

УДК 159.9, 616.89

ПСИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА С ПОДРОСТКАМИ, УПОТРЕБЛЯЮЩИМИ СПИРТСОДЕРЖАЩИЕ НАПИТКИ

Волкова Татьяна Геннадьевна,

Кандидат психологических наук, доцент,

*Доцент кафедры общей и прикладной психологии Алтайского
государственного университета, г. Барнаул, Россия,*

e-mail: v.t.g@mail.ru

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования самооотношения подростков со склонностью к употреблению спиртных напитков. Существуют значимые различия особенностей самооотношения у подростков, употребляющих спиртные напитки, и у подростков, не употребляющих спиртные напитки. в контексте самооценки, мотивации избегания неудач, мотивации готовности к риску. Полученные результаты могут быть использованы в психопрофилактической работе с подростками по формированию навыков и ценностей здорового образа жизни.

Ключевые слова: аддиктивное поведение, подросток, самооотношение, самооценка, мотивация, психопрофилактика.

PSYCHOPROPHYLACTIC WORK WITH TEENAGERS USING ALCOHOL-CONTAINING DRINKS

Volkova Tatyana Gennadevna,

*Candidate of Science (Psychology),, Associate Professor, Department of General
and Applied Psychology, Altai State University, Barnaul, Russia,*

e-mail: ivanov@mail.ru

Abstract. The article presents the results of an empirical study of adolescent self-esteem with a tendency to drink alcohol. There are significant differences in the characteristics of self-relations in adolescents who drink alcohol and in adolescents who do not drink alcohol. in the context of self-esteem, motivation to avoid failure, motivation for risk appetite. The results can be used in psychoprophylactic work with adolescents in the formation of skills and values of a healthy lifestyle.

Key words: addictive behavior, adolescent, self-esteem, self-esteem, motivation, psychoprophylaxis..

Кризисная жизненная ситуация, связанная с блокировкой базовых потребностей возраста, для подростка является трудной в плане

самоутверждения, независимости, самореализации, социальной компетентности, самоопределения в настоящем и будущем. Нередко это приводит к поведению, получившему название «аддиктивное». Этиология, протекание и механизмы алкоголизма подростков в наше время требуют дополнительного изучения этого поведения применительно к социальной ситуации. По мнению Б.С. Братуся, Д.Н. Долганова, Н.М. Жарикова, В. Зинкратова и др., алкоголизм сам по себе – расстройство не психическое, но при алкоголизме могут возникнуть психозы, негативно влияющие на феномены самосознания личности [1, 2, 4, 5, 6]. Хотя алкогольное опьянение может стать провокатором эндогенных психозов, не все молодые люди, склонные к употреблению спиртных напитков, становятся потенциальными алкоголиками [5, 6]. Проблемная ситуация возникает тогда, когда молодой человек начинает употреблять алкоголь по психологическим причинам, с целью расслабиться и снять напряжение. Б.С. Братусь резюмирует, что алкоголь не уничтожает личность как таковую, но глубоко извращает, деформирует ее [1]. В результате образуется собственно аномальная личность, не способная ориентировать и организовывать собственное развитие как процесс приобщения к родовой человеческой сущности.

Психологическая незрелость ведет к тому, что у подростков, склонных к девиантному поведению, создается психическая неустойчивость, подверженность срывам, нарушениям поведения, неадекватной оценке межличностных взаимоотношений, незрелой самооценке.

Целью исследовательской работы являлась реализация психопрофилактического проекта, базирующегося на выявлении самоотношения, мотивации избегания неудач, мотивации готовности к риску и их взаимосвязи со склонностью употребления спиртных напитков у подростков (на примере учащихся 9-х классов). В исследовании, проведенном совместно с

А.Н. Егоровой, принимали участие 72 подростка 9 классов школ города Рубцовска.

Объект психологического исследования: самоотношение подростков со склонностью к употреблению спиртных напитков. Предмет: особенности самоотношения в контексте самооценки, мотивации избегания неудач, мотивации готовности к риску у подростков со склонностью к употреблению алкоголя.

Методологическая основа исследования: культурно-историческая концепция возрастного развития Л.С. Выготского, концепция уровневого строения самосознания В.В. Столина, исследования алкоголизации подростков Б.С. Братуся, теория девиантного поведения подростков А.Е. Личко, И.В. Нехорошевой, В.Н. Зубова, теория мотивации избегания неудач Х. Хекхаузена.

В работе использовались следующие методы: интервальная шкала измерения уровня склонности к употреблению спиртных напитков у подростков; тест-опросник самоотношения В.В. Столина, С.Р. Пантелеева; методика «Самооценка» Дембо-Рубинштейна в модификации Прихожан; методика «Мотивация к избеганию неудач» Т. Элерса, методика «Готовности к риску» Шуберта, математические методы анализа с использованием компьютерной программы «SPSS» версия 15.1: математическая обработка данных, Т-критерий.

Теоретико-методологический анализ литературы показал, что в подростковом возрасте особенности самоотношения во взаимосвязи со склонностью к употреблению спиртных напитков проявляются через самоуважение, аутосимпатию, самоуверенность, саморуководство, самообвинение. Самооценка и притязания во взаимосвязи со склонностью подростков к употреблению спиртных напитков раскрываются через оценку здоровья, умственных способностей, характера, авторитета, внешности, через

притязание. Особенности мотивации во взаимосвязи со склонностью употребления спиртных напитков у подростков наиболее остро проявляются через мотивацию избегания и мотивацию готовности к риску.

Данное эмпирическое исследование также доказало, что существуют значимые различия типологических особенностей самооценки и самоотношения у подростков, употребляющих спиртные напитки, и у подростков, не употребляющих спиртные напитки.

Для выявления уровня склонности к употреблению спиртных напитков у подростков была использована интервальная шкала от 0 до 10, на которой распределены градации. Методом математического анализа было выделено три группы подростков: первая группа – подростки, не употребляющие алкогольные напитки (40 подростков, 56%: 12 мальчиков и 28 девочек), вторая группа – подростки, часто употребляющие алкогольные напитки (9 подростков, 12 %: 7 мальчиков и 2 девочки), 3 группа – подростки, редко употребляющие алкогольные напитки (23 подростка, 32%: 17 мальчиков и 6 девочек).

По результатам сравнительного анализа Т-критерия Стьюдента определено, что:

- подростки, не употребляющие спиртные напитки, выше оценивают свое здоровье, свои умственные способности, свой характер, умение делать что-то своими руками, свою внешность, чем подростки, употребляющие спиртные напитки;

- у подростков, не употребляющих спиртные напитки, выше уровень притязаний к своему здоровью, выше уровень притязаний к своей внешности, чем у подростков, употребляющих спиртные напитки;

- подростки, не употребляющие спиртные напитки, стремятся избежать неудачи, обойти их стороной, а подростки, употребляющие спиртные напитки,

стремятся к риску, предпочитают рискованное поведение для достижения намеченных целей.

Результаты сравнительного анализа Т-критерия Стьюдента выявили значимые различия особенностей самоотношения подростков, употребляющих спиртные напитки, и подростков, не употребляющих спиртные напитки:

- у подростков, не употребляющих спиртные напитки, интегральное чувство собственного «Я», самоуважение, аутосимпатия, самопринятие, саморуководство более позитивно, адекватно и выше, чем у их сверстников, они более самоуверенны, чем подростки, употребляющие спиртные напитки;

- у подростков, употребляющих спиртные напитки, чувство самообвинения выше, чем у подростков, не употребляющих спиртные напитки.

По результатам эмпирических данных получены значимые результаты.

Особенности самоотношения во взаимосвязи со склонностью к употреблению спиртных напитков у подростков не употребляющих и употребляющих спиртные напитки, проявляются через самоуважение ($m=16,97$, $p<0,05$), аутосимпатию ($m=10,9$, $p<0,005$), самоуверенность ($m=19,97$, $p<0,05$), саморуководство ($m=6,7$, $p<0,005$), самообвинение ($m=8,97$, $p<0,05$).

Особенности самооценки и притязаний во взаимосвязи со склонностью к употреблению спиртных напитков у подростков проявляются через самооценку здоровья ($m=17,7$, $p<0,01$), умственных способностей ($m=15,9$, $p<0,004$), характера ($m=15,7$, $p<0,005$), авторитета ($m=12,7$, $p<0,05$), внешности ($m=12,6$, $p<0,01$).

Значимые различия мотивации во взаимосвязи со склонностью к употреблению спиртных напитков у подростков проявляются через мотивацию избегания неудач ($m=5,9$, $p<0,0001$) и мотивацию готовности к риску ($m=45,6$, $p<0,0001$).

По результатам исследования в образовательной организации была разработана психопрофилактическая программа «Я выбираю здоровье», включающая комплекс мероприятий трех уровней, она наиболее эффективна в форме воздействия на ранних этапах проявления проблем. Профилактика аддиктивного поведения подростков предполагает систему общих и специальных мероприятий на различных уровнях социальной организации – общегосударственном, правовом, общественном, экономическом, медико-санитарном, педагогическом, социально-психологическом. Условиями успешности коррекционной работы считают ее комплексность, последовательность, дифференцированность, своевременность. Психологическая помощь является одним из уровней системы профилактики аддиктивного поведения и играет в ней связующую роль. Она имеет два ведущих направления: психологическая превенция (предупреждение, психопрофилактика); психологическая интервенция (преодоление, коррекция, реабилитация).

Психопрофилактическая работа может входить в комплекс мероприятий всех трех уровней в форме воздействия на условия и причины, вызывающие аддиктивное поведение, на ранних этапах проявления проблем. Существуют разные формы психопрофилактической работы. Первая форма – организация социальной среды. Объектом работы также может быть семья, социальная группа, школа, класс или конкретная личность. В рамках данной модели профилактика зависимого поведения у подростков включает прежде всего социальную рекламу по формированию установок на здоровый образ жизни и трезвость. Вторая форма работы – информирование. Это наиболее распространенное направление профилактической работы. В форме лекций, знакомстве со специальной литературой, бесед или видео-телефильмов. Третья

форма психопрофилактической работы – активное социальное обучение социально-важным навыкам, часто реализуется в форме групповых тренингов.

В соответствии со спецификой аддиктивного поведения можно выделить следующие принципы психопрофилактики: комплексность (организация воздействия на различных уровнях социального пространства, семьи или личности); адресность (учет возрастных, половых и социальных характеристик); позитивность информации; минимализация негативных последствий; личностная заинтересованность и ответственность участников; максимальная активность личности.

По мнению Л.Д. Дёминой, многие проблемы, возникающие у человека, не являются показателем его психического нездоровья и могут быть решены другим, не медицинским путем. Проблемы личностного плана может помочь решить психолог с помощью специфических средств профилактики [4].

Коррекционная программа психопрофилактической работы с подростками, склонными к употреблению спиртных напитков, «Я выбираю здоровье», построена на основе модели социальной компетентности. В ее основе выявленные нами в практикоориентированном исследовании взаимосвязи, согласно которым подростки злоупотребляют спиртными напитками в результате особенностей самоотношения – самооценки, мотивации избегания неудач, мотивации готовности к риску. Воздействуя на данные составляющие, мы воздействуем и развиваем самоотношение подростков.

Основная цель программы: создать социально-психологические условия подросткам для противостояния непредвиденным жизненным ситуациям – осознание собственного отношения к алкоголю, мотивов злоупотребления; формирование адекватной самооценки, позитивного самоотношения, мотивации готовности к риску, мотивации избегания неудач.

Принципы реализации целей и задач программы: приоритет позитивных ценностей, установок и целей, реалистический оптимизм; добровольность участия; принцип исследовательской позиции, где участники группы осознают, обнаруживают, открывают идеи, свои личные ресурсы, возможности, особенности; принцип объективации (осознания) поведения, универсальным средством здесь является обратная связь; принцип партнерского общения, который предполагает искренность и открытость участника.

Программа составлена на основе анализа теоретической психологической литературы и использования тренинговых упражнений Н.А. Гусевой, Е.И. Сеницыной, И.Г. Малкиной-Пых и др. Основное содержание программы представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. План мероприятий психопрофилактической программы «Я выбираю здоровье» рассчитан на один учебный год, включает работу как с подростками, имеющими склонность к употреблению спиртных напитков, так и с учащимися 8–9 классов, их родителями и педагогами школы. Приведем наименование ключевых мероприятий.

Выявление особенностей самооценки, самоотношения, мотивации избегания неудач, мотивации готовности к риску у подростков, склонных к употреблению спиртных напитков. Антинаркотическая и антиалкогольная акция «Классный час!». Конкурс коллажей о здоровом образе жизни. Выставка «Жизни – да!». Спортивные соревнования «Спорт против наркотиков». Индивидуальная психокоррекционная работа психолога с учащимися «группы риска». Оформление уголка по профилактике вредных зависимостей. Оформление информационного стенда для родителей «Дети – наше будущее». Проведение родительской конференции с участием детей о здоровом образе

жизни. Семинар для учителей «Формирование адекватной самооценки у подростков». Классный час в 8–9-х классах в медиатеке с использованием интерактивных тестовых методик. Оформление методического уголка в помощь классному руководителю «Не допустить беды». Посещение музея медицины. Проведение итогового тестирования и анкетирования.

Подростковый возраст характеризуется как переломный, критический [2, 6]. В этот короткий период жизни человека, от детства до юности, подросток проходит большой путь в своем личностном развитии. Через внутренние конфликты с самим собой, через отношения с другими, через падения и восхождения подросток обретает чувство собственной личности.

Функции самоотношения, самооценки и самоуважения психической жизни подростков состоят в том, что они выступают внутренними условиями регуляции поведения и деятельности человека [1, 2, 3, 6]. Благодаря включению самооценки в структуру мотивации деятельности подростки постоянно соотносят свои возможности, психические ресурсы с целями и средствами деятельности. Особо значимыми являются ситуации, когда подросток сталкивается с неудачей в важных для него сферах деятельности. Повторяющиеся неудачи могут породить состояние привычной подавленности и привести к устойчивому снижению веры в свои силы и к хронической боязни неудачи. Человек, изначально ориентированный на неудачу, проявляет неуверенность в себе, беспокойство и страх, не верит в возможность добиться успеха, боится критики, не испытывает удовольствия от деятельности, в которой возможны временные неудачи.

Главная цель психопрофилактической работы – психологическое здоровье – связана, прежде всего, с направлением деятельности, ориентированным на своевременное и полноценное психическое и личностное развитие каждого подростка, склонного к алкогольной зависимости. Забота о психологическом

здоровье подростка предполагает внимание к его внутреннему миру: к чувствам и переживаниям, увлечениям и интересам, его отношению к себе, сверстникам, взрослым, окружающему миру, к жизни.

Список литературы:

1. Братусь Б.С. Психологический анализ изменений личности при алкоголизме. М. : Изд-во МГУ, 1974. 96 с.
2. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. 1978. № 4. С. 20 – 28.
3. Волкова Т.Г. Образ я как структурный компонент самосознания виктимной личности // Известия Алтайского государственного университета. 2013. С. 54 – 58.
4. Дёмина Л.Д., Ральникова И.А. Психологическое здоровье и защитные механизмы личности : учеб. пособие. Барнаул : Изд-во АлтГУ, 2005. 132 с.
5. Долганов Д.Н. Когнитивная коррекция аддиктивного поведения на примере алкогольной зависимости // Вопросы психологии. 2008. № 3. С. 99 – 109.
6. Реан А.А. Профилактика агрессии и асоциальности несовершеннолетних // Национальный психологический журнал. 2018. № 2(30). С. 3–12

References:

1. Bratus' B.S. Psihologicheskij analiz izmenenij lichnosti pri alkogolizme. M. : Izd-vo MGU, 1974. 96 s.
2. Bozhovich L.I. Etapy formirovaniya lichnosti v ontogeneze // Voprosy psihologii. 1978. № 4. S. 20 – 28.
3. Volkova T.G. Obraz ya kak strukturnyj komponent samosoznaniya viktimnoj lichnosti // Izvestiya Altajskogo gosudarstvennogo universiteta. 2013. S. 54 – 58.
4. Dyomina L.D., Ral'nikova I.A. Psihologicheskoe zdorov'e i zashchitnye mekhanizmy lichnosti : ucheb. posobie. Barnaul : Izd-vo AltGU, 2005. 132 s.
5. Dolganov D.N. Kognitivnaya korrekciya addiktivnogo povedeniya na primere alkogol'noj zavisimosti // Voprosy psihologii. 2008. № 3. S. 99 – 109.
6. Rean A.A. Profilaktika agresсии i asocial'nosti nesovershennoletnih // Nacional'nyj psihologicheskij zhurnal. 2018. № 2(30). S. 3–12