

Методические рекомендации для педагогов по использованию в работе с несовершеннолетними информационной модели профилактики злоупотребления психоактивных веществ

Информационная модель. Основа - представление о том, что информирование человека о негативных последствиях приема психоактивных веществ для здоровья и социального благополучия позволяет предотвратить их употребление. Предполагается, что, если человек знает об опасности для здоровья определенного стиля поведения, он начнет относиться к такому поведению отрицательно и стремиться от него воздерживаться. Соответственно, если человеку известно, что определенный образ поведения полезен для здоровья и благополучия, то знание об этом с необходимостью сформирует положительное отношение к данному образу поведения, мотивацию к сохранению здоровья и безопасному поведению, позволит в случае необходимости изменить поведение. В информационной модели также широко используются трагические примеры из жизни людей, злоупотреблявших алкоголем и наркотиками, описания фактов деградации их личности и разрушения здоровья.

Информационная модель традиционно реализуется с опорой на эффект запугивания, сознательного вызывания страха. Однако, данный эффект имеет как существенные ограничения, так и негативные последствия:

1. Эффективность сильного страха, если и может быть высокой, то всегда кратковременна.
2. Трансляция знаний о ПАВ может стимулировать интерес к ним, подтолкнуть к пробам.
3. Получение неверной информации или недостаток (отсутствие) информирования в некоторых сферах рассматривается как основа большинства эмоциональных и поведенческих проблем человека, поэтому предпочтительнее обсуждать проблемы, связанные с употреблением ПАВ, с медицинскими работниками и психологами, которые лучше владеют информацией по данной теме.

Изучение возможностей использования феномена страха для деструкции нежелательных и формирования желательных установок выявило, что слабая и средняя интенсивность запугивающей информации больше влияет на поведение, чем сильная, которая способствует принижению значимости или даже отрицанию угрозы. Эффективность сильного страха если и может быть высокой, то всегда кратковременна. Запугивание может вызвать некоторые аффекты (тревога, депрессия и т.д.), которые в свою очередь рассматриваются как факторы индивидуального риска приобщения к злоупотреблению ПАВ.

Другое ограничение информационного подхода связано с содержанием и объемом информации. Трансляция знаний о психоактивных веществах может стимулировать интерес к ним, подтолкнуть к пробам.

Несмотря на все ограничения, значение информации для формирования поведения человека огромно. Получение неверной информации или недостаток (отсутствие) информирования в некоторой сфере рассматривается как основа большинства эмоциональных и поведенческих проблем человека. Своевременно полученная информация может мотивировать человека на приобретение новых жизненно важных навыков и выступить основой принятия решений об изменении поведения.

Теоретические основания информационной модели:

- Когнитивная модель изменения поведения (А. Бек).
- Модель убеждения в области здоровья (Розенсток-Беккер).

- Теория мотивированного действия (И. Айзенк, М. Фишбейн).
- Теория защитной мотивации (Р. Роджерс).
- Теории социального влияния и убеждающей коммуникации (К. Левин, Ф. Зимбардо и др.).

Содержание информационных сообщений, направленных на профилактику злоупотребления ПАВ, включает в себя несколько блоков. Целесообразность и объем включения того или иного блока определяются, исходя из анализа целостной ситуации профилактического воздействия: вид профилактики, ее уровень, адресат (целевая группа), источник информации и др.

Первый блок: информация о ПАВ (только для специалистов, осуществляющих антинаркотическую профилактическую работу): группы (виды), способ изготовления, способ употребления, эффекты употребления.

Второй блок: информация о формировании зависимости, о токсикомании, алкоголизме и наркоманиях как заболеваниях, их последствиях для здоровья и личностного благополучия.

Третий блок: информация о факторах риска злоупотребления ПАВ.

Четвертый блок: информация о навыках и способах, позволяющих избежать вовлечения в злоупотребление ПАВ, возможностях альтернативного удовлетворения мотивов, приводящих к употреблению ПАВ.

Пятый блок: информация об организациях, службах, которые могут оказать помощь в решении проблем, связанных со злоупотреблением ПАВ (консультативную, социальную, реабилитационную).

Эффективное использование информационной модели в антинаркотической профилактике, помимо серьезного отбора содержания информационного профилактического сообщения, требует проработки еще ряда важных аспектов:

- кто является источником информации? (источник информации, коммуникатор);
- на что должна быть ориентирована информация? (уровни, эффекты и последствия информационного влияния);
- как должен быть организован процесс информационного влияния? (принципы и технологии убеждающей коммуникации);
- кого информировать? (адресат, целевая группа, ее возрастные особенности, представления, стереотипы).

Примерные требования к эффективным профилактическим информационным сообщениям:

1. Информация должна быть объективной, научной, правдивой.
2. Информационные сообщения должны демонстрировать, что риск быть втянутым в употребление наркотиков, риск формирования зависимости существует не для каких-либо особых категорий людей, а для каждого конкретного учащегося (это личный риск, а не риск «вообще»).
3. Информация имеет непосредственную и очевидную для молодых людей связь с реально существующими у них потребностями (отношения со сверстниками, лицами противоположного пола, повышение социального статуса, достижение материального благополучия др.).

4. Информация позволяет пересмотреть старые и сформировать новые правильные представления о здоровом образе жизни и отношении к ним.

5. Информация носит упреждающий характер, т.е. информирование должно опережать на 2-3 года возрастное столкновение проблемой.

6. Информация не носит чрезмерно запугивающий характер. Запугивающая информация должна сопровождаться рекомендациями по целесообразным практическим действиям: каким образом может быть изменено поведение, чтобы избежать опасности.

7. Информационные сообщения должны выделять не столько отдаленные опасности и негативные следствия употребления ПАВ, сколько непосредственные, сразу заметные и лично значимые.

8. Акцент следует делать не столько на негативных последствиях неправильного образа поведения, сколько на тех преимуществах, которые приносят конкретные формы здорового образа жизни, целесообразно описывать «правильные» (здоровые) модели поведения.

9. Информационные материалы должны укреплять у учащегося уверенность в эффективности использования рекомендуемых форм поведения и собственных возможностей их освоения и реализации.

10. Информация должна быть изложена на языке, доступном людям соответствующего возраста и культурного уровня.

11. Информация должна излагаться авторитетным (компетентным) в рассматриваемой проблеме специалистом.

12. В информационном воздействии следует избегать морализаторства и назидательности.

Эффекты информационного влияния:

- изменение представлений аудитории, формирование более пристального внимания к проблеме;
- обеспечение большей восприимчивости аудитории и более серьезного отношения к аналогичным сообщениям в дальнейшем;
- пробуждение интереса к информации на данную тему и поиск этой информации; стимулирование обсуждения данной темы с близкими людьми, обращения к специалисту; подкрепление уже существующих позитивных установок и поведения, поддержка уверенности в правильности выбранного образа поведения, формирование иммунитета к негативному влиянию.

Рекомендации по проведению лекционно-информационных форм работы с родителями в аспекте первичной профилактики употребления ПАВ несовершеннолетними

При проведении с родительской аудиторией профилактических лекций-бесед по предупреждению употребления ПАВ несовершеннолетними требуется соблюдение особых предосторожностей, так как не вся имеющаяся информация о наркотиках и токсических веществах может быть через родителей передана детям и подросткам. Ни в коем случае не следует приводить описание путей получения, изготовления и применения наркотических средств, с тем, чтобы беседа не могла служить справочным материалом для использования наркотиков. При проведении бесед нецелесообразно выходить за рамки представлений о наркотиках, которые практически не встречаются в регионе проживания, т.е. рассказывать о тех наркотиках (токсических веществах), которые мало известны. Обязательным является условие исключения описаний клинической картины наркотического (токсического) опьянения, переживаемых под влиянием наркотика (токсического вещества) эйфорических ощущений, включая использование позитивно воспринимаемых эпитетов и определений, таких как "непередаваемые ощущения", "состояние неизъяснимого блаженства, подобное экстазу", "состояние особенного блаженства и покоя". Следует исключить из бесед ссылок на примеры исторических личностей, политических деятелей, известных артистов, певцов, журналистов, употреблявших наркотики, даже если приводятся негативные последствия от их приема.

При беседах с родителями нецелесообразно пользоваться специальными медицинскими терминами при описании клинических проявлений зависимости от ПАВ, а также "жаргоном наркоманов".

В беседах следует специально останавливаться на способах диагностики состояний наркотического и токсического опьянения, а также нарко- или токсикоманий.

Нужно достаточно твердо и настойчиво утверждать, что подросток, "экспериментирующий" с наркотиками или злоупотребляющий ими, верит в то, что ему удастся успешно скрывать свои эпизоды наркотизации от родителей. Необходимо настойчиво убеждать в том, что в настоящее время с помощью современных лабораторных методов возможна точная диагностика, предусматривающая определение конкретного наркотического вещества.

Следует также говорить о большой вероятности заражения потребителей наркотиков и больных наркоманиями и токсикоманиями ВИЧ-инфекцией, гепатитами В и С, венерическими заболеваниями, другими заразными болезнями мочеполовой сферы, а также роли в этом случайных половых контактах и не стерильных шприцев.

В профилактических беседах столь же актуальным является обсуждение последствий правового характера: задержание милицией за употребление в общественных местах спиртных напитков или ПАВ; поведение, повлекшее за собой дорожно-транспортное происшествие; угроза заведения уголовного дела за то или иное правонарушение.

Многие другие темы, кажущиеся убедительными для взрослых, являются малозначимыми с точки зрения антинаркотической профилактической работы. Такими темами являются темы, относящиеся к угрозе возникновения тяжелых соматических заболеваний, рождению неполноценных детей. Малоэффективными также являются аргументы, связанные с тем, что употребляя алкоголь или наркотики (токсические вещества), дети и подростки доставляют огорчения родителям или подвергают риску свою будущую жизнь и служебную карьеру.

Необходимо доносить до сознания родителей, тезис о том, что тактика запугивания несовершеннолетних тяжелыми осложнениями при употреблении ПАВ не приводит к желаемым результатам - отказу от приема наркотиков, а, наоборот, в некоторых случаях усиливает к ним интерес.

Эффект запугивания может срабатывать у детей и подростков, отличающихся такими характерологическими чертами, как тревожность, неуверенность; в то же время у, неустойчивых и возбудимых личностей подобный эффект практически не наблюдается.

Одной из форм проведения профилактических мероприятий являются лекции-беседы. Естественно, что чем меньше численность группы, тем лучшим оказывается контакт и выше эффективность воздействия. Длительность лекции-беседы должна составлять не более одного академического часа. Обязательной является "обратная связь" с аудиторией. Чем большую долю времени занимает свободная дискуссия и чем меньшую - изложение специалистом или педагогом-психологом заранее подготовленного материала, тем выше эффект.

Вообще отступление от рутинных форм лекций-бесед позволяет углубить воздействие. К таким более эффективным типам мероприятий относятся "круглые столы", вечера вопросов и ответов. В настоящее время при проведении профилактических мероприятий нельзя обойтись без применения аудиовизуальных методик. Наиболее эффективными являются видеofilмы, хотя их использование связано с техническими трудностями.

Рекомендуемый перечень тем антинаркотической и антиалкогольной профилактической работы среди родителей учащихся средних школ и профессионально-технических училищ:

- 1) наркологическая ситуация в стране и актуальность первичной профилактической работы;
- 2) психофизиологические особенности подросткового возраста;
- 3) отрицательное влияние на организм разовых приемов психоактивных веществ (ПАВ);
- 4) отрицательное влияние на организм систематического употребления ПАВ;
- 5) ПАВ и учеба, работа;
- 6) ПАВ и семья, досуг;
- 7) правовые последствия приема ПАВ;
- 8) приемы профилактики приема ПАВ.

При обсуждении темы, посвященной личностно-психологическим и психофизическим особенностям подросткового периода следует в популярной форме дать характеристику психофизиологических особенностей данного возраста. Важно донести до родителей объяснение некоторых мотивов поступков детей и подростков, осуждаемых окружающими взрослыми: стремление быстрее утвердить себя как взрослого человека, отмежевание от всего детского; эмоциональность и аффектация в поведении; нарочитая независимость в суждениях, негативное отношение к любым формам опеки; стремление обратить на себя внимание, демонстративность и театральность в поведении.

Следует подчеркивать, что, стремясь приобщиться к взрослой жизни, подростки легко перенимают и необходимые, с их точки зрения, но в действительности не обязательные, атрибуты поведения взрослых: употребление алкоголя и табака, интерес к сексуальным проблемам и другие особенности. Одновременно можно отметить характерные физиологические сдвиги этого периода: усиленную и несбалансированную гормональную активность, неустойчивость нервной системы, восприимчивость к различным заболеваниям, включая психические и наркологические расстройства. Постоянно подчеркивается, что

взрослым необходимо уметь обращаться к характерному для подростков чувству взрослости, поддерживать у подростков стремление самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои поступки.

При рассмотрении **второй темы**, посвященной **отрицательному влиянию на организм разовых**, однократных приемов ПАВ, целесообразно рассмотреть мотивацию единичных случаев употребления несовершеннолетними ПАВ, что, как правило, связано с влиянием компании сверстников либо со стремлением изменить свое душевное состояние, например, вызвать у себя повышенное настроение. В беседах следует обращать внимание на то, что спровоцированное алкоголем или наркотиком (токсическим веществом) повышение настроения обязательно сопровождается заметными нарушениями мышления, внимания, утратой критичности поведения. Кроме того, всякая стимуляция положительных эмоций неизбежно влечет за собой последующее снижение настроения, сопровождающееся понижением жизненного тонуса, падением работоспособности (эффект маятника). Существенно раскрывать в беседах опасность даже однократного приема алкоголя или иного ПАВ, могущего привести к передозировке, требующей неотложных лечебных мер, а в некоторых случаях заканчивающейся смертельным исходом.

При проведении беседы особое внимание следует уделять токсическому влиянию ПАВ на головной мозг. Поскольку для части подростков одним из мотивов употребления ПАВ является снятие "внутреннего напряжения", такой эффект ПАВ надо прокомментировать. Состояние внутреннего напряжения, тревожность свойственны определенной части детей и подростков и обычно отражают наличие внутреннего психологического конфликта. Психоактивные вещества, обладая расслабляющими свойствами, способны в ряде случаев приносить временное облегчение, за которое в последующем человек расплачивается еще большим углублением внутреннего конфликта. Привычка снимать напряжение алкоголем или наркотическим средством препятствует формированию навыков разрешения психологических конфликтов адекватными способами и несет опасность возникновения пристрастия к ПАВ.

При обсуждении **третьей темы**, посвященной **отрицательному влиянию на организм систематического употребления ПАВ**, следует говорить о формах поведения подростков, наиболее опасных с точки зрения формирования зависимости от ПАВ (учащение приемов, увеличение доз, учащение выраженных опьянений и др.). Следует подчеркивать, что на начальных этапах своего развития алкоголизм или наркомания (токсикомания) проявляются скрыто, их признаки незаметны или не выражены. В популярной форме можно рассказывать о таких тяжелых проявлениях зависимости от ПАВ, как о синдроме зависимости, судорожных припадках, расстройствах личности и психозах.

Важную часть лекции-беседы рекомендуется посвящать описаниям поражения различных органов и систем при систематическом употреблении ПАВ (печени, поджелудочной железы, сердца, почек, сексуальной сферы и других). Необходимо особо подчеркивать особенности формирования наркологических заболеваний в детском и подростковом возрасте: укороченные сроки формирования их основных проявлений, задержанное умственное и физическое развитие, ухудшение состояния здоровья, особенно тяжелые социальные последствия.

При обсуждении четвертой темы ("ПАВ и учеба, работа") следует давать описание, связанных с приемом ПАВ, отрицательных последствий: снижение успехов в учебе, угасание интереса к спорту, крушение планов, касающихся различных целей.

При этом можно подчеркивать характеристику типичной для зависимости от ПАВ цепочки последствий для служебной карьеры: снижение качества работы - вынужденные смены мест

работы - увольнения по соответствующим статьям КЗОТ - деквалификация и потеря работы, вплоть до инвалидности.

В ходе рассмотрения **пятой темы ("ПАВ и семья, досуг")** дается характеристика влияния ПАВ на взаимоотношения несовершеннолетних с родителями и другими родственниками, а также приятелями и приятельницами, не разделяющими их склонности к употреблению алкоголя и наркотиков (токсических веществ). Можно приводить примеры утраты подростками, склонными к приему ПАВ, интересов и увлечений, прежде заполнявших их досуг; можно анализировать влияние асоциальных компаний сверстников, складывающихся по месту жительства, возможности противостоять влиянию таких компаний.

В беседе следует определенное место отводить обсуждению неблагоприятной роли, которую сыграет употребление ПАВ в будущей семейной жизни подростка. При этом можно дать характеристику нарушений эмоциональной, воспитательной функций семьи, показать нарастающие в семье наркомана процессы дезорганизации семьи: одинокий, неустроенный образ жизни потребителей ПАВ. Здесь же можно давать информацию о законодательстве, направленном на охрану прав семьи от одного из ее членов, употребляющего ПАВ.

При обсуждении **шестой темы ("Правовые последствия приема ПАВ")** родителей следует информировать о таких возможных правовых мерах, как задержание подростка за употребление алкоголя и других ПАВ в общественных местах, доставление таких несовершеннолетних, особенно в случаях выраженного опьянения, в отделение милиции. Одновременно можно дать представление о принципах проведения экспертизы алкогольного и наркотического опьянения, о праве на увольнения с работы в случаях злоупотребления ПАВ, об ограничении дееспособности, направлении на принудительное лечение.

При рассмотрении последней, **седьмой темы ("Методы профилактики приема ПАВ и лечения зависимости от них")** до сведения родителей доводится информация о возможностях получения детьми и подростками, столкнувшимися с наркотиками, профилактической и реабилитационной помощи в случае возникновения наркологических проблем. Предлагается давать характеристику учреждений наркологической и другой медицинской помощи, находящихся в районе проживания, и существующих методов профилактики, лечения и реабилитации. Родители должны также информироваться об общественных организациях, оказывающих помощь лицам, склонным к употреблению ПАВ.

При проведении бесед по данной тематике всегда необходимо формировать представления об эффективности своевременно предпринятого лечения. Необходимо подчеркивать такую важную особенность, что зачастую среди родственников несовершеннолетних, вовлеченных в наркотизацию, встречается скептическое отношение к терапии больных наркотоксикоманиями, да и алкоголизмом в том числе.

В отличие от подростков, которым сообщение сведений о технологии изготовления наркотиков является совершенно недопустимым, родители должны иметь определенные знания в этом вопросе, поскольку встречались случаи, когда старшие школьники занимались изготовлением наркотических веществ в присутствии и едва ли не с помощью ничего не подозревающих родителей, выдавая свои занятия за выполнение домашних заданий по химии.

В лекциях для родителей необходимо также рассмотреть способы и возможности диагностики наркомании и токсикомании, причем не столько сформировавшейся болезни, сколько начальных ее проявлений. Следует обратить их внимание на изменение внешнего вида подростка, употребляющего наркотики, его поведения, характера, привычек, общения, круга знакомых, среди которых появляются наркоманы, и др.

Результаты профилактической антинаркотической и антиалкогольной работы среди родителей учащихся образовательных учреждений показывают ее эффективность в плане:

- уменьшения частоты приемов ПАВ подростками;
- уменьшения доли выраженных опьянений со сдвигом в сторону более легких случаев;
- уменьшения агрессивных тенденций в опьянении;
- улучшения климата в семье;
- улучшения успеваемости, повышения трудовой дисциплины;
- улучшения (своевременности) обращения за профилактической и лечебной помощью;
- большей доступности детей и подростков с наркологическими проблемами для психотерапевтического контакта;
- лучшего настроения на лечение с последующей трезвостью.