

УДК 616.89

¹Коренский Н.В., ²Блыш Ю.В.¹*Национальный научный центр наркологии, филиал ФГБУ ФМИЦПН им. В.П. Сербского Минздрава России, (Москва, Россия);*²*ГАУЗ МО «Одинцовский наркологический диспансер», (г. Одинцово, Московская область, Россия).*¹*korenskij@bk.ru;*²*julia.blysh@mail.ru.*

ПСИХОСОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ У МОЛОДЕЖИ С ОТКЛОНЯЮЩИМСЯ ПОВЕДЕНИЕМ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА СКЛОННОСТЬ К УПОТРЕБЛЕНИЮ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ КАК ОСНОВА ДЛЯ СОВРЕМЕННОЙ МОДЕЛИ ПРОФИЛАКТИКИ

Молодежный этап развития личности, особенно во время подросткового и юношеского возраста, является самым трудным этапом в развитии каждого человека, что опосредуется психоэмоциональными особенностями пубертатного периода. Именно в эти возрастные промежутки выстраивается система ценностей и жизненных приоритетов человека, происходит окончательное формирование личности. На данном этапе развития, у людей преобладает познавательная-экспериментальная модель поведения, что создает предпосылки для начала употребления психоактивных веществ в стремлении самоидентификации и самоопределения в социуме, в попытке ухода от проблем, на пути к быстрому получению удовольствия. Исходя из этого, в период пубертата, у людей формируются черты деликвентного поведения, что в дальнейшем может способствовать формированию психических и поведенческих расстройств.

Ощущение удовольствия – это субъективное ощущение, к получению которого стремятся все люди. По субъективным ощущениям, оно бывает длительным, менее эмоционально окрашенным, и быстрым, сиюминутным, обладающим более резкой и насыщенной эмоциональной гаммой, но непродолжительным эффектом.

В первом случае, подход к получению удовольствия основан на стремлении к разрешению проблем и достижению важных жизненных целей, но при этом необходимо демонстрировать личностный рост, выполнять нужные действия и жить совершенствуясь. Преимущество в том, что этот подход приносит пользу самому человеку, не создает препятствий на пути становления его жизни и носит долгосрочный положительно окрашенный эмоциональный эффект.

Во втором случае, ощущение удовольствия – иллюзорно и создает кратковременный положительно окрашенный эмоциональный эффект, трансформируясь затем в негативные последствия для здоровья и социальных контактов пользователя, но часто

выступает вариантом выбора, как более быстрый и простой способ получения удовольствия, закрепляясь в и формируя деликвентную модель поведения. В данном случае, вместо решения проблемы на первый план выступает более легкая защитная реакция на стресс – избегание и уход.

Выбор определенного пути к получению удовольствия и формы защитной реакции на стресс опосредует возникновение и закрепление соответствующей модели поведения: активной (развивающейся) или пассивной (девиантной).

Одной из предпосылок к употреблению психоактивных веществ (ПАВ), рассматриваемой в данных возрастных рамках, выступает нарушение потребностно-мотивационной сферы, связанное с поиском приемлемого способа разрешения определенной фрустрированной потребности. Ощущение растерянности, чувство страха перед реальностью и необходимостью решения своих проблем заставляют искать доступную для индивида форму «ухода от реальности». Тогда психоактивные вещества «помогают» человеку искусственно изменить свое психическое состояние и восприятие окружающей действительности, всей совокупности проблем и трудностей. Психологическая готовность к употреблению психоактивных веществ в рассматриваемых возрастных диапазонах во многом имеет отношение к неспособности адекватного восприятия ситуаций, связанных с необходимостью преодоления жизненных трудностей (учеба, отношения с родителями, друзьями, любимым человеком).

По мере нарастания отрицательной информации психологическая защита, временно позволявшая молодому человеку, на иллюзорно-положительном уровне, воспринимать объективную неблагоприятную ситуацию, становится все менее эффективной. В случае ее неэффективности либо недостаточной сформированности, при возникновении угрозы невротического срыва, человек инстинктивно ищет выход и нередко находит его во внешней среде. К внешним способам защиты от травмирующих психику ситуаций относится и употребление психоактивных веществ.

Безусловно, вероятные причины начала курения, употребления алкогольных напитков или наркотических веществ в данных возрастных рамках не всегда совпадают друг с другом. Но то, что они имеют непосредственное отношение к характеру межличностных отношений, остается очевидным. В результате каждодневного взаимодействия человека с окружающим миром у него формируются определенные стратегии – приемлемые для индивида способы поведения в той или иной ситуации. В зависимости от используемых форм реакции на стресс и способов преодоления сложных жизненных ситуаций у молодого человека могут формироваться и закрепляться различные поведенческие модели, как конструктивные, так и отклоняющиеся, деструктивные.

Именно в период пубертата важно помочь молодым людям осознать специфику девиантного поведения и сделать альтернативный выбор в правильном направлении становления собственной жизни.

Данное исследование формирует актуальность в развитии своевременной первичной и вторичной профилактической работы врача, психолога и социального работника.

Цель исследования: определение особенностей и изучение влияния психо-социального компонента через апробацию тренинга «Удовольствие в моей жизни» на

формирование защитных барьеров к употреблению психоактивных веществ у лиц подросткового и юношеского возраста.

Задачи: 1. Сформировать мотивацию к сохранению здоровья, выработке активной жизненной позиции, ориентации на здоровый образ жизни, развитие навыков межличностного и социального общения, навыков резистентности к давлению окружающей среды; 2. Отследить коморбидность тревоги и депрессии в динамике, до и после проведения программы, у участников тренинга. 3. Определить особенности психо-социального компонента и его влияние на формирование защитных механизмов к употреблению психоактивных веществ.

В тренинговой программе участвовали лица подросткового и юношеского возраста из детских домов, школ, университетов (студенты первых курсов) Российской Федерации, московской области, г. Одинцово, Республики Беларусь, г. Минска с отклоняющимся поведением, общим количеством 387 человек: из них девушек – 231, юношей - 156. Возрастной диапазон у девушек варьировал от 12 до 20 лет, у юношей – от 13 до 21 года. Критериями включения явились наличие форм девиантного/деликвентного поведения, употребление психоактивных веществ, отсутствие клинико-диагностических данных синдрома зависимости от психоактивных веществ, подростковый и юношеский возрастной период.

Методы исследования: шкала депрессии Зунга, опросник Спилберга-Ханина для выявления тревожности. Психодиагностика проводилась в два этапа: в начале тренинга и по его завершении.

Тренинговая программа включает в себя 5 занятий. В среднем одно занятие рассчитано на 1,5 – 2 часа, один раз в неделю. Общий цикл составляет 5 недель. Тренинг включает в себя знакомство с группой, постановку тем для обсуждения, связанных с формированием отклоняющегося поведения и употреблением психоактивных веществ; интерактивные игры, снимающие напряжение в общении - «Icebreakers» (ледоколы); психодиагностические тесты, резюмирование или обратную связь от участников с формированием полезных коллективных выводов пролонгированных социально-психологическими домашними заданиями на закрепление полученных навыков.

Особенность данной программы в том, что основная роль отводится неформальному, безбарьерному формату подачи информации. В большинстве проводимых программ по первичной и вторичной профилактике отклоняющегося поведения, вследствие употребления психоактивных веществ с молодежью, специалистом делается упор на формализованное общение.

Формальное общение, в своей структуре подчиняется определенным нормам, правилам, должностным инструкциям и подчинено соблюдению, установленных в начале разговора, ролей, решению конкретных задач, стоящих перед специалистом. Данный вид общения создает определенные границы и барьеры между молодой аудиторией и лектором. Упускается важный социально-психологический аспект, имеющий значение в данном возрастном диапазоне – общение на равных.

Неформальное общение не подчинено определенным правилам и нормам, оно базируется на своеобразной связи с другими людьми, построенной на взаимном приня-

тии личностных свойств и достоинств каждого из собеседников, которая предполагает определенный уровень понимания, согласия, социально-психологической близости. Здесь нет однозначных выводов, сделанных лектором самостоятельно и на основе своей же информации, без участия слушателей. Резюмирование формируется совместно со всеми участниками, на основе коллективного обсуждения, с учетом большинства индивидуальных позиций, в формате тренинга. Именно в этих отношениях удовлетворяется потребность в самореализации, уважении и принятии, в рамках построенной профилактической работы.

Результаты. В ходе проведенного тренинга у 267 (87,8%) из 304 участников с высоким уровнем личностной тревожности отмечалось снижение уровня тревоги, из 365 участников с высоким уровнем ситуационной тревожности - у 342 (98,0%). Высокий уровень депрессивной симптоматики (по шкале депрессии Зунга) был выявлен изначально у 276 участников тренинга, но по завершении программы наблюдалось снижение данной симптоматики у 235 человек (85,5%) ($P=0,001$). В ходе опроса было выявлено улучшение общего физического и психического состояния у всех постоянных участников тренинга. Так же, через 6 месяцев после проведения тренинговой программы, по результатам опроса социальных работников и педагогов, у большинства участников был сформирован отказ от употребления психоактивных веществ и выработана более активная жизненная позиция.

Влияние социально-психологического компонента опосредовано включением в тренинговую программу систему знаний о личностных и поведенческих особенностях лиц рассматриваемого возрастного диапазона, мотивах к употреблению психоактивных веществ. Включением в программу практических методов продуктивного взаимодействия с молодежью: метода ледокола, аспектов неформального обучения и метода получения обратной связи, в формате которых участники чувствовали себя более вовлеченно в сам процесс, свободно и открыто в сравнении с привычным формализованным методом подачи информации через лекции.

Подход, основанный на развитии внутренних ресурсов человека, базируется на учете того, что зависимость от психоактивных веществ чаще развивается у молодых людей, имеющих низкую самооценку, слабо развитые навыки принятия решений, трудности в определении и выражении эмоций, отсутствие адекватной реакции на стресс. Сложности с выбором способов получения удовольствия и осознание жизненных последствий напрямую связанных с их выбором.

Данный тренинг может быть использован в качестве программы по первичной профилактике девиантного/деликвентного поведения среди лиц подросткового и юношеского возраста, совместно с другими видами социально-психологических мероприятий.

Программа разрабатывалась при содействии и участии стран Европейского союза, и при поддержке Уэльского молодежного антитабачного проекта «The Filter Europe» (Великобритания), на основе международного европейского опыта работы с молодежью.

Литература:

1. Авдулова Т.П.. Психология подросткового возраста. Москва, Юрайт. 2017 год.
2. Булатников А.Н., Зарецкий В.В. Психическое здоровье: нормативное и аддиктивное поведение / Учебно-методический электронный журнал «Профилактика зависимостей» №1, 2015. – с. 1.
3. Булатников А.Н., Зарецкий В.В. Психотерапевтическая помощь семье при наркологических расстройствах / Журнал «Вопросы психического здоровья детей и подростков» №1, 2017 (17). – с.73-78.
4. Габер И.В., Зарецкий В.В. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды. Методические рекомендации для руководителей общеобразовательных организаций / Учебно-методический электронный журнал «Профилактика зависимостей» №3 (15), 2018. – с.1- 49.
5. Егоров А.Ю. Клиника и психология девиантного поведения / А.Ю. Егоров, С.А. Игумнов. СПб: Речь. – 398 с.
6. Зарецкий В.В., Булатников А.Н. Регламентация профилактической антинаркотической деятельности в образовательной среде – обеспечение системности / Учебно-методический электронный журнал «Профилактика зависимостей» №2, 2015. – с. 7.
7. Зарецкий В.В., Булатников А.Н. Профилактика наркологических расстройств (программа повышения квалификации) / Учебно-методический электронный журнал «Профилактика зависимостей» №1, 2016. – с.106-145.
8. Флорес Филип Дж.. Групповая психотерапия зависимостей. «Институт общегуманитарных исследований». 2014 год.
9. Коренский Н.В., Игумнов С.А., Шуплякова А.В. Социально-психологический тренинг «Удовольствие в моей жизни», направленный на выработку защитных барьеров к употреблению психоактивных веществ. XV Мнухинские чтения «Комплексный подход к терапии психических расстройств у детей» : научная конференция с международным участием, [16 ноября 2017 г.] С. 53-54. Санкт-Петербург: Офсет-Принт, 2017. – 204 с.