

гие подростки начинают рассуждать по принципу «Видимо, наркотики действительно дают огромное блаженство, раз люди готовы из-за них так сильно рисковать!», что совершенно не отвечает решению профилактических задач. Более продуктивно затрагивать тему наркотиков вскользь, в контексте обсуждения других жизненных проблем, и трактовать их употребление как деструктивное последствие незрелости личности, неумения справляться с проблемами.

**Содержание программ должно быть релевантным, т. е. отвечающим актуальным потребностям подростков и их жизненному опыту.** Большинство подростков не имеют актуальной потребности узнать как можно больше о вреде наркотиков, подобные знания их практически не интересуют и не интегрируются в их жизненный опыт (есть основания полагать, что игнорирование этого факта — главная причина низкой эффективности большинства профилактических программ). Для них актуальны совершенно другие потребности: в частности, повысить свой статус в глазах сверстников, стать более уверенными в себе, научиться решать конфликты со сверстниками и со взрослыми, сделать свою жизнь более интересной и насыщенной положительными событиями, лучше узнать самих себя. И у некоторых из них создается ложное впечатление, что подобные потребности могут быть удовлетворены путем принятия наркотических веществ. Профилактические программы должны апеллировать к таким потребностям, раскрывать возможность их удовлетворения в конструктивной форме и невозможность достижения жизненных целей путем употребления психоактивных веществ.

**Обучение должно носить активный характер,** поскольку это является важным условием формирования знаний и умений, воспринимаемых молодыми людьми как имеющие непосредственное отношение к их личности и реально используемые для саморегуляции поведения. Поэтому в качестве главных методов таких занятий рассматриваются методы активного социально-психологического обучения: интерактивные игры и групповые дискуссии. Используются также арт-терапевтические и психодиагностические методы. Информационные блоки, подразумевающие изложение информации ведущим, рассматриваются в качестве вспомогательного метода и занимают, в сумме, не более 20% времени занятий.

Принципиально важным представляется **обеспечение легкой**

**транслируемости разрабатываемых технологий.** Они могут найти широкое применение в системе образования только в том случае, если будут допускать возможность работы в качестве ведущих не только психологов, но и других специалистов (учителей, социальных педагогов), изучивших соответствующую методическую литературу. В связи с этим при разработке соответствующих технологий учитываются такие моменты:

— высокая **технологичность** работы: детальная разработка алгоритма каждой тренинговой процедуры, условий ее проведения, возможных схем обсуждения, выделение общих принципов подбора этих процедур и конструирования на их основе тренинговых занятий;

— опора на непосредственный развивающий потенциал тренинговых процедур, а не на так называемую «групповую динамику»: взаимоотношения, складывающиеся между участниками по ходу занятий (чему уделяется повышенное внимание в большинстве тренингов психотерапевтической направленности);

— модульный принцип построения программ, каждый фрагмент которых представляет собой относительно завершенное в структурном и смысловом отношении образование и, будучи освоен ведущим, может использоваться в различных контекстах и легко модифицироваться с учетом конкретных задач и условий работы.

С учетом указанных требований создана программа, рассчитанная на подростков возрастом 12–15 лет. Она включает в себя пять модулей, каждый из которых допускает возможность работы как в режиме погружения, так и в режиме отдельных встреч, продолжительностью 2 часа каждая:

**Модуль 1. Тренинг сплочения группы и развития базовых коммуникативных навыков** (24 ч). В рамках модуля решаются задачи группового сплочения, формирования команды, отработки базовых навыков вербального и невербального общения, координации совместных действий. Представления о психологических предпосылках наркозависимости формируются в рамках коротких информационных блоков, в которых такое поведение трактуется как инфантильное, отражающее недостаточную сформированность психологической культуры и зрелости личности, и по сути представляющее собой «растянутое во времени самоубийство».

**Модуль 2. Тренинг компетентности в общении** (36 ч). Основная задача данного модуля — развитие навыков конструктивно-

го взаимодействия со сверстниками и со взрослыми, адекватного поведения в ситуациях межличностного конфликта. Раскрываются психологические предпосылки наркозависимости как деструктивного способа ухода от внутриличностных и межличностных конфликтов, а также самоутверждения перед сверстниками.

**Модуль 3. Тренинг эмоциональной компетентности (24 ч).** Решаются задачи развития навыков понимания, конструктивного выражения и саморегуляции эмоциональных состояний, управления стрессом. Проблемы наркозависимости раскрываются как вероятные последствия неразвитости навыков саморегуляции эмоциональных состояний, неумения справляться со стрессами, а также как последствия эмоциональной депривации, неконструктивной реализации потребности в ярких аффектах.

**Модуль 4. Тренинг противостояния влиянию (16 ч).** Рассматриваются способы манипулятивного влияния на личность, распознавания такого влияния и противостояния ему (на примерах бытовых ситуаций межличностного взаимодействия, манипулятивных приемов в торговле и рекламе, уличных игр — «лохотронов», способов завлечения в секты). Приобщение к наркотикам рассматривается как последствие психологических манипуляций или примитивного обмана со стороны заинтересованных лиц, наподобие «лохотронов» или обманных способов торговли (только несравненно более опасное по возможным последствиям).

**Модуль 5. Тренинг развития творческих способностей (24 ч).** Творчество рассматривается в широком смысле, как способность продуктивно действовать в ситуациях неопределенности. Соответствующие предпосылки включают как интеллектуальные (владение дивергентной стратегией мышления), так и личностные (открытость к новому жизненному опыту) компоненты. Наркотизация трактуется как последствие низкой толерантности к ситуациям неопределенности, несформированность навыков саморегуляции поведения и эмоциональных проявлений применительно к таким ситуациям, а творческая активность предлагается в качестве пути самореализации в социально одобряемых формах.

Разработанные модули в настоящее время проходят апробирование, готовятся к изданию методические материалы, где описываются конкретные технологии работы в рамках каждого из них. Разработки могут найти применение как в системе школьного об-



разования, так и в других сферах деятельности, подразумевающих организацию групповой работы с молодежью (трудовые отряды, молодежные оздоровительные лагеря и т. п.).