

Методический материал по первичной профилактике наркомании

Ни одна концепция возникновения зависимого поведения не представляется исчерпывающей, хотя традиция научного изучения наркомании насчитывает ни один десяток лет. В отечественной науке проблема болезней зависимого поведения мало изучена в отличие от зарубежной. Где теория зависимого поведения и подходов к ее лечению отражает всю историю психоаналитического мышления. Современные психодинамические подходы к проблеме наркомании на основе Эго-психологии, теории объектных отношений и теории развития позволяют лучше понять факторы, препятствующие и способствующие возникновению зависимого поведения.

Традиционно еще до недавнего времени вопросами противодействия наркомании в основном занимались сотрудники правоохранительных органов и медицинских учреждений. Однако как лечение наркомании, так и ее профилактика должна быть этиопатогенетической, то есть, учитывающей причины и механизмов развития болезни. В настоящее время наркоманию рассматривают как био-психо- социо- духовную проблему. Здоровье же человека рассматривают как социо-культурный, исторический феномен, как психолого-педагогическую, социальную, а не только как медицинскую проблему. **Здоровье в большей мере зависит от воспитания и обучения**, от развития того потенциала, который заложен в человеке от природы (физического, психологического, социального и духовно-нравственного). **Проблема наркомании – это проблема зрелости личности.** Поэтому профилактика должна быть, духовно направленной и в большей мере психологической и социальной профилактикой.

Предрасположенность к развитию зависимого поведения формируется на раннем, наиболее важном для дальнейшего развития этапе жизни индивида (до 3^х лет), в результате современного воспитания и образования, лишенных контекста привязанности. Как правило, это происходит в дисфункциональных семьях.

Главным условием здоровья и жизнеспособности человека является, непрерывное развитие и рост личности, развитие диалогического межличностного взаимодействия и формирование характера.

За воспитание и образование детей ответственными являются родители и школа. Поэтому **в фокусе профилактики наркомании должна быть семья и школа.**

Для того, чтобы успешно справляться с семейными обязанностями, в том числе с воспитанием детей, **члены семьи должны обладать определенными психологическими качествами. Это касается и педагогов.** Отсутствие таких или личностные нарушения отрицательно воздействуют на семью и школу, вызывая цепную реакцию неблагоприятных изменений.

На сегодняшний день наиболее эффективным и перспективным направлением антинаркотической деятельности является первичная профилактика, то есть, предупреждение первой пробы наркотика.

Приоритетной профилактикой следует считать **позитивную профилактику**, цель которой является воспитание развитой, способной справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами личности, не нуждающейся в приеме психоактивных веществ (ПАВ), воспитание психологически устойчивой, что означает и наркоустойчивой личности. Воспитание такой личности достигается при духовно-ориентированном воспитании.

Эффективные методы профилактики

Эффективными методами профилактики наркомании являются те методы, которые направлены на сохранение и развития условий, способствующих здоровью человека на уровне личности, семьи и общества, на воспитание гармоничной личности. То есть такой личности, которая обладает развитой нравственностью и зрелым характером, умеет противостоять жизненным трудностям и способна полноценно функционировать соответственно своему возрасту и полу.

Эффективная профилактика возможна только при условии, когда ею занимаются подготовленные профессионалы. Это в основном массовая психологическая и социальная профилактика, охватывающая все слои общества. И которая проводится регулярно, последовательно, непрерывно.

Эта непростая задача предполагает немало физических, материальных интеллектуальных и эмоциональных затрат. **Она требует создания централизованного межведомственного взаимодействия под единым координирующим руководством.** Это позволяет специалистам разных ведомств находиться в тесном и продуктивном взаимодействии, быть единой, более эффективно действующей командой и значительно повышать качество профилактики.

В настоящее время наиболее эффективными профилактическими школьными программами являются **программы по формированию у учащихся жизненных навыков.** Для реализации специальных программ по профилактике наркомании необходимы подготовленные специалисты и их таких специалистов, нужно готовить. Такие программы являются современными и наиболее эффективными профилактическими школьными программами. Они способствуют развитию личности, и обучению детей навыкам сопротивления социальному давлению. «Согласно исследованиям, использование программ «Формирование жизненных навыков» приводит к снижению употребления наркотиков в группе вмешательства почти на 80% больше по сравнению с контрольной. А поддерживающие занятия помогают сохранить и даже усилить данный эффект». (Алкогольная и наркотическая зависимость у подростков. Пути преодоления. Под редакцией Эрика Ф. Вагнера и ...М.2006 стр. 63).

Введенный в 2018-2019 гг. в школьную программу предмет «Семьеведение» также необходимо включить в программу по профилактике наркомании.

К эффективным методам профилактики также относятся:

- Оздоровление и благоустройство среды обитания.
- Утверждение трезвости как нормы жизни и разрушение культа алкоголя.
- Наполнение торжественных и траурных событий жизни семьи ценными национальными традициями и достойным содержанием, а не превращать их в «попойки» и «благотворительные» обеды.
- Оказание универсальной помощи семье во всех областях ее жизни.

Неэффективные методы профилактики наркомании:

Методы профилактики, применяемые вне контекста привязанности (т. е. в условиях отсутствия тесных эмоциональных связей, характеризующихся взаимным вниманием, чуткостью, отзывчивостью, доверием и желанием поддерживать близкие отношения между родителями и ребенком, между воспитателем и ребенком, между учителем и учащимся). Вне контекста привязанности дети часто оказывают сопротивление педагогическому воздействию, как родителей, так и педагогов. В таких условиях не может сформироваться психологическая устойчивость и, стало быть, наркоустойчивость.

Методы проведения одноразовых лекции, круглых столов, акций, в больших аудиториях. Так как одноразовые встречи не могут восполнить необходимый детям и родителям объем знаний для самопознания и саморазвития. Сложность проблемы и информация о ней требуют еще и другого формата – специальных программ.

Методы, ориентированные на тактику запугивания, так как они не способны изменить зависимое поведение подростков. Ребенку, который не имеет четких ориентиров в жизни, не умеет эффективно общаться, озабочен проблемами межличностного взаимодействия и не умеет преодолевать стресс, знания о вреде употребления ПАВ (психоактивных веществ) неинтересны и, стало быть, бесполезны.

Неэффективна и самодеятельность, проявляемая в учебных организациях в виде театрализованных представлений: «Шаг до пропасти», «Суд над сигаретой» и пр.

Необходима не только просветительская работа, но и практическое обучение родителей и подростков по специальным программам.

Добровольное тестирование учащихся на употребление наркотиков, на мой взгляд, не имеет никакого отношения к профилактике и наносит больше вреда, чем пользы. При необходимости анонимное тестирование можно пройти в индивидуальном порядке в лаборатории ГБУЗ РНД.

Борьба с наркоманией может быть успешной только в том случае, если наряду с работниками правопорядка, здравоохранения и образования люди сами осознают опасность этого явления и пойдут по пути самопознания, саморазвития и самосовершенствования.

Классификация типов и основных уровней построения профилактической работы составлена группой петербургских специалистов из Региональной общественной организации «Центр профилактики наркомании».

Виды профилактики (по целевой группе):

Первичная профилактика – комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих приобщение к употреблению наркотиков.

Вторичная профилактика – комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих формирование болезни и осложнений, связанных с употреблением наркотиков у «эпизодических» потребителей, не обнаруживших признаков болезни.

Третичная профилактика или реабилитация. Реабилитация является отдельным направлением профилактики наркомании, которая требуется для восстановления психологических и социальных навыков лицам, прошедшим курс лечения. Ее целью является мотивирование пациента к полному и окончательному отказу от приема наркотиков – профилактика «срыва».

Традиционная реабилитация подразумевает восстановление психологических и социальных навыков и возвращение бывшего наркозависимого в его привычную среду, как только он становится к этому готов.

Уровни профилактики:

Личностный – на этом уровне воздействие на целевую группу сфокусировано таким образом, чтобы содействовать формированию тех качеств личности, которые способствовали бы повышению уровня здоровья отдельного человека. К профилактике на личном уровне можно отнести консультирование, лечение, тренинги личностного роста.

Семейный уровень предполагает влияние на «микросоциум» - семью, поскольку семья подростка и его ближайшее окружение во многом способны повлиять на вероятность приобщения молодого человека к наркотикам. Например, сюда относятся тематические родительские собрания, семейные консультации, вовлечение родителей в общественную работу в школе.

Социальный уровень профилактики, способствует изменению общественных норм в отношении употребления наркотиков, а также, отношения к потребителям.

Типы профилактики:

Общесоциальная (неспецифическая) профилактика – сфера деятельности, не затрагивающая непосредственно проблему употребления наркотиков, а влияющая на нее косвенно – через культурные и административные механизмы, педагогические средства, при помощи информационных технологий и СМИ. К мероприятиям неспецифической профилактики, можно отнести **благоустройство окружающей среды – улиц, дворов, домов и подъездов, что развивает эстетические чувства. Установка замков, светильников, изоляцию подвалов и чердаков), дворов**, в результате чего затрудняется доступ к потенциальным местам употребления наркотиков. Организации досуга подростков.

Специфическая профилактика – мероприятия и программы этого типа призваны влиять на те, или иные проявления проблемы наркомании и их медицинские и социальные последствия. К таким программам относятся

специализированные информационные компании в средствах массовой информации, уроки, психологические тренинги или тематические занятия для подростков, выпуск специальной литературы, терапевтические программы для потребителей наркотиков, программы снижения вреда.

Принципы работы:

Комплексность или согласованное взаимодействие органов и учреждений, отвечающих за различные аспекты государственной системы профилактики наркомании; специалистов различных профессий, так или иначе имеющих отношение к работе с детьми (воспитатели, педагоги, дошкольные, школьные, медицинские психологи, врачи, наркологи, социальные педагоги, работники детства, работники комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, инспектора подразделений по делам несовершеннолетних и др.); органов управления образования (на федеральном, региональном, муниципальном уровне).

Дифференциация целей, задач, методов и форм работы с учетом возраста детей, степени вовлеченности в наркогенную ситуацию.

Аксиологичность: формирование у детей и подростков представления о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Многоаспектность: сочетание различных направлений профилактической работы:

- социальный аспект (формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к употреблению алкоголя и наркотических веществ);
- психологический аспект (формирование адекватной самооценки, освоение навыков «быть успешным», самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, прежде всего, перед самим собой);
- образовательный аспект (формирование системы представления о негативных последствиях употребления наркотических веществ).

Легитимность: профилактическая работа должна осуществляться в рамках правовой базы (с учетом нормативных актов о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой, а также прав и обязанностей детей и молодежи).

Преимственность: этот принцип включает в себя два взаимосвязанных аспекта:

- согласованность профилактических мероприятий, проводимых различными учреждениями;
- анализ, обобщение и использование уже существующих технологий профилактики наркомании (знакомство с опытом зарубежных и отечественных педагогов, практикой работы общественных организаций и других образовательных учреждений).

Непрерывность: профилактическая работа не должна ограничиваться только временем пребывания ребенка в школе, что обеспечивается благодаря привлечению к работе системы дополнительного образования.

Системность: работа по профилактике должна вестись системно, а для этого все принимаемые меры должны быть сведены в систему, где каждая отдельная мера согласуется с другой, не противоречит ей, вытекает одна из другой.

Цель антинаркотической работы – создание единого поля научного понимания проблемы наркомании – как семейной болезни, как парного феномена «зависимость - созависимость».

Задачи:

- предоставить населению объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке, алкоголе, наркотиках;
- способствовать увеличению знаний путем обсуждения проблем, связанных с наркоманией;

Методы работы:

- информационный.

Формы работы:

- лекция;
- беседа;
- семинар;
- конференция;
- показ видеоматериалов с антинаркотическим содержанием.

Возможная тематика мероприятий:

- «Профилактика ВИЧ/СПИДА и наркомании»
- «Пивной алкоголизм»

- «Мир без наркотиков»
- «Мир без табачного дыма»

Беседы и лекции со школьниками:

- «Курение и здоровье»
- «Алкоголь и здоровье»
- «В чем вред курения?»
- «Опасность «пассивного курения»
- «Об особенностях современных наркотиков»
- «Эффективные методы отказа от курения»
- «Здоровье здоровый образ жизни – главные ценности человека»
- «Профилактика вредных привычек»

Лекции и беседы с родителями:

- Роль семьи в профилактике наркомании.
- Функциональная и дисфункциональная семья.
- Семья как фактор эффективности терапевтической и реабилитационной работы с наркоманами.
- Семья как фактор фиксации психологической зависимости от наркотиков и продолжения приема наркотиков.

Кокоева Т.М.

Организатор медицинской профилактики
Республиканского наркологического диспансера