

Интернет-журнал «Мир науки» ISSN 2309-4265 <http://mir-nauki.com/>

Выпуск 2 - 2015 апрель — июнь <http://mir-nauki.com/issue-2-2015.html>

URL статьи: <http://mir-nauki.com/PDF/01PSMN215.pdf>

УДК 159.9

Кострикова Мария Владимировна

ФГБОУ ВО «Тульский государственный университет»
Служба психолого-педагогической помощи студентам ТулГУ
Россия, Тула.
Педагог-психолог
E-mail: m_v_kostrikova@mail.ru

Ефимова Елена Владимировна

ФГБОУ ВО «Тульский государственный университет»
Кафедра психиатрии и наркологии
Россия, Тула.
Старший лаборант
E-mail: lenoknel@mail.ru

Профилактическая программа по наркозависимости среди студентов высших учебных заведений

Аннотация. В статье представлена разработанная авторами программа по профилактике наркомании. Описаны цели, задачи, план занятия, а также структура самой программы. В приложении представлены рекомендуемые для закрепления материала тренинговые упражнения.

Ключевые слова: профилактическая программа; наркомания; аддиктивное поведение; нестабильность.

Ссылка для цитирования этой статьи:

Кострикова М.В., Ефимова Е.В. Профилактическая программа по наркозависимости среди студентов высших учебных заведений // Интернет-журнал «Мир науки» 2015 №2 <http://mir-nauki.com/PDF/01PSMN215.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

В современном обществе довольно остро стоит проблема аддиктивного поведения среди подростков и молодых людей. С каждым годом число наркозависимых растет на несколько процентов, что вызывает страх перед будущим общества и его социальным благополучием в целом (а не только отдельно взятого индивида). Данная проблема является потенциальной угрозой для населения (угрозой культурному и демографическому воспроизводству).

Данные Международной ассоциации по борьбе с наркоманией свидетельствует о том, что наркомания на сегодняшний день занимает огромное место в жизни людей. А именно: на сегодняшний день в мире насчитывается более 180 миллионов наркоманов; из жизни ежегодно уходит 250 000 человек. При этом, в России насчитывается более 10 миллионов человек, употребляющих наркотики.

Большое количество исследований (как теоретических, так и прикладных) также свидетельствует об общественной значимости наркомании среди молодежи.

Проблемами профилактики различных форм девиантного поведения, в частности наркомании, занимались такие ученые, как: А.С. Белкин, Б.Н. Алмазов, Л.И. Божович, Т.А. Шишковец, Л.С. Колесова и другие. Работы этих и других ученых широко используются при проведении исследований, но при этом они не снижают актуальности данной проблемы.

Итак, профилактические мероприятия по наркозависимости актуальны на сегодняшний день по следующим причинам:

1. современное общество характеризуется демографической, экономической, политической и социальной нестабильностью. Это ведет к росту количества форм девиантного поведения;
2. возраст первого употребления наркотиков, алкоголя и других психоактивных веществ заметно снижается. Средний возраст наркозависимых на сегодняшний день 17-18 лет.

Актуальность организации профилактики наркотических зависимостей в ВУЗах связана со значительным ухудшением показателей здоровья среди студентов России (за последние десятилетия). Это усугубляется еще и стремительным увеличением числа таких заболеваний, как: СПИД, алкоголизм, токсикомания и др.)

Цели: Повысить уровень информированности студентов по проблемам наркомании; выработать и развить навыки, предотвращающие употребление наркотиков.

Задачи:

1. Выяснить уровень информированности студентов по проблеме;
2. Проинформировать студентов о причинах и последствиях возникновения наркомании, а также возможных стратегиях поведения;
3. Ознакомить молодых людей с негативным влиянием наркотических веществ на организм;
4. Обучить навыкам распознавания признаков и причин наркомании;
5. Проверить уровень усвоенной информации у студентов, полученной на занятии.

Методы: Интерактивная лекция, тренинговые упражнения.

План:

- ✓ Наркомания как форма аддиктивного поведения;
- ✓ Виды наркомании;
- ✓ Этапы наркотизации;
- ✓ Фазы наркотического опьянения;
- ✓ Признаки наркотической зависимости;
- ✓ Психологические теории возникновения аддиктивного поведения
- ✓ Основные причины употребления наркотических веществ;
- ✓ Последствия наркомании.

ПЛАН-КОНСПЕКТ

- Знакомство (5 мин.)

Знакомство должно носить демократический характер. Педагогу-психологу следует быть доброжелательно настроенным по отношению к студентам, а также уметь заинтересовать аудиторию насущной проблемой.

- Введение (5 мин.)
- Психолог оговаривает цель и задачи профилактического занятия.
- Принятие правил, используемых на профилактическом занятии (5мин.)

Ведущий кратко объявляет правила работы и объясняет их значение.

- Актуализация проблемы и оценка уровня информированности у студентов.
- Педагог-психолог просит студентов ответить на следующие вопросы:
- существует ли проблема наркотизации в современном обществе?;
- сталкивались ли вы или ваши близкие с этой проблемой?;
- какие чувства вы испытывали, когда сталкивались с этой проблемой?;
- опасно ли это явление для подростков и молодежи, насколько?;
- как эта проблема может повлиять на наше общество в целом, если она не решится в ближайшее время?;
- знаете ли вы людей, которые погибли от передозировки?
- Информационный блок (50 мин.)
- Информирование студентов о способах приобретения практических навыков.

Напоминаем участникам, что человеку необходимо научиться принимать эффективные для него решения, чтобы в ситуации выбора он смог сказать «нет».

- Мозговой штурм «Почему люди употребляют наркотики?» (20 минут).
- Игра «Марионетки» (20 минут).
- Упражнение «Письмо в редакцию».

- Завершение работы (10 мин.)

На этом этапе нужно подвести итоги проведенной работы, выяснить, как участники усвоили информацию.

В конце занятия необходимо получить от студентов обратную связь. Следует попросить участников сказать, какие чувства у них вызвало это занятие и выразить это словесной (образ) или поведенческой (поза, жест) метафорой. Ведущий благодарит участников за внимание, сообщает свои координаты и прощается с группой.

Приложение

Используемые упражнения

Мозговой штурм «Почему люди употребляют наркотики?»

Необходимо акцентировать внимание на следующих идеях: из любопытства, от нечего делать, за компанию, назло родителям, испытать новые ощущения и т.п.

При обсуждении следует обратить внимание участников на альтернативные способы достижения определенного эффекта без психоактивных веществ.

В конце упражнения делается вывод: практически в любых ситуациях человек сам выбирает употреблять наркотики или нет. Тот, кто выбирает наркотики, тем самым выбирает и последствия, зачастую плачевные.

Игра «Марионетки»

Цель упражнения: определить чувства человека, которым управляют.

Участники разбиваются на пары. В каждой паре есть «кукла» и «кукловод». «Кукловоды» должны воздействовать на «куклы», а «куклы» должны им подчиняться.

Пример ситуации: «кукловод» управляет «куклой» так как захочет, ведет ее куда угодно и т.п. «Кукла» должна полностью подчиниться «кукловоду», даже если ей не нравится то, то он делает.

Важно, чтобы в роли "куклы" побывали все участники.

После завершения упражнения происходит обсуждение. Находившимся в роли «куклы» предлагается ответить на вопросы:

- Какие чувства вы испытывали, когда были в роли "куклы"?
- Комфортно ли вам было находиться в роли «куклы»?
- Хотелось ли что-либо сделать самостоятельно, вопреки «кукловоду»?

Упражнение «Письмо в редакцию»

Цель: формирование навыков отстаивания своей позиции (с помощью четких аргументов) на оказание помощи наркозависимому (или потенциально наркозависимому).

Участникам предлагается разделиться на 2 группы: обе группы будут представлять разные редакции молодежной газеты, которым необходимо придумать название. Затем участникам дается задание: ответить на письмо читателя: 1) Уважаемая редакция. Я находился в компании, употребляющей наркотики, где меня уговорили попробовать уколиться. Я

согласился, мне это показалось интересным. А теперь я думаю, вдруг я уже наркоман? Что мне делать?

2) Мы с моим молодым человеком переехали в другой город, где он познакомился с парнями. Теперь они очень часто собираются в гараже, пьют курят травку. Я его очень люблю и хочу ему помочь, но не знаю как.

Обе «редакции» готовят ответы, а затем зачитывают их. Каждая подгруппа оценивает ответ своих «противников» по 10-ти балльной шкале. Выигрывает та команда, которая набрала большее количество баллов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Байкова В.Г, Брюн Е.А, Гаранский А.Н. Наркомания в России: состояние, тенденции, пути преодоления. Пособие для педагогов и родителей. - М.: ВЛАДОС-пресс. 2003.- 351с. С. 248-252; 289-296.
2. Березин С.В. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании /Под редакцией С.В. Березина, К.С. Лисецкого. - М.: Институт Психотерапии, 2001–256 с.
3. Ефимова Е.В., Мельник Л.В. Мониторинг аддиктивного поведения среди студентов первого курса ТулГУ / Наркология, 2015, №1. – С. 31 - 33
4. Ивашиненко Д.М., Ильин И.В. Наркомании и токсикомании (Современная классификация, подходы к диагностике и лечению): учебное пособие. Тула: Изд-во ТулГУ, 2014. 128с.
5. Исмуков Н.Н. Без наркотиков: Программа предупреждения и преодаления наркотической и алкогольной зависимости. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001– 384 с.
6. Пашевкин О.Е, Тупикина В.А., Калоева З.С. Наркомания, токсикомания, профилактика потребления наркотических и токсикоманических веществ несовершеннолетними, выявление «группы риска» среди несовершеннолетних. Нальчик 2009. - 158с.
7. Шабанов П.Д., Штакельберг О.Ю. Наркомании: патопсихология, клиника, реабилитация /Под редакцией А.Я. Гриненко. Серия «Мир медицины» - СПб.: «Лань», 2000– 368 с.

Kostrikova Maria Vladimirovna

Tula State University
Russia, Tula

E-mail: m_v_kostrikova@mail.ru

Efimova Elena Vladimirovna

Tula State University
Russia, Tula

E-mail: lenoknel@mail.ru

Prevention program on drug addiction among students of higher educational institutions

Abstract. The paper presents the authors developed a program for the prevention of drug addiction. Describes the goals, objectives, lesson plan, as well as the structure of the program itself. The appendix lists the recommended material for fixing training exercises.

Keywords: preventive program; addiction; addictive behavior; instability.

REFERENCES

1. Baykova V.G, Bryun E.A, Garanskiy A.N. Narkomaniya v Rossii: sostoyanie, tendentsii, puti preodoleniya. Posobie dlya pedagogov i roditeley. - M.: VLADOSpress. 2003.- 351s. S. 248-252; 289-296.
2. Berezin S.V. Preduprezhdenie podrostkovoy i yunosheskey narkomanii /Pod redaktsiey S.V. Berezina, K.S. Lisetskogo. - M.: Institut Psikhoterapii, 2001– 256 s.
3. Efimova E.V., Mel'nik L.V. Monitoring addiktivnogo povedeniya sredi studentov pervogo kursa TulGU / Narkologiya, 2015, №1. – S. 31 - 33
4. Ivashinenko D.M., Il'in I.V. Narkomanii i toksikomanii (Sovremennaya klassifikatsiya, podkhody k diagnostike i lecheniyu): uchebnoe posobie. Tula: Izd-vo TulGU, 2014. 128s.
5. Ismukov N.N. Bez narkotikov: Programma preduprezhdeniya i preodoleniya narkoticheskoy i alkogol'noy zavisimosti. - M.: FAIR-PRESS, 2001– 384 s.
6. Pashevkin O.E, Tupikina V.A., Kaloeva Z.S. Narkomaniya, toksikomaniya, profilaktika potrebleniya narkoticheskikh i toksikomanicheskikh veshchestv nesovershennoletnimi, vyyavlenie «gruppy riska» sredi nesovershennoletnikh. Nal'chik 2009. - 158s.
7. Shabanov P.D., Shtakel'berg O.Yu. Narkomanii: patopsikhologiya, klinika, reabilitatsiya /Pod redaktsiey A.Ya. Grinenko. Seriya «Mir meditsiny» - SPb.: «Lan'», 2000– 368 s.