

**Учебно-методические разработки**  
**АНТИНАРКОТИЧЕСКАЯ ПРОФИЛАКТИКА В**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ:**  
**ПРОБЛЕМНО - ОРИЕНТИРОВАННЫЙ ПОДХОД**

**Содержание**

<i>Учебно-методические разработки</i> .....	1
<i>Введение</i> .....	3
<i>Глава 1. Антинаркотическая профилактика: от общего к частному</i> .....	4
1.1. Анализ подходов к построению антинаркотических образовательных программ в регионах России .....	4
1.2. Блеск теории и нищета практики: анализ низкой эффективности антинаркотической профилактики в образовательной среде .....	11
<i>Глава 2. Наркогенная субкультура в ракурсе проблемно – ориентированной профилактики</i> .....	17
2.1. Анализ социальной мифологемы «Запретный плод сладок» .....	17
2.2. Феноменология наркогенной субкультуры .....	19
2.3. Как нейтрализовать влияние наркогенной субкультуры .....	22
<i>Глава 3. Поведение подростков в пространстве их личностного и социального развития</i> .....	31
3.1. Поисковое поведение подростков и эксперименты с психоактивными веществами .....	31
3.2. Аддиктивное поведение подростков, возникающее под воздействием макро и микро среды .....	37
<i>Глава 4. Структура и содержание групповых профилактических занятий с различными целевыми группами</i> .....	41
4.1. Методы воздействия на сознание подростков в контексте групповых профилактических занятий .....	41
4.2. Тренинг – программа рефлексии личностных смыслов .....	48

4.3. Проблемно-ориентированный тренинг – программа для старших подростков (программа вторичной/третичной профилактики).....	59
4.4. Примеры использования метафоры в профилактической работе .....	78
4.5. Разработка и внедрение образовательных профилактических программ для специалистов средних учебных заведений .....	82
<i>Заключение</i> .....	87
<i>Литература</i> .....	88
<i>Приложения</i> .....	93

## Введение

В теории и практике психологической профилактики наркомании, проблемно-ориентированный подход имеет свою историю, свою функциональную специфику и научное обоснование. Однако, поскольку данный подход является онтологически более ранним, то зачастую он признается как более доступный, «легкий» в реализации и одновременно как более примитивный, имеющий скорее больше ограничений, чем возможностей. Являясь по существу подходом, ориентированным *на передачу знаний об отрицательных последствиях злоупотреблением ПАВ* он, тем не менее, не может и не должен сводиться к банальному запугиванию детей и подростков. Излагаемая в пособии авторская концепция реализации данного подхода в образовательной среде предполагает возможность постепенного зарождения и расширения в сознании подростков *аутентичного*, а значит не заимствованного, самостоятельно ими выработанного знания о последствиях бездумного экспериментирования с ПАВ. Получение подростками такого знания возможно только при условии освобождения их сознания от ранее интроецированных мифов, порождаемых столь распространенной в последнее время наркогенной субкультурой. Способы нейтрализации такого рода мифов существуют, они описаны в пособии и могут успешно применяться в процессе первичной и вторичной/третичной профилактики. Для эффективной реализации проблемно-ориентированных воздействий, специалистам-практикам необходимо найти и занять точно выверенную корректную позицию по отношению к тем поискам, которые предпринимаются подростками в целях обретения своего «я», своей идентичности. Неотрефлексированность и, как следствие, хаотичность таких поисков, являются одной из главных причин экспериментирования с наркотиками и злоупотребления психоактивными веществами в подростковой среде. Специалистам занятым сегодня построением и реализацией профилактических программ необходима достаточная осмысленность в применении того психодиагностического и психотехнического инструментария, который имеется на сегодня в арсенале психологии. Для этого в данном пособии предпринята попытка классификации методов и стадий психопрофилактической работы, осуществляемой в групповом режиме.

Автор надеется, что данное пособие может оказаться полезным школьным психологам, социальным педагогам, преподавателям валеологии и ОБЖ. Автор выражает благодарность своим коллегам оказавшим посильную помощь в подготовке данного пособия, и прежде всего Ольге и Владимиру Андрияненко при непосредственном участии которых проходила разработка и апробация тренинг-программ, а также составление текста пособия.

# **Глава 1. Антинаркотическая профилактика: от общего к частному**

## **1.1. Анализ подходов к построению антинаркотических образовательных программ в регионах России**

За последние 5-7 лет федеральные и региональные власти неоднократно инициировали создание комплексных программ, направленных на профилактику наркомании и алкоголизма среди молодежи. Однако научно-методологическое основание для создания комплексных региональных программ было заложено только после принятия Минобразованием Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в апреле 2000г. Предложенная Концепция явилась реальной основой "для разработки конкретных нормативных документов и программ в области профилактики злоупотребления ПАВ" в регионах РФ. В ней четко определены субъекты профилактики, подробно расписаны их функции, принципы профилактической деятельности в образовательной среде и многое другое. Однако в этом документе, не должны и могли быть учтены все конкретные условия его реализации на местах, т.е. в каждом регионе. А это, прежде всего, уровень квалификации специалистов, их финансовая поддержка, наличие либо отсутствие опыта в координации профилактической работы между различными государственными структурами и учреждениями, уровень коррумпированности ответственных должностных лиц и уровень социального партнерства между правоохранительными органами и общественностью.

Возросшая активность образовательных, медицинских и других учреждений, ответственных за организацию антинаркотической пропаганды, пока не приносит ожидаемых результатов, так как работа ведется, в большинстве случаев, по старым шаблонам, и, к сожалению иногда не без использования разного рода «приписок» и «отписок». Между тем, следует, безусловно, признать, что положительные результаты реализации региональных программ уже имеют место и требуют полновесного научного анализа.

Достаточно обстоятельный анализ опыта внедрения региональных программ в Российской Федерации, на наш взгляд, осуществлен специалистами Фонда НАН. Этот анализ показал, что региональная программа не может быть хаотическим набором логически не связанных позиций. Она должна определять те действия, которые будут направлены на достижение определенных стратегических целей через набор конкрет-

ных мероприятий, имеющих тактические задачи. Специалистами Фонда НАН условно определяются 4 основные стратегические цели: [11].

1. Пресечение незаконного оборота наркотиков и регламентация законного оборота наркотиков. Эту задачу должны решать правоохранительные и административные органы.
2. Первичная профилактика: внедрение идей здорового образа жизни, сознательный отказ от наркотиков, влияние на молодежную субкультуру, в том числе моду, работа с организованными детскими и молодежными коллективами и др.
3. Вторичная профилактика: работа с группами риска, организация работы на улице, изменение стандартов поведения правоохранительной системы в отношении подростка-правонарушителя и др.
4. Третичная профилактика: работа с химически зависимыми людьми, направленная на профилактику рецидива заболевания.

Разбивка по этим целям определяется спецификой технологических приемов, решающих данные проблемы. Программа должна быть направлена не на прописывание функций ведомств, а на выстраивание технологических цепочек, в том числе с помощью деятельности того или иного ведомства. *Очень важной идеологической основой программы должна быть идея выстраивания деятельности не «сверху вниз», а «снизу вверх» на основе уже проявленной и проанализированной инициативы и понимания кадрового, методологического и финансового потенциала.* Эту идею необходимо использовать при построении основ любого варианта региональной программы, так как, без этого любая программа будет строительством «воздушных замков», не будет иметь никакого отношения к реальному решению проблем, связанных с наркоманией.

На данный момент существует немало подходов к организации комплексной профилактической работы. Наиболее известны семь основных подходов к построению профилактических программ, описанных Ялтонским В.М. и Сиротой Н.А. На практике используются различные их сочетания. Основные подходы таковы [65]:

✓ **предоставление информации** – этот подход предполагает, что повышение уровня знаний о психоактивных веществах и последствиях их употреблении является эффективным средством для отказа от наркотиков. Среди нескольких вариантов этого подхода наиболее популярными является: предоставление информации о негативном влиянии наркотических веществ на организм и продолжительность жизни. Еще один способ показать неприглядные стороны употребления наркотиков – описание фактов деградации личности людей, употребляющих наркотики, ситуаций, историй и жизненных трудностей наркоманов. Это, как правило, стратегия запугивания, сознательного

вызывания страха. Чаще всего такие программы недостаточно интенсивны и непродолжительны. Тем ни менее, по мнению сотрудников Региональной общественной благотворительной организации «Центр профилактики наркомании» [18], полностью отказываться от них преждевременно. Информация о наркотических и психоактивных веществах, последствиях их употребления, заболеваниях, ими вызывающихся, способов лечения, профилактики и выздоровления должна даваться в исчерпывающем виде и вплетаться в структуру других программ, имеющих более широкие цели. Сами по себе, эти отдельно взятые методы, далеко не всегда являются эффективными. Их эффективность существенно ограничивается срабатыванием естественных психологических защитных механизмов. К программам, построенным на этой основе, относятся, прежде всего, школьный курс ОБЖ. Сегодня это единственный предмет, помимо биологии, в котором затрагиваются проблемы употребления наркотиков. Но, как правило, учителя ОБЖ ограничиваются обзором и анализом вредных последствий употребления наркотиков, не уделяя внимания куда более значительным для подростков аспектам этой проблемы.

✓ **эмоциональное «обучение»** – этот подход базируется на предположении о том, что зависимость от наркотиков чаще развивается у людей, имеющих трудности в понимании и выражении собственных эмоций. Это люди с низкой самооценкой и неразвитой способностью к сопереживанию (эмпатией), с недостаточно развитой эмоциональной сферой, имеющие в структуре своей личности так называемый «запрет на эмоции». В связи с этим они часто не накапливают опыт переживаний и принятия решения в стрессовых ситуациях. Кроме того, люди с неразвитой способностью к открытому проявлению своих эмоций обычно недостаточно общительны, скованы в проявлении чувств, низко оцениваются сверстниками и поэтому готовы любой ценой включиться в группу сверстников и быть принятыми ею – даже посредством приобщения к наркотикам. Поэтому содержание программ эмоционального обучения сводится к оказанию помощи в преодолении «эмоциональной глухоты и немоты».

Подростковая наркомания в настоящее время распространилась не только на подростков с проблемами в эмоциональной сфере, но и на многие другие группы молодых людей. Поэтому отдельно взятая эта модель, хотя и является эффективной, не может использоваться изолированно от других.

✓ **когнитивный** – подход основывается на теориях об изменении поведения и использует методы поведенческой терапии. Проблемное поведение подростка рассматривается с точки зрения функциональных проблем. Эксперименты с наркотиками могут быть попыткой демонстрации взрослого поведения, способом уйти от родительского

контроля, выражением социального протеста, вызовом по отношению к ценностям среды. Это и стремление получить новый, ранее не познанный опыт, и поиск удовольствия и расслабления, и «открытие двери» в группу сверстников, и возможность приобщиться к определенной субкультуре. Такое поведение можно трактовать как просьбу о помощи в ситуациях конфликта, напряжения, давления со стороны социальной среды, акт отчаянья, ответ на определенные нарушения в психологическом и социальном развитии. Исследователи этого вопроса описывают большое количество таких субъективных мотивов и четко устанавливают факт – употребление наркотиков в таких ситуациях является распространенным и приемлемым в поведении молодых людей. Сторонники этого подхода считают, что подростки с подобными функциональными расстройствами нуждаются в приобретении умений противостоять употреблению наркотиков. На основе такой позиции разрабатываются программы жизненных навыков, которые фокусируются на повышении у подростков устойчивости к различным негативным социальным влияниям и повышении индивидуальной компетентности. Традиционно эти программы охватывают две области: информационную и социальную резистентность. Информационный компонент заключается в изложении информации о вреде и социальной недопустимости употребления наркотиков. Социальный – представляет собой разработку планов самосовершенствования, обучение стратегиям принятия решений, устойчивости к влиянию других.

✓ **воспитание противодействия наркотикам** – этот подход фокусируется на привитии таких социальных навыков, как, во-первых, умение сопротивляться влиянию сверстников и, во-вторых, умение сказать «нет» в ответ на предложение попробовать наркотики. Первые нацелены на профилактику девиантного поведения, а вторые направлены на освещение типичных ситуаций, в которых подростку могут предложить наркотики, и стратегий, как от них отказаться.

✓ **предоставление альтернативы** – этот подход предполагает необходимость развития альтернативных социальных программ, в которых молодые люди могли бы реализовать стремление к риску, поиск острых ощущений, повышенную поведенческую активность.

Выделяют четыре варианта программ, которые основываются на предоставлении альтернативы употреблению наркотиков.

1. Предложение специфической активности (например, путешествия с приключениями), которая вызывает волнение и предполагает преодоление различного препятствий.

2. Комбинация возможности удовлетворения специфических для подростков потребностей (например, потребности в самореализации) со специфической активностью (например, занятия творчеством или спортом).
3. Поощрение участия подростков во всех видах досуговой деятельности (разнообразные хобби, клубы и т.д.).
4. Создание групп молодых людей, заботящихся об активном выборе своей жизненной позиции.

Наибольшего эффекта с помощью этих программ можно добиться при работе с подростками группы риска.

✓ **влияние социальной среды и сверстников** – подход основывается на понимании того, что влияние сверстников и семьи играет важную роль в жизни подростка. С точки зрения этого подхода важнейшим фактором развития человека является социальная среда как источник обратной связи, поощрений и наказаний. Наиболее популярными среди таких программ являются тренинги устойчивости к социальному давлению сверстников, где подростки получают «прививки» против воздействия средств массовой информации (например, в отношении легальных психоактивных веществ), против влияния родителей, употребляющих табак и алкоголь. Одним из важных подходов в программах такого рода является работа с лидерами – подростками, желающими пройти обучение с целью осуществлять антинаркотическую работу в среде сверстников. До сих пор не существует стройной модели социального влияния, объясняющей пути, приводящие к употреблению наркотиков, но есть мнение, что лидеры подростковых групп, так же как учителя и родители, влияют на установление более ответственного отношения к употреблению наркотиков и формирование определенного личного отношения к наркомании, а это действительно может снизить вероятность проб.

✓ **укрепление здоровья** – этот подход основывается на сочетании личного выбора и социальной ответственности за здоровье, где укрепление здоровья является неким объединяющим понятием и представляет собой процесс «примирения» человека с окружающей средой. С этих позиций здоровье рассматривается как источник благополучной повседневной жизни, а не как цель существования. Это позитивная концепция, берущая за основу социальные, личностные и физические возможности человека.

Важной составляющей этой концепции является жизненная компетентность. Основной деятельностью в рамках программ укрепления здоровья является развитие здоровой личности, проявляющей здоровый жизненный стиль, влияющей не только на собственное благополучие, но и способствующий позитивным изменениям среды, социальной и культурной ситуации. Группы, в которых проводится обучение здоровому



жизненному стилю, обычно охватывают школьников, поскольку именно в контексте школьного обучения возможно регулярное и систематическое образование. Кроме того, работа проводится со средой – семьей, общностью, в которой живет ребенок.

Таким образом, цели формирования здорового поведения интегрируются в школьной среде, группах взрослых и подразумевают изменение типов и структуры школьного образования. Эти действия рассчитаны на длительный позитивный эффект в результате развития личностных ресурсов людей и имеют важное значение для уменьшения употребления наркотиков среди молодежи.

*Подробная классификация типов и основных уровней построения профилактической работы* составлена группой петербургских специалистов из Региональной общественной организации «Центр профилактики наркомании» [18].

По признаку содержания деятельности эти авторы выделяют следующие **типы** профилактики:

- *Общесоциальная (неспецифическая) профилактика* – сфера деятельности, не затрагивающая непосредственно проблему употребления наркотиков, а влияющая на неё косвенно – через административные механизмы, педагогическими средствами, при помощи информационных технологий. К мероприятиям неспецифической профилактики, например, можно отнести благоустройство подъездов домов (установка замков, светильников, изоляцию подвалов и чердаков), в результате чего затрудняется доступ к потенциальным местам употребления наркотиков. К этому же типу относятся программы и мероприятия по 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 кампании в средствах массовой информации, уроки, психологические тренинги или тематические занятия для подростков, выпуск специальной литературы, терапевтические программы для потребителей наркотиков, программы снижения вреда.

Данными авторами выделены также **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 употреблении наркотиков, а также, отношения к потребителям.

В России в конце 90-х годов появилось достаточно публикаций и изданных монографий, описывающих конкретные технологии профилактики злоупотребления ПАВ, требования к разработке программы.

По первичной профилактике – это, прежде всего «Концептуальная программа профилактики злоупотребления наркотиками и другими психоактивными веществами среди подростков и молодежи», разработанная специалистами РБФ НАН. В ней содержится богатый методический материал по разработке и проведению **внутришкольных мероприятий** профилактической направленности.

По вопросам вторичной профилактики – целая серия методических пособий и сборников, выпускаемых под эгидой того же фонда, таких как «Защита прав ребенка», «Ювенальная юстиция», «Работа с детьми группы риска» [11; 12; 15; 54] и др. В данных монографиях описаны конкретные действия, которые должны войти в программу. Прежде всего, - организация уличной социальной работы, специализация судей с выделением составов судов, которые занимаются только делами несовершеннолетних, появление ювенальной адвокатуры, создание информационно – консультативных центров, куда может обратиться или позвонить как сам ребенок, нуждающийся в помощи так и его близкие и т.д. Все эти пособия отражают конкретный опыт внедрения профилактических программ и ювенальных технологий в различных регионах РФ за последние 5-7 лет.

## 1.2. Блеск теории и нищета практики: анализ низкой эффективности антинаркотической профилактики в образовательной среде

Как уже было отмечено выше, в апреле 2000 года Минобразования РФ были утверждены Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде и этапы её реализации. По сути, это стало одним из первых существенных шагов на пути к полномасштабной и тщательной разработке конкретных программ регионального уровня, определяющих стратегию и тактику реализации профилактических мероприятий в системе образования.

В Концепции отражающей почти все мыслимые аспекты проблемы, в качестве одного из направлений первичной профилактики наркозависимости заявлено внедрение в общеобразовательной среде «инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни и мотивов отказа от "пробы" и приёма наркотиков» [16].

При этом разработчики концепции рекомендуют специалистам делать акцент не столько на «традиционном проблемно-ориентированном подходе» к профилактике подростковой наркомании, сколько на профилактике ориентированной на раскрытие "ресурсов психики и личности" подростков. Авторы концепции считают, что применение проблемно-ориентированного подхода не обеспечивает достижение поставленных целей, отмечая, что «проблемно-ориентированные воздействия, безусловно, необходимы, но не достаточны» [16, 22].

На наш взгляд, явное разочарование в проблемно-ориентированном подходе к профилактике наркозависимости со стороны не только и даже не столько авторов Концепции, но многих других специалистов в разных регионах РФ, вызвано целым рядом причин требующих дополнительного осмысления.

Осмысление необходимо, поскольку *то, что признаётся недостаточным и, по сути, неэффективным, на практике, не редко, оказывается единственно возможным, доступным для реализации.*

Это, кстати, признают и сами авторы Концепции: «до сих пор не создана система целенаправленной подготовки кадров для работы с детьми и молодёжью, имеющими проблемы с употреблением наркотических средств и одурманивающих веществ» [16, 16]. А это значит, что ещё, как минимум, два-три года во многих средних образовательных учреждениях РФ профилактика зависимости от ПАВ будет проводиться в большинстве случаев только в традиционном «проблемно-ориентированном» ключе. Возникает вопрос: как сделать это единственно доступное, а во многих случаях и необ-

ходимое, более эффективным? Мы попытаемся ответить на него начав с анализа типичных, на наш взгляд, ошибок допускаемых, как в реализации, так и в оценке проблемно-ориентированного подхода в образовательной среде.

Особо подчеркнём, что приведённый нами ниже анализ ошибок не связан с нашим желанием попрекнуть кого-либо в слабой организации профилактических мероприятий. Не вина, а беда современных школ состоит в том, что их администрация сегодня, при всём своём желании, не может найти квалифицированных специалистов соответствующего профиля. Итак, нами выделено три группы ошибок:

### ***1. Ошибки в организации времени и места.***

➤ Профилактическая работа в учебных заведениях проводилась и до сих пор ещё, по «старинной традиции», проводится, во внеурочное время, т.е. после пятого, шестого урока, в лучшем случае на классных часах. Это значит, что школьники вынуждены воспринимать необходимую для них, жизненно важную информацию, когда они уже и без того «загружены» учебным материалом, эмоциональными реакциями друг на друга и учителей. Многие школьники, к моменту окончания уроков испытывают голод, могут быть физически утомлены. В таких ситуациях даже удачно подобранная и грамотно поданная информация воспринимается фрагментарно, не анализируется, а при выраженном эффекте «запредельного торможения» может быть и вовсе проигнорирована.

➤ Когда некую информацию задвигают на «потом», на самое неудобное время, у нас, как правило, создаётся впечатление, что это менее важная, менее значимая информация. Такие же реакции и оценки возникают у школьников. И они более чем усиливаются у них, когда подростки получают эту информацию на так называемых общешкольных мероприятиях, при немалом скоплении шумного школьного народа создающем атмосферу футбольного стадиона и, как следствие, «эффект толпы», в которой, как известно, сознание многих подростков «делится на двое».

### ***2. Ошибки в выборе форм подачи материала, его структуры и содержания.***

➤ Проблемно-ориентированная первичная профилактика часто строилась на основе монолога, а в лучшем случае жестко регламентированного диалога с аудиторией слабо подготовленных и не вполне компетентных в вопросах подростковой наркомании «ответственных лиц». Если такими «ответственными лицами» выступали представители педагогического коллектива школы, то зачастую не принимался во внимание характер их взаимоотношений с подростками группы риска в прошлом. Негативный опыт взаимоотношений между людьми в прошлом, как известно, приводит к возникновению коммуникативных барьеров между ними в настоящем.

➤ Зачастую в качестве приемов и методов реализации проблемно-ориентированной профилактики использовались и используются по сей день, только те, что основаны на директивном воздействии - прямое убеждение, запугивание и т.п.

➤ В фокусе проблемно-ориентированной профилактики часто находились только моральная оценка и, разного рода, последствия употребления ПАВ «плохими» мальчиками и девочками. В тоже время, на второй план «задвигалась» психологическая незащищённость детей и подростков, их неподготовленность к воздействиям наркосреды и информационно-агрессивной наркокультуры, взрывное развитие, которой явилось побочным эффектом либерализации СМИ и общества в целом, в начале 90-х годов.

➤ В активно разрабатываемых в последние годы, на федеральном и региональном уровне, образовательных программах таких дисциплин как ОБЖ и валеология, предусмотрена «раздробленная» подача информации антинаркотической направленности: с 5-го по 11-й класс от 2-х до 8-ми часов в течение учебного года. Такая раздробленная подача материала, на наш взгляд, оправдана только отчасти, в отношении дифференцированной по возрастным показателям информации о медицинских и социальных последствиях наркомании. Но ведь помимо информации предупредительного характера, школьники должны получать умения и навыки эмоциональной саморегуляции, навыки поведения в ситуации группового давления и т.д. Получить и закрепить эти навыки подростки могут, если только учителю не приходится думать о том, что до звонка осталось 10-ть минут и поучаствовать в той или иной сцене/игре сегодня все уже не успеют. К сожалению, до сих пор еще нет эффективных административных механизмов, обеспечивающих реализацию групповых тренинговых занятий по профилактике наркомании среди школьников. Такие занятия должны проводиться систематично, планомерно и в учебное время, а не после уроков по т.н. обязательным дисциплинам или на каникулах, что зачастую практикуется в школах. Эпидемия наркомании приобрела уже такие масштабы, что трудно представить нечто более обязательное для современных школьников, чем формирование у них знаний и навыков здорового образа жизни.

### ***3. Ошибки в оценке содержания и эффективности профилактических мероприятий.***

Проблемно-ориентированная профилактика наркозависимости всегда находилась под спудом известной мифологемы: "Запретный плод сладок!" И, как следствие, до сих пор ни у кого нет уверенности в том, что проблемно-ориентированная профилактика не добавляет сладости легальным или нелегальным наркотиком. Эта неуверенность, зачастую выраженная в отсутствии осознанной, последовательной позиции сквозит в тех

мероприятиях, которые проводятся в школах "ответственными за антинаркотическую пропаганду". Подростками эта неуверенность "взрослых" считается безошибочно, воспринимается как доказательство от противного, что, в конечном счете, и приводит к отрицательному эффекту, который связывается затем с самим подходом. Не случайно, что многие сегодня воспринимают проблемно-ориентированную профилактику как пропаганду фатально и целиком ориентированную «на запрет», запрет бесполезный и даже вредный, поскольку кажущиеся вкусовые достоинства "плода" от этого только выигрывают. Столь же ошибочным является ожидание скорых и впечатляющих результатов на фоне эпидемически распространяющейся наркотизации, а также последующее разочарование реальными достижениями. Даже после серии удачно построенных на уровне школы или города мероприятий, в сложившейся ситуации, не стоит питать особых иллюзий.

Не вызывает сомнений, что указанные просчеты отразились как на общей оценке профилактических мероприятий в общественном мнении, так и на частной оценке проблемно-ориентированного подхода.

В связи с этим, всё больше упования и надежд в последнее время направлено на *программы, ориентированные на раскрытие внутренних ресурсов* подростков. В содержании групповых занятий по данным программам акцент сделан на формировании жизненных навыков и развитии общей социально-психологической компетентности подростков, способности к самопринятию и сопереживанию окружающим, на развитии у них умений ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели, а также достигать их, изменяя свою жизнь к лучшему [47; 31]. Безусловно, разработка таких программ необходима. Но они должны быть практически реализуемы, причём в условиях не только крупных индустриальных центров, но и российской провинции. И для реализации их требуется, на наш взгляд, кадровый потенциал более высокого уровня, чем для выполнения задач проблемно-ориентированной профилактики.

Вторым не менее важным фактором, влияющим на реализуемость "ресурсораскрывающих" программ, на наш взгляд, является время. Поскольку доступ к внутренним ресурсам у многих отличающихся аддиктивным поведением, подростков заблокирован серийными эмоциональными травмами, патологией внутрисемейных отношений, искажениями личностного развития и т.п., это работа не двух часов и даже не двух месяцев [25; 32; 56]. Вопросы качества специалистов, затраченного ими времени и его оплаты, становятся решающими и трудноразрешимыми.

Практика последних лет показала, что существует опасность развития и таких случаев, когда наставникам и воспитателям различного профиля удаётся отвлечь под-

ростков "группы риска" от экспериментов с ПАВ только путем "замены" одной формы аддиктивного поведения на другую. У подростков возникает, например, устойчивая психологическая зависимость от сверхзначимых для них лиц и идей [39]. Устранить за относительно короткий срок глубинные причины искаженного личностного развития и невротических симптомов ведущих к злоупотреблению ПАВ, с помощью раскрытия внутриличностного потенциала, специалистам удаётся значительно реже.

В результате исследования региональной специфики распространения наркомании, мы установили, что, на данный момент, внутришкольные мероприятия по первичной и вторичной профилактике должны включать поэтапное проведение специализированных тренинг - программ как минимум с двумя целевыми группами учащихся. Это младшие подростки и учащиеся старшего подросткового и юношеского возраста.

Анализ социально-психологических характеристик этих двух групп позволил нам выделить следующие *критерии для оптимизации структуры и содержания групповых профилактических занятий*:

1. Возраст и пол учащихся.
2. Наличие /отсутствие психотравмирующего опыта.
3. Психологическая готовность учащегося к первичному опыту употребления ПАВ.
4. Врожденные и наследственные факторы риска.
5. Наличие/отсутствие первичного и последующего опыта употребления ПАВ.
6. Социальное положение семьи учащихся.
7. Степень развития наркосреды и наркогенной субкультуры в районе проживания учащегося.
8. Стереотипы группового восприятия подростков, влияющие на их эмоциональную и интеллектуальную оценку содержания профилактических занятий и конкретных лиц, осуществляющих их проведение.
9. Актуальные и фрустрированные (как осознанные так и не осознанные) потребности учащихся.

На основе данных критериев необходимо проводить подстройку структуры и содержания групповых профилактических занятий для каждой конкретной группы подростков (класса), дабы избежать многих из указанных выше ошибок, сделать их более корректными и адресными. Например, нецелесообразно и даже порой вредно начинать с проблемно – ориентированных занятий профилактику среди младших подростков, развитие которых не сопровождается множеством известных факторов риска. Однако для группы старших подростков, в числе которых не мало имеющих первичный опыт

употребления наркотических веществ проведение проблемно – ориентированной профилактики является обязательным.



## Глава 2. Наркогенная субкультура в ракурсе проблемно – ориентированной профилактики

### 2.1. Анализ социальной мифологемы «Запретный плод сладок»

О наркогенной или, в других версиях, "наркоманской" субкультуре и её влиянии на сознание молодежи за последние годы стали писать и говорить всё чаще. Многие авторы, серьезно исследующие проблемы распространения и профилактики наркомании, представили свои версии зарождения и развития данного явления и свои описания механизмов влияния наркокультуры на индивидуальное и групповое сознание [23; 30; 32]. Вместе с тем исследователи признают сложность определения принципов и условий эффективной нейтрализации наркогенной субкультуры в рамках антинаркотических мероприятий.

Для начала обратимся, к анализу одного из самых известных и наиболее ранних описаний проблемно-ориентированной психопрофилактики - библейской истории об искушении Адама и Евы змеем. Её можно рассматривать и как выражение архетипического знания и многовекового опыта человечества, и как действенную психолого-педагогическую метафору, предложенную нам Свыше.

Итак, "насадил Бог рай в Эдеме, на востоке...", предложив первым людям есть плоды "от всякого дерева в саду, кроме плодов от дерева познания добра и зла" (Бытие 2:7-22). При этом Бог *не наложил запрет* на приближение к данному дереву, *но предупредил людей о последствиях*. В библейском тексте нет даже намёка на то, что у Адама и Евы сразу после этого предупреждения возникло восприятие запретных плодов *как сладких*. Более того, в тексте подчеркивается, что дерево показалось Еве "хорошим для пищи" и «приятным для глаз» только после слов «змия», т.е. фактически после искусной манипуляции с его стороны (Бытие 3:1-23).

Отметим также, что, судя по тексту Библии, у первых людей, сразу после предупреждения Бога, не возникло чувство недостатка в чем-либо, обделённости чем-либо в отношении «райских» материальных благ. Но для того чтобы отвергнуть, без всяких сомнений, предложение змея, им вероятно, не доставало:

а) внутренне выстраданного аутентичного знания о печальных последствиях нарушения божественной заповеди;

б) знания о коварстве «змия», которое, судя по тексту Библии, оказалось неожиданностью не только для них, но и для Бога.

Запретный плод оказался горьким - вместо сладости он принёс только стыд наготы и чувство страха перед Богом. А в чуть более отдалённой перспективе – изгнание из

Эдема и участь смертных. Миф о сладости родился из ничего, из пустоты. Или его (мифа) никогда и не было, и всё дело в некорректной формулировке выводов по данной истории, закрепившихся в массовом сознании? Из текста библейской истории, даже при очень больших натяжках, трудно сделать вывод: «запретный плод всегда сладок», который, к сожалению уже давно воспринимается как аксиома. Напрашиваются совсем другой вывод: запретный плод всегда *кажется сладким в устах искусителя* (кто бы им ни был).

Эту историю полезно заново пересматривать и переосмысливать в процессе профилактической работы с детьми и подростками для того, чтобы они могли самостоятельно прийти к выводу о том, что довольно часто запретный плод «сладок» лишь «на словах» или со слов тех, кто его предлагает и горек в действительности.

Зачитывая эту библейскую историю и подробно разбирая с подростками её аналогии из современности, мы предлагали им выбрать одно из двух предложенных ниже резюме - то, которое более соответствует их личным выводам по данной истории:

- а) запретный плод всегда сладок;
- б) зачастую запретный плод только кажется сладким.

Проведите такой эксперимент, и вы увидите, что как минимум 8 из 10 подростков выбирают второй вариант.

Развивая высказанное, не трудно прийти к выводу: запрет, как таковой, далеко не всегда влечет за собой желание нарушить его, а только в тех случаях, когда он «перекрывается» дополнительной альтернативной по своему смыслу и характеру информацией. И хотя в науке по данному вопросу нет единого мнения [21], на наш взгляд, большинству представителей рода человеческого вовсе не свойственно идти «против рожна», постоянно нарушая запреты, *если только информация о негативных последствиях их нарушения не содержит явный или скрытый вызов, не противоречива и, что не менее важно, поступает оперативно.*

Если теперь мы вернёмся в "наш" временной и событийный контекст: сколько молодых людей и подростков в последние годы пристрастилось к наркотикам главным образом - в силу постоянного присутствия "соблазняющей информации," в различных формах заполонившей современное медиа - пространство и городские ландшафты? Обобщённые данные социологических опросов и наш анализ исповедей молодых наркоманов [1; 6; 8], показывают, что для *подавляющего большинства* молодых людей роковым оказывается соединение естественного любопытства с наивным доверием к обещаниям современного «змея» - наркогенной субкультуры.

## 2.2. Феноменология наркогенной субкультуры.

Наркогенная субкультура представляет собой относительно стройную систему социальных мифов, формирующих в свою очередь массовые и персональные иллюзии, шаблоны мышления и стереотипы восприятия, функционирующие как на сознательном, так и на подсознательном уровне [22;23;17;20]. Основной функцией наркогенной субкультуры является "помощь" отдельным лицам и социальным группам в построении инфантильно-деструктивных механизмов психологических защит, так или иначе связанных с злоупотреблением ПАВ. Дефицит позитивных переживаний и стрессы современной жизни на наш взгляд не могут рассматриваться как самостоятельные, самодостаточные причины массового распространения алкоголизма и наркомании. И только в сочетании с воздействием наркогенной субкультуры и наркосреды они становятся "необходимыми и достаточными условиями".

При всем разнообразии вербальных посылов и формулировок наркогенных мифов, их совокупный смысл, на наш взгляд, вполне можно соотнести с лукавым обещанием библейского змея: "не умрётё, но будете, как Боги!" К сожалению, посредниками, агентами-распространителями этих мифов, в настоящее время, выступают не только распространители наркотиков, но и представители самых различных социальных групп и общественных институтов, включая электронные СМИ. Пресловутая международная наркомафия, на наш взгляд, не столько создаёт, сколько использует наркогенную субкультуру в своих целях.

Наркогенная субкультура (далее НС) существует тысячелетия, "подпитываясь" деструктивными, иррациональными влечениями из "реликтовых" уровней человеческой психики - т.н. бессознательного. НС всё время видоизменяется, приспособляясь к экономическим, культурно-историческим реалиям каждой эпохи и каждого этноса. За последнее столетие её развитие, подкреплённое маркетинговыми технологиями и более чем лояльной системой законодательства, приобрело интенсивный и слабо управляемый общественным мнением характер. Легализованное внедрение НС в сознание современных детей начинается уже с первых лет их жизни – через рекламу «безобидных» «чупа-чупсов», «марсов», «кэтбери», «финтов» и прочих т.н. «высокогликемических» продуктов, способных вызывать резкие перепады настроения даже у взрослых [53]. Тотальная безальтернативная пропаганда употребления легализованных «слабых» наркотиков (называемая в СМИ рекламой), неминуемо обеспечивает спрос и формирование зависимости от них у большинства её потребителей уже с юных лет. Они привыкают к мысли, что сигареты действительно их успокаивают, как ничто другое, без кофе они не могут думать, а плитка шоколада обеспечивает суточную потребность организма в ви-

таминах. А затем, по мере взросления, происходит «плавный переход» к зависимости от более сильных ПАВ «гарантированного» меньшинства из них. По приблизительным данным ВОЗ, в среднем у 15% от каждого поколения.

Известная по серии своих научно-популярных книг, Рената Равич, в одной из них [39] приводит результаты экспериментов известного американского исследователя Роджера Вильямса, проведённых на крысах. «Когда крыс кормили стандартной пищей американского школьника: гамбургеры, сосиски, конфеты и кока-кола (а как вы можете заметить, большой разницы в еде наших школьников, увы, нет), у этих экспериментальных животных возникала потребность в спиртных напитках». При переходе на сбалансированную и полноценную диету, эти животные «добровольно отказывались от алкогольных напитков». Данные этих и подобных экспериментов просто необходимо доводить до сведения современных пап и мам уже в дошкольных учреждениях, тем более в школах. Даже если прислушаются и соответствующим образом скорректируют своё поведение только 20% из них – это будет неплохим результатом. К сожалению, многие родители впервые начинают задумываться о внутрисемейных "факторах риска", только после того как в поведении их детей происходят серьёзные перемены к худшему.

К сожалению, НС во все времена имела в своем смысловом пространстве, явные и неявные точки пересечения с молодежной и криминальной субкультурами, что значительно усиливает её приспособляемость и агрессивность. Самарские учёные С. В. Березин и К. С. Лисецкий отмечают «широкую доступность так называемых «вовлекающих» наркотиков и включение их в молодёжную субкультуру, что обеспечивает рекламу наркотиков и снижение «порога страха» перед их применением, существование налаженной системы вовлечения в употребление наркотиков детей и подростков, изменение структуры наркомании от болезни, характерной для определённого круга лиц (социально не благополучные, страдающие психическими нарушениями, имеющие криминальное прошлое) к состоянию характерному для большей части молодёжи» [2].

Следует признать, что до настоящего времени, органы и системы ответственные за образовательно – профилактическую работу реагируют на динамичные изменения наркосреды и НС с явным запаздыванием. В 2001 –2002 гг. нами проводился сравнительный анализ воздействия на сознание подростков наркогенной субкультуры и "стандартизированных" образовательно–профилактических программ проводимых в средних учебных заведениях РФ. Если быть точнее, анализировались не программы, а те "мероприятия" которые проводились в целях их реализации: круглые столы, встречи с наркологом (и др. специалистами), конкурсы плакатов, лекции "О вреде..." и т.п. Ре-

зультаты этого анализа, структурированные по пяти выделенным нами характеристикам, представлены в таблице 1. На их основании можно сделать вывод о том, что необходимо изменить в разработке содержания и реализации профилактических программ дабы применяемые в их рамках методы, формы и способы воздействия были адекватны по силе своего воздействия НС.

Таблица 1

Характеристики воздействия.	<b>Наркогенная субкультура как агрессивная информационная среда</b>	<b>Образовательно-профилактические программы</b>
<i>Воздействие на сознание через систему «субъект - субъект»</i>	Воздействует либо обезличенно, либо через харизматические персоны (кумиры рок музыки, кино, спорта), которые зачастую идеализируются подростками, являются культовыми героями и "не навязывают свою точку зрения".	Воздействие, прежде всего через личность педагога, отношение к которому в большинстве случаев отрицательное, особенно у группы риска. В редких случаях личность педагога оценивалась как яркая, неординарная, т.е. способная преодолевать возрастные границы, стереотипы подростков.
<i>Порциальность воздействия по времени и объемам информации (в том числе новой информации).</i>	Воздействие производится постоянно, но без временных и информационных перегрузок (5-10 мин. в среднем) - журналы, песни, беседы со старшими друзьями. Ежедневно новая информация дается не в запредельных для восприятия объемах и без излишней терминологии.	Воздействие производится с перерывами в несколько недель или месяцев, и, как правило, сопровождается информационной бомбардировкой, т.е. информация останется не воспринятой. Более 40% новой информации, как известно, вызывают у аудитории депрессию и агрессию.
<i>Социально-психологический аспект информации с точки зрения подростков.</i>	Информация "от молодежи и для молодежи" - предназначена для развлечения и повышения группового статуса.	Информация, в целом по своему характеру - "от старшего поколения к младшему" - предназначена для запоминания и для изменения привычных взглядов, связей, отношений, т.е. для изменений, требующих индивидуальных усилий.
<i>Стимуляция конкретных сфер, уровней организации психики.</i>	Информация ориентирующая, стимулирующая, прежде всего, эмоционально-аффективную сферу подростка и не требующая серьезного размышления (правое полушарие).	Информация апеллирующая прежде всего к рациональному мышлению и вербально-логическим способностям подростка (левое полушарие). Но они не всегда развиты.
<i>Наглядность, привлекательность информации</i>	Информация подается либо через грамотно построенную рекламу в молодежных печатных изданиях, либо встроена в сюжеты теле – видео программ, худ. фильмов, боевиков, мелодрам, либо расположена на интернет сайтах, имеющих особую привлекательность для подростков и молодежи.	Дефицит наглядных материалов и хорошо иллюстрированных пособий вынуждает делать упор на вербальный канал передачи информации. Нехватка ЗУН передачи информации посредством игровых форм.

### 2.3. Как нейтрализовать влияние наркогенной субкультуры на подростков

На сегодняшний день уже никто уже не уповает на "эффективность" в борьбе с наркоманией (а значит и НС) широкомасштабных пропагандистских акций а-ля «Рок против наркотиков». Напротив, большинство специалистов указывают на целесообразность проведения психопрофилактической работы с небольшими группами до 20-25 человек, в которых относительно легко установить искреннюю доверительную атмосферу. Практика доказывает, что в таких небольших группах скорее возникает откровенный разговор о возможных опасностях сопровождающих употребление тех или иных наркотиков, не вызывающий актуализацию нездорового интереса к ним. В благоприятной для корректных и долговременных психологических изменений атмосфере, подростки, в том числе и те из них кто «уже попробовал», вполне способны воспринять информацию о воздействии на их сознание НС. Однако, следует учитывать, что многие наркогенные мифы *неосознанно интроецируются* современными подростками, т.е. они воспринимают их как часть «нормальных», характерных для большинства, а значит верных представлений о человеческой природе и мире в целом. Современные психологические исследования доказывают возможность влияния наркогенных мифов на прогностические функции интеллекта, на характер предвосхищения эффекта получаемого от употребления ПАВ, на восприятие и оценку человеком психофизиологического опыта возникающего при опьянении (Братусь В.С., Сидоров П.И., 1984). Вместе с тем, в сознании подростков, они присутствуют в полуосознанной, неартикулированной форме. Подростку, имеющему такого рода интроекции, зачастую, крайне сложно вразумительно ответить, объяснить не только другим, но и себе самому, почему он считает тот или иной образ жизни, поведенческий стереотип «крутым», престижным и т.п. *Однако, если в процессе профилактической работы наркогенные мифы предъясняются подросткам в чётко и корректно сформулированном виде, то, как правило, им намного легче провести критический анализ их содержания и выразить своё, самостоятельное мнение относительно их истинности/ложности.* В приложении 1 приведена авторская разработка методики, направленной на диагностику предрасположенности респондентов к интроекции наиболее опасных на данный момент наркогенных мифов. Дабы избежать непонимания и возможных упреков, особо подчеркнём: всё многообразие содержания и интервенций НС невозможно свести к двум-трём десяткам формулировок или суждений. Мы и не ставили перед собой такой задачи т.к. считаем, что гораздо важнее дать подросткам навыки самостоятельного распознавания настоящих и будущих наркогенных мифов. Данный опросник позволяет не только проводить диагно-

стику, но и направлять, «опредмечивать» аналитическую и рефлексивную деятельность подростков.

В ниже приведённой таблице даны примеры вербальных интервенций направленных на нейтрализацию представленных в опроснике наркогенных мифов. Они могут быть легко освоены и использованы специалистами в ходе проведения профилактических мероприятий в образовательных учреждениях. Как показывает практика, диагностика уровня предрасположенности подростков к интроекции наркогенных мифов позволяет в дальнейшем построить содержательный разговор о наркотических веществах и их влиянии на человека, и добиться более глубокого осознания ими данной проблемы.

Мифы наркогенной субкультуры	Информация, нейтрализующая наркогенные мифы
<p>1. Если у Вас сильная воля и трезвый взгляд на мир, Вы никогда не станете наркоманом, даже попробовав на себе пару раз, действие сильных наркотиков.</p>	<p>Даже если у Вас сильная воля уже первые пробы наркотиков (особенно опиатов) приводят к необратимым физиологическим изменениям в волевых центрах мозга. Разрушаются клетки мозга, ответственные за волевые усилия, самоконтроль. Их микрочастицы попадают в кровь, затем выводятся из организма естественным путем (через мочу). Таким образом, волевые центры мозга «тают» уже в результате первых доз. Именно поэтому зафиксированы многие случаи, когда известные спортсмены, мастера спорта, которые отличались волевыми качествами, подсаживались на иглу также быстро, как и остальные люди. Перенос человеком своих волевых качеств и способностей к трезвой оценки каких-либо явлений из одной области деятельности (н-р спорт, бизнес) в другую, т.е. в сферу экспериментирования с наркотиками, является абсолютно необоснованным и часто приводит к печальным последствиям.</p>
<p>2. Многие знаменитости (актеры кино, музыканты и т.п.) балуются самыми разными наркотиками время от времени, но при этом у них нет зависимости, и они остаются в отличной физической форме.</p>	<p>По данным американских журналов «Нью-Йорк Таймс» более 1/3 знаменитостей являются постоянными клиентами психологов, психотерапевтов, наркологов, обращающихся с проблемой зависимости от наркотиков. При этом они затрачивают огромные деньги для прохождения периодических курсов лечения (примерно 1 раз в полгода). Но в тоже время многим из них не помогает даже это:</p> <p>1977г. – Элвис Пресли, умер от сердечного приступа, вызванного употреблением наркотиков (в 42 года);</p> <p>1979г. – Джон Бонем, барабанщик группы Led Zeppelin умер в 33 года от чрезмерного употребления наркотиков и алкоголя;</p> <p>1980г. – Бон Скотт, вокалист группы AC/DC – захлебнулся рвотными массами, употребив алкоголь и героин одновременно, в 33 года;</p> <p>1994г. – Курт Кобейн, вокалист группы Nirvana, покончил собой на фоне употребления наркотических веществ в 26 лет и т.д. Всего несколько десятков, только из числа всемирно известных музыкантов.</p>
<p>3. Многие из тех, кому сейчас за 30, в юности и молодости периодически употребляли самые разные наркотики, однако, физически зависимыми от них стали только единицы из них.</p>	<p>Молодость тех, кому сейчас за 30, проходила в середине 80-х годов, в то время, когда по подсчетам специалистов общий объем незаконного оборота наркотиков был меньше, как минимум в 40 раз, а преступления связанные с употреблением и продажей наркотиков, составляли не более 5 % от общего числа преступлений среди молодежи. На территории Российской Федерации наркотики, даже такие как анаша, были редкостью в молодежной среде. Поэтому, многие из тех, кому сейчас за 30, в худшем случае стали алкоголиками, но не наркоманами, за исключением единиц.</p>



<p>4. Курение анаши и других производных конопли даже в течение долгого времени отражается на здоровье не более, чем курение табака и не вызывает зависимости.</p>	<p>Длительное курение анаши (2-3 года) постепенно вызывает отклонения в психике, схожие с шизофренией, т.е. хаотичность мышления, склонность к причудливому, искаженному, извращенному, гипертрофированному воображению, некритичность самооценки, которые возникают под воздействием производных конопли, закрепляется в сознании человека, и остаются на протяжении всей жизни. При этом ученые установили, что производные конопли резко снижают половую потенцию и влияют на генотип, отражаясь на здоровье и психическом состоянии потомства.</p> <p>Употребление конопли не вызывает такой сильной физической зависимости (как при опиатах), но при этом возникает сильная психическая зависимость, выраженная в тоске, скуке, пассивности, апатии, депрессии, ощущении «никчемности жизни» и т.д. Сами употребляющие, как правило, не связывают данные проявления психики с воздействием канабиоидов. Это и влияет на живучесть мифа о безвредности употребления анаши.</p>
<p>5. Если употреблять сильный наркотик (например, героин) не более чем раз в два-три месяца, то благодаря большим перерывам между дозами зависимость не возникает.</p>	<p>Благодаря этому распространенному заблуждению, среди молодежи можно услышать такие разговоры: «Нет, она не сидит на игле, она просто время от времени подкалывается». Если проследить судьбу таких «подкалывающихся», то почти в 100 % случаях наблюдается незаметное для них самих «сползание» в «систему» т.е. в полную зависимость.</p> <p>Уже после первой пробы на клеточном уровне возникает память об эйфорическом эффекте от наркотиков, которая подсознательно заставляет искать поводы или оправдания для очередной пробы. Постепенно перерывы между пробами сокращаются, что приводит к зависимости (физической и психологической). Период между второй и последующими дозами, даже если он длится 2-3 месяца, на языке медицины называется периодом латентного или скрытого развития зависимости и часто сопровождается самообманом, типа: «Если я целыми днями мотаюсь на машине, зарабатываю деньги и не вспоминаю об этом, то о какой зависимости может идти речь!?!»</p>
<p>6. Некоторые наркотики развивают мышление, воображение, раскрывают в человеке таланты и приносят творческое вдохновение художникам, поэтам.</p>	<p>Наркотики в период их воздействия на психику действительно обостряют работу сенсорных органов – органов восприятия (зрение, обоняние, осязание, слух, вкус), но они же и искажают восприятие действительности, и притупляют способность человека к полноценному восприятию мира в нормальном состоянии. Известные и зрелые, состоявшиеся музыканты, художники, композиторы называют обращение к наркотикам для вдохновения «дилетантской блажью». В целом наркотики, быстро истощают творческие и психические ресурсы человека, делая его роботом, все более шаблонно мыслящим. Восприятие продуктов творчества, рожденных в наркотическом опьянении как гениальных, происходит только в наркотическом состоянии, и как правило после возвращения в нормальное состояние они не вызывают ничего кроме разочарования.</p>

<p>7. Во многих странах востока подавляющее большинство мужского населения курит «травку» в течение всей жизни.</p>	<p>Во многих странах востока (Пакистан, Китай, Иран, Ирак) введена смертная казнь или как минимум пожизненное заключение не только за продажу, но и за употребление наркотиков. Причем решение о смертной казни принимает совет старейшин того или иного селения без длительных судебных разбирательств на основании законов шариата. Миф, о том, что большинство мужского населения на ближнем востоке курит «травку» в течение всей жизни возник в связи с тем, что за последние десятилетия усилился поток наркотических веществ из Афганистана и Пакистана в Россию. Однако население этих стран выращивает наркотики исключительно для продажи в страны бывшего СНГ и Европы.</p>
<p>8. В России приняты неоправданно жестокие законы в отношении лиц, употребляющих наркотики.</p>	<p>В России в отличие от Америки и ряда стран Европы не разработаны законодательно-судебные механизмы, обеспечивающие принудительное лечение наркоманов. Поэтому в России наркоманы обладают большей свободой выбора, т.к. после первого задержания им, как правило, дают 1 – 1,5 года условно. В то время как их зарубежных «коллег» на западе в судебном порядке обязуют к принудительному лечению.</p>
<p>9. Внутренний мир наркомана, как правило, более утончённое и богаче по сравнению с внутренним миром алкоголика.</p>	<p>Даже если человек имел богатый внутренний мир к началу «наркотической карьеры», то наступающая психическая деградация личности приводит к упрощению интересов, взглядов. Все внутренние переживания сводятся к негативным чувствам по поводу отсутствия наркотика, а также к самоуничижению, связанному с необходимостью предавать других и поступаться самым святым ради очередной дозы. Примерно те же самые чувства возникают и у алкоголика. В целом же можно сказать, что внутренний мир наркомана зависит от того, чего он успел достичь до формирования зависимости. А к 15-20 годам человек даже не успевает сформироваться как личность, т.е. понять: кто он, на что способен и зачем живет.</p>

<p>10. Употребление человеком «слабых» наркотиков, в той или иной степени повышает риск его перехода на более сильные наркотики.</p>	<p>Согласно классификации ВОЗ к слабым наркотикам относятся: сахар, кофе, табак. (А не марихуана и другие производные конопли как думают некоторые, поскольку последние причислены к активным галлюциногенам). И эти слабые наркотики признаны таковыми, поскольку они незаметно, но весьма ощутимо воздействуют на эмоциональную сферу человека, подрывая способность к саморегуляции, самоконтролю и критическому мышлению. Особенно это сказывается на созревающем организме и несформированной психике, т.е. до 24 лет.</p> <p>Что касается пива, то специалисты посчитали, что если на бутылке написано что в ней содержится 5% алкоголя и при этом добавлено "об.", то это значит, что в данной бутылке содержится 20 г. чистого спирта или около 50г. водки. Выпив 2 таких бутылки пива человек, по сути, выпивает пол стакана водки. Но 1 бутылка с 9% уже равна 100 г. водки, в то время как безопасная суточная доза этилового спирта для мужчин – 24г., для женщин – 16г. К тому же в пиве содержатся токсические ядовитые вещества мономины и среди которых есть кадаверин, т.е. трупный яд. В пиве содержатся женские половые гормоны, поэтому те мужчины которые много пьют пиво приобретают феминизированные черты (бедр, животы, грудь).</p>
<p>11. Если человек, употребляющий наркотики, полностью уверен в том, что он в любой момент, когда захочет, может бросить, значит так и будет.</p>	<p>Как правило, 100% начинающих свято верят, что бросят в любой момент. Дальше вступает в силу механизм самообмана, несмотря на то, что периоды приёма сокращаются, а дозы возрастают. Многие из тех, кто уже не может вырваться из наркотической зависимости, свидетельствуют о том, что они также верили в миф «Стоит только захотеть», но это была абсолютно беспочвенная, наивная и "детская" уверенность...</p>
<p>12. Существуют способы употребления опиума и героина без возникновения зависимости, известные некоторым людям и успешно применяемые ими.</p>	<p>Это ложное суждение, которое активно распространяется теми, кто продает наркотики, для того, чтобы другие поверили, что есть «легкие пути отхода» и они могут ими воспользоваться. Иногда эти мифические способы люди придумывают для себя с целью оправдания первых проб. Для примера можно рассказать притчу «Три секретных способа» (см. гл.4).</p>
<p>13. Если героин не вкалывать в вену, а вдыхать через нос (нюхать), то зависимость от него, как правило, не возникает.</p>	<p>Данным выражением пользуются продавцы наркотиков. Обонятельная система тонко связана с нервной системой, и героин быстро поступает в мозг. Зависимость от героина путем вдыхания через нос возникает быстро, но менее заметно для употребляющих. Контент-анализ 1500 медицинских карт наркозависимых, состоящих на стационарном учете, показал, что вдыхание героина через нос, является типичным этапом в начале формирования зависимости.</p>

<p>14. Каждый человек имеет право сам решать, употреблять ему наркотики или нет - это его сугубо личное дело.</p>	<p>Как правило, решение принимается единолично, но от последствий этого шага страдают многие. Это, прежде всего родители и близкие наркомана, обеспокоенные его судьбой и готовые пойти на любые жертвы в поисках возможных способов лечения и реабилитации. Это и те, кто пострадал ото лжи и уловок, насилия и воровства. Это и сам наркоман, который с каждой дозой теряет самоконтроль и способность быть ответственным за свои поступки, причиняя все больше боли окружающим.</p>
<p>15. Да, наркотики очень опасны, но с их помощью можно глубже проникнуть в свой внутренний мир и достичь мистических переживаний.</p>	<p>Как показывает многовековой опыт мировых религий, для того, чтобы достичь истинных, а не иллюзорных мистических переживаний, человек должен, прежде всего, всем своим существом устремиться к Богу, мысленно обратиться к Высшим Мирам, при этом предельно сосредоточившись в своем устремлении. Употребление наркотиков, напротив, делает ум человека блуждающим, расслабленным, и то, что он испытывает при этом, даже с большой натяжкой, трудно назвать мистическими переживаниями, так же как, например, переживание бредовых состояний и галлюцинаций у психически больных.</p>
<p>16. Можно всю жизнь курить анашу и не переходить на более сильные наркотики.</p>	<p>Анаша – активный сильнодействующий галлюциноген, т.е. наркотик, который притупляет чувство опасности, чувство самосохранения. По подсчетам американских ученых, риск перехода на более тяжелые (жесткие) наркотики возрастает в 80 раз. Наши отечественные специалисты приводят примерно те же данные.</p>
<p>17. Употребление наркотиков не снижает волевых качеств человека, иными словами, волевые личности остаются такими же волевыми.</p>	<p>Наркотики вызывают то, что в среде специалистов определяется понятием «рак воли». Наркотики-стимуляторы (амфетамин, кокаин, первитин) могут создавать у окружающих наркомана людей впечатление его деловитости, настойчивости, решимости даже смелости, НО когда воздействие этих препаратом на психику заканчивается, то наркоман почти моментально превращается в безвольное, постоянно и всего пугающееся существо.</p>
<p>18. Тем, у кого есть "большие" деньги, всегда намного легче бросить употреблять наркотики, даже если возникла зависимость.</p>	<p>Если у человека и остается какое-то количество денег к моменту возникновения зависимости от ПАВ, то вряд ли он найдет "чудо - клинику" в которой процент выздоровления и эффективность лечения была бы выше, чем в обычном наркологическом диспансере. Статистика показывает, что обычно этот процент нигде не превышает 5-7%. Как показывает практика, успешность отказа употреблять связано с огромными внутриличностными усилиями самого человека, а не с количеством денег в его кошельке.</p>
<p>19. Всегда можно вовремя почувствовать, когда у тебя начинает возникать зависимость и прекратить употребление.</p>	<p>Поскольку первые пробы наркотиков зачастую сопровождаются состоянием эйфории и чувством превосходства над другими, вызывающими завышенную оценку собственных способностей и возможностей, человек не способен трезво отслеживать собственное состояние и изменения в организме. Даже если он замечает эти изменения, он, как правило, не признает их связь с наркотиками, отрицает всячески эту связь, боясь тем самым признать свою слабость. Это происходит почти в 100% случаях.</p>

20. Принудительное лечение наркоманов в специальных закрытых учреждениях не нарушает международные законы в области прав человека.	Поведение большинства наркоманов носит асоциальный характер и является угрозой для тех, кто не употребляет наркотики.
21. Кроме героина все остальные наркотики не вызывают быстрого привыкания и от них не возникает "ломка".	Помимо героина и других опиатов, быстрое привыкание вызывают: 1) снотворные средства (барбитураты, производные мочевой кислоты); 2) успокаивающие средства - т.н. транквилизаторы; 3) стимуляторы (амфетамины, кокаин и др.). Злоупотребление ими обязательно сопровождается абстинентным синдромом т.е. "ломкой".
22. Слабые алкогольные напитки – пиво, баночные коктейли, типа джин-тоника являются почти безвредными, поэтому они свободно рекламируются и употребляются во всех цивилизованных странах мира.	По мнению медиков, пивной алкоголизм это, к сожалению, реальная болезнь для многих. Так как алкоголиком человека делает не тот или иной напиток (водка), а этиловый спирт. Специалисты посчитали, что если на бутылке написано что в ней содержится 5% алкоголя и при этом добавлено "об.", то это значит, что в данной бутылке содержится 20 г. чистого спирта или около 50г. водки. Выпив 2 таких бутылки пива человек, по сути, выпивает пол стакана водки. Примерно столько же чистого спирта содержится и в других слабоалкогольных напитках. Но 1 бутылка с 9% уже равна 100 г. водки, в то время как безопасная суточная доза этилового спирта для мужчин – 24г., для женщин – 16г. К тому же в пиве содержатся токсические ядовитые вещества мономинны и среди которых есть кадаверин, т.е. трупный яд. В пиве содержатся женские половые гормоны, поэтому те мужчины которые много пьют пиво приобретают феминизированные черты (бедрa, животы, грудь). К тому же у них развивается отдышка, болезни сердца и почек. Рекламодатели об этом вам никогда не скажут, но вряд ли они столь же навязчиво советуют пить пиво собственным детям.

Если подросток отказывается признать ложным тот или иной наркогенный миф, не стоит пытаться переубедить его «здесь и сейчас». Тем более бесполезно вступать в спор с группой (частью группы) подростков. Вы можете добиться положительных результатов, организовав групповую дискуссию с помощью следующих вопросов:

-Как давно вы пришли к данному выводу?

-Какие именно факты (события из личной жизни, аргументы уважаемых тобой людей, собственные размышления) оказали решающее влияние на ваше мнение?

-Что должно произойти с вами, вокруг вас, в мире, чтобы вы изменили свое мнение, свою позицию по данному вопросу?

-Бывают ли такие минуты, часы, душевные состояния, когда вы склоны думать иначе?

Как правило, любого рода иллюзии и маски подростков, если они имеют место, спонтанно проявляются в ходе групповой дискуссии, выявляются и корректируются другими членами группы. Для этого ведущему требуется лишь правильно подобрать состав участников группы и грамотно организовать ее работу. Более подробно об этом в главе посвящённой методам психологической профилактики.

Для того чтобы оценить НС (а также её непосредственных носителей) как некую «силу», постепенно и незаметно «загружающую» их сознание определёнными стереотипами мышления и желаниями, подросткам необходимы конкретные доказательства и наглядные примеры. Поэтому специалистам необходимо разрабатывать упражнения, игры и метафоры, предоставляющие им такие доказательства и примеры, а также техники, нейтрализующие т.н. «персональные мифы» [17; 14] подростков, вызывающие у них иллюзию бессмертия и собственной неуязвимости перед НС и ПАВ.

Итак, поскольку на данный момент, мы не в силах остановить распространение НС, мы должны уметь передавать детям, подросткам навыки распознавания и психологического отражения разного рода манипуляций со стороны всех тех, кто представляет НС, будь то представители криминальных сообществ или артистического «бомонда» и т.п. Но для этого нам необходимо определить психологические детерминанты и некую универсальную направленность подросткового поведения, и, прежде всего аддиктивного поведения.

## **Глава 3. Поведение подростков в пространстве их личностного и социального развития**

### **3.1. Поисковое поведение подростков и эксперименты с психоактивными веществами**

Как известно, поведение "среднестатистического" подростка (особенно в младшем подростковом возрасте) характеризуется повышенной зависимостью от воздействия целого ряда т.н. «внешних» факторов [24; 40], среди которых первостепенное значение имеют влияния исходящие из тех микросред, в которых происходит его личностное и социальное развитие. Эти влияния имеют большей частью эмоционально-стимулирующий и информативно-ориентирующий характер и могут быть разделены на три (основных) группы:

а) влияния на подростка исходящие из его ближайшего окружения (в большинстве случаев это семья);

б) влияния сверстников (включая отношения с противоположным полом);

в) влияния (через отношение и оценку достижений) со стороны педагогов, наставников, любого рода, так или иначе, «значимых» лиц более старшего поколения.

Совокупная сила этих влияний, при условии её специально организованного, "единонаправленного" приложения, способна, на наш взгляд, противостоять воздействию наркосреды и разного рода «внутренних» факторов риска. Однако, даже те подростки которые сегодня живут в «благополучных» семьях, учатся в «престижном» лицее и общаются с «хорошо воспитанными» друзьями и подругами далеко не всегда получают чёткие жизненные ориентиры, последовательное воспитание и примеры полностью осознанного отношения к жизни.

Общаясь и взаимодействуя внутри каждой из этих микросред, сегодняшний подросток получает о себе и мире разнообразную, зачастую слабо структурированную и в целом противоречивую информацию. В зависимости от того или иного окружения, он может воспринимать себя в роли «тупицы», в роли «классного друга», в роли «кандидата на скамью подсудимых» или «перспективного спортсмена». Такие же противоречивые оценки и характеристики из разных источников он получает о наркомании, ПАВ и последствиях их употребления. Это стимулирует его к выработке собственных критериев «истинного» – «ложного», и он, не доверяя предупреждениям воспитывающих старших, идет на самостоятельные эксперименты в самых разных сферах социального опыта. Подобного рода эксперименты, порой очень рискованные, с неизбежностью сопровождают формирование личной идентичности в подростковом возрасте (Э. Эрик-

сон, 1996). Ключевая задача отрочества и юности – преодоление кризиса идентичности - реализуется подростком преимущественно через *поисковое* по своему характеру поведение: он ищет и себя в мире и мир в себе.

Одним из наиболее авторитетных отечественных исследователей в этой области, Л.Б.Филоновым, ещё в 70-е годы 20 столетия была выдвинута основательно проработанная концепция девиантного поведения подростков как поведения ориентированного прежде всего на поиск пределов допустимого [52]. Вместе с тем есть и те исследователи, которые утверждают, что далеко не всякое рискованное поведение, включая употребление ПАВ, является следствием когнитивного и других типов экспериментирования [51]. И все же большинство отечественных и зарубежных исследований показывают: интерес, любопытство, стремление к самопознанию и новым необычным переживаниям имеют решающее значение для начала наркокарьеры большинства подростков [27; 32; 40]. В 60-70-е года 20-го столетия считалось аксиомой, что после того, как подросток получает первый, удовлетворяющий его любопытство и самолюбие наркотический опыт, ключевую роль в продолжении/прерывании наркокарьеры начинают играть наследственность и характер внутрисемейных отношений [19]. Однако за последние два-три десятилетия, по мере разрастания контингента наркозависимых молодых людей, список факторов риска, называемых специалистами, заметно расширился [56; 41; 22]. В настоящее время, когда среди тех, кто «садится на иглу» оказывается все больше студенчества – т.е. молодых людей, имеющих достаточно благополучную наследственность и относительно гармоничные отношения в семьях – специалисты стали уделять больше внимания внешним, т.н. «средовым» факторам. Среди них наиболее часто упоминается стрессогенность современной жизни [47; 9]. А низкая стрессоустойчивость современных подростков и молодых людей, а также ограниченность стратегий совладающего поведения, имеющихся в их арсенале, выносятся специалистами на первый план как "внутренние" факторы риска [17,637]. При этом употребление ПАВ, агрессивность и бунтарство в различных формах, круглосуточный просмотр телевизионных программ называются в числе наиболее распространенных, типичных деструктивных *реакций* на стрессы.

Необходимо заметить, что сам факт первой встречи "лицом к лицу" с наркоманом, с каким либо "легендарным" наркотическим веществом, может вызвать у подростка стрессовое состояние. Это состояние, согласно субъективным отчетам опрошенных нами подростков, характеризуется переживанием "острого" внутриличностного конфликта. При этом "антагонистами" оказываются те базовые установки и личностные смыслы подростка, которые он усвоил из одних и тех же социальных сред, и которые



раннее казались ему вполне совместимыми. Например, установка на получение от жизни максимума благ и удовольствий и установка на сохранение физического и психического здоровья. Далеко не каждый подросток способен совместить эти две установки в спонтанном и твердом "Нет!" на предложение "попробовать". Поскольку «немногие подростки, испытывающие стресс, смотрят на борьбу с ним, как на выбор» [17, 637].

Здесь мы хотим обратить особое внимание на такой явный парадокс: даже те *подростки, молодые люди, поведение которых, характеризуется критическим отношением ко всему старому, ранее известному, новым творческим подходом к привычным для других вещам и явлениям при столкновении со стрессогенными жизненными коллизиями, отказываются от него, предпочитая механический перебор одних и тех же инфантильно-деструктивных способов снятия стресса*. Отчасти это происходит потому, что в стрессовом состоянии качество когнитивной поисковой деятельности у многих заметно снижается. Но это только отчасти. В большей мере, на наш взгляд, это результат воздействия на сознание подростков и молодежи (в форме навязчивых предложений) со стороны тех или иных агентов наркогенной субкультуры, неизменно пребывающих в информационном пространстве любого современного подростка и каждого из нас. И это как раз тот самый случай, когда предложение формирует спрос, а спрос, в свою очередь, ведет к формированию зависимости. Зависимости возникающей порой столь быстро, что многим молодым людям так и не удается попробовать применить в своей жизни иные, более конструктивные стратегии совладания с проблемой.

В действительности же у любого современного подростка, вне зависимости от его места проживания и уровня доходов его семьи, всегда есть потенциальный выбор способов реагирования на стресс, чем бы он ни был вызван. Как и потенциальный выбор способов самопознания и поиска своего «я», восприятие которых искажается, сужается под воздействием наркогенной субкультуры. Современному подростку не хватает порой элементарных знаний и умений, чтобы осознать для себя эту возможность выбора, открыть позитивную альтернативу наркотикам в условиях постоянного информационного прессинга. И тогда его поисковая активность загоняется в жесткие рамки пассивного перебора традиционных «заменителей счастья», одних и тех же навязываемых извне вариантов поведения. Поиск идентичности постепенно деградирует в поиск очередной дозы, в бег по кругу. Происходит подмена, которую поначалу трудно заметить даже относительно «благополучным» молодым людям со здоровой психикой, поскольку начальный период формирования наркотической зависимости обычно сопровождается эйфорическими настроениями.

Поэтому перед теми, кто сегодня всерьез занимается профилактикой наркомании, стоит непростая, а простите за анахронизм, «двуединая» задача: обучать подростков психологической защите от НС одновременно обучая их конструктивным стратегиям совладающего поведения. Последнее, на наш взгляд, теряет смысл без первого. Отметим также, что решение этой задачи невозможно без процесса раскрытия внутренних ресурсов личности, о котором мы говорили на первых страницах. Но процесс этот должен быть, на наш взгляд, четко ориентирован на формирование у подростков навыков психологической защиты от НС. Поскольку *само по себе раскрытие внутренних ресурсов личности не гарантирует ее защищенность от воздействия НС и наркосреды*. Тому немало примеров из жизни ярких, творческих и незаурядных личностей.

Итак, наша задача – помочь современному подростку адекватно реализовать поиск и построение его уникальной личной идентичности. Мы также можем и должны помочь ему выстроить "внутреннее" и найти подходящее "внешнее" пространства для этого поиска, поскольку самостоятельно сделать это ему не под силу. Да, этот поиск далек от «научного», т.е. понимание всех альтернатив и последствий часто затруднено. Но *внутренняя готовность подростков к перебору и принятию альтернатив, прогнозированию последствий, пусть и не всегда осознанная, все же существует* [24; 62]. И это очень важно, так как это то, на что мы можем опереться.

Если мы просто говорим подросткам «нельзя», мы не оставляем им пространства для поиска в том или ином направлении и тем самым бросаем им вызов т.е. фактически провоцируем их к опасным экспериментам с ПАВ. Если мы начинаем им говорить «можно» с теми или иными оговорками («можно употреблять только легальные, слабые наркотики»), мы фактически расписываемся в собственной бессилии перед вседозволенностью и неуязвимостью НС. Наша задача – уйти от этих двух неудачных "готовых" ответов. Между «нельзя» и «можно» находится сотня вопросов и тем, небезразличных для ищущих себя и постигающих мир подростков. Это вопросы, ответы на которые могут дать подросткам истинные духовные ориентиры в их поисках «радостей жизни», а значит увести их от экспериментов с употреблением ПАВ:

- Почему люди не могут находить радость в жизни, не прибегая к химическим стимуляторам? Или они *в принципе* могут, но разучились это делать?
- Оказывает ли регулярное употребление таких слабых наркотиков (по классификации ВОЗ), как табак, кофе, воздействие стимулирующее человека к регулярному употреблению более сильных наркотиков?
- Почему реклама шоколадных батончиков и других сахаросодержащих продуктов ориентирована в первую очередь на молодежь?

- Сколько удовольствия получают от жизни те, кто не употребляет ПАВ? Каким образом можно получить радость, удовольствие от жизни, не прибегая к ПАВ?
- Чем отличается отношение к наркотикам и наркомании юного поколения от тех, кому за 30?
- Как давно молодежь ищет радости жизни с помощью употребления ПАВ и чем заканчивались эти поиски в прошлых поколениях?
- Что такое подлинная внутренняя свобода и как ее достичь?
- Почему все основные мировые религии, в принципе поддерживая стремление человека к экстатическим переживаниям, осуждают злоупотребление ПАВ?

Помогая подросткам выстроить пространство этих поисков, мы снабжаем их необходимыми категориями и понятиями и показываем им в каких случаях им пришлось бы заново «придумывать велосипед» и «наступать на грабли» прошлых поколений. Следует отметить, что подростки с интересом принимают к сведению любую информацию, которая носит некий «тинейджерский» характер, если в ее подтексте звучит «специально для тех, кто молод» (на этом собственно и построена реклама). Таким образом, даже сугубо профилактическая, по своему характеру, информация о молодежи 60-70-х годов 20 века и неудачных экспериментах того поколения, воспринимается ими с большим эмоциональным принятием и интересом.

Каждое новое поколение чувствует себя поколением первопроходцев, открывателей неизведанного. Каждому новому поколению кажется, что это именно они первыми выбирают «Пепси», а не «Пепси» выбирает за них. Это одно из неизбежных проявлений т.н. «подросткового эгоцентризма». И подросткам часто становится небезразлично, когда им говорят: «Увы, но эта «америка» уже была открыта однажды, дважды, трижды... Не желаете ли поплавать в другую сторону?». Мы можем помочь подросткам узнать самих себя в тех юношах и девушках прошлого поколения, которые также искали радости жизни, получая взамен губительные суррогаты наркотической субкультуры. Мы не утверждаем, что такого рода информация наверняка остановит тех, кто «очень хочет попробовать». Но она не может пройти бесследно, поскольку дает подросткам пищу для размышлений, оставляя след в их сознании.

При составлении описанных ниже тренинг-программ мы стремились не столько формировать негативное отношение к конкретным предложениям НС через СМИ, сколько формировать навыки рефлексивного отношения к неизбежно возникающим у подростков интроекциям НС, навыки антиципации и прогностического мышления, снижающие риск бездумного "поиска себя" в изменённых состояниях сознания вызванных ПАВ.

Итак, сделаем краткое резюме: антинаркотическая профилактика должна быть, насколько это, возможно, встроена в хаотичный поиск молодых поколений, делая его более отрефлексированным, обогащенным опытом прошлых поколений и, тем самым, свободным от повторения от ошибок, допускаемых кем-то в прошлом. Мы не можем отменить или запретить этот поиск, поскольку он эволюционно и генетически заложен в программу поведения подростков. Мы можем только скорректировать и обезопасить его. Структура и содержание представленных ниже тренинг - программ были выстроены нами в соответствии с данной позицией.

### 3.2. Аддиктивное поведение подростков, возникающее под воздействием макро и микро среды

Как известно, болезненная зависимость личности от воздействия макросредовых факторов и социального окружения, может стать "самодостаточной" причиной, способной (при явном отсутствии других причин) спровоцировать первые пробы и последующее злоупотребление психоактивными веществами [40]. В этой связи, заслуживают особого внимания как факторы, побуждающие подростков к первым и последующим экспериментам с психоактивными веществами :

- феномен прямого и/или косвенного психологического давления со стороны группы сверстников,
- феномен соответствия ожиданиям со стороны референтной группы (представленной нередко более старшими по возрасту друзьями и приятелями).

При организации групповой психопрофилактической работы с подростками следует учитывать особенности развития и поведения подростков попавших под влияние "криминального слоя" городской среды. Динамика распространения преступности и наркомании среди детей подростков как в малых так и больших городах России очень интенсивна. Количество преступлений среди молодёжи связанных с продажей и потреблением наркотических веществ возросло за последние 10 лет примерно в 40 раз.

Для этого имеются, на наш взгляд, все объективные предпосылки:

1. Специалисты Института молодежи (г. Москва) совместно с ГИБДД провели исследование, которое показало, что за последние 10 лет произошло значительное сужение "подросткового пространства" в городах и поселках РФ. Так лишь 63% опрошенных детей и подростков отметили, что в их дворах есть специальные места, где можно поиграть в подвижные игры, 53% — площадка для игр с мячом, 22% — дорожки для катания на велосипедах, роликах, скейтах. Вследствие слабого развития городских инфраструктур, дефицита квалифицированных специалистов по внешкольной работе с подростками (тренеров, ведущих клубы по интересам и т.п.) у последних зачастую значительно ограничен выбор места и способов конструктивного проведения "свободного" (т.н. досугового) времени. Дети реагируют на отсутствие цивилизованного "пространства для развития": уходом в подвалы, экспериментированием с наркотиками, криминальными "играми" и поступками.

2. Ограниченность выбора мест и способов конструктивного использования времени с одной стороны и стремление подростков к группированию с другой, а также отчуждённость взрослых (родителей, воспитателей), поглощённых собственными про-

блемами, способствуют возникновению асоциальных, полукриминальных и криминальных подростковых групп, имеющих своих лидеров и свои законы.

3. Лидеры этих образований зачастую пытаются контролировать жизнь не только их членов, но и всех подростков, проживающих в данном районе. Одной из форм такого рода контроля является организация распространения наркотиков методом «агрессивных продаж» или с помощью разного рода манипуляций. Например, подростка, пока еще не вовлеченного в употребление ПАВ, его сверстники или сверстницы под каким-либо благовидным предлогом просят одолжить сумму денег (не обязательно очень крупную) или какую-нибудь вещь. Когда подходит время отдавать долг, этот подросток узнает, что вместо одолженных им денег или вещи он может получить только наркотики. При этом наркотики ему могут предлагать со скидкой, «за пол цены», чтобы «загладить вину» и чтобы скорее согласился.

Следует отметить и такое явление, как *группирование младших подростков по территориальному признаку*. В малых городах это происходит чаще, в крупных индустриальных центрах – реже. Подростки становятся психологически более уязвимыми для воздействия неформальных и откровенно криминальных лидеров «дворовых команд», «уличных главарей» и т.п. Те подростки, которые «ходят гулять» в другие дворы и другие районы, т.е. к тем друзьям, которые им более симпатичны, нередко рискуют навлечь на себя «санкции» со стороны сверстников – лидеров своего двора. Зачастую даже если у подростка нет психологической зависимости от своей дворовой «команды», может иметь место зависимость от мнения и отношения к нему старшеклассников его школы. Нередко эта психологическая зависимость не осознаётся и не признаётся самим подростком даже в ходе доверительной беседы с ним взрослого педагога, воспитателя. Однако данные направленной диагностики, в особенности проективных рисуночных тестов могут свидетельствовать об обратном. Например, вы можете попросить подростка нарисовать себя в кругу сверстников и старших друзей или просто нарисовать свою дворовую компанию. Как правило, расположение и изображение фигуры самого рисующего подростка часто указывает на его более низкий внутригрупповой статус в компании старших подростков, а также присутствующее у него чувство неуверенности, психологической зависимости от других. Не менее значимыми для диагностики конформистских установок и мотивов употребления подростками ПАВ являются **низкие показатели**, полученные по методике Шуберта, выявляющей степень готовности к риску (см. приложение 2), а также по методике М. Цукермана, выявляющей уровень потребности в ощущениях. Если данные диагностики выявляют чрезмерную конформность и зависимость от мнения и поведения сверстников у подростков, заме-

ченных в употреблении ПАВ, то для данной группы риска наиболее полезными будут практические занятия, направленные на развитие асертивности, уверенности в себе.

В крупных городах у подростков больше возможности проводить свободное время вне своего двора, района, на дискотеках, в парках культуры и отдыха. Они чаще группируются на основе общих интересов, увлечений, общности социального статуса своих родителей, уровня материальных доходов и т.п. И, как следствие, частыми мотивами их первой и последующей проб является либо интерес к необычным переживаниям, либо желание продемонстрировать свою «бывалость», что, по сути и есть готовность соответствовать ожиданиям референтной группы. Конечно же, факторы группового давления не исключены и в компаниях по интересам, но они здесь не так часто являются решающими, поскольку всегда остаётся возможность сменить компанию, найти других подростков с теми же интересами.

В малых городах подростки становятся относительно независимыми от дворовых команд и лабильными в выборе друзей, мест проведения досуга *только достигнув возраста 16-17 лет*. Поэтому *зачастую ведущим мотивом употребления ПАВ подростками 12-13 лет в малых городах являются стремление быть принятыми*, а в некоторых случаях речь даже может идти о стремлении подростка быть принятым "своим среди чужих", ибо в противном случае последуют «санкции». Страх эмоционального отвержения со стороны дворовых команд сверстников и их лидеров при этом возникает не только у подростков с акцентуацией по «слабому типу» (сензитивный или лабильный тип), но и у подростков с акцентуацией по «сильному типу» (гипертимных или демонстративных) [24; 25]. Поэтому даже если подросток ведёт себя независимо и уверенно в контексте школьной жизни, является одним из лидеров в классе, вне школы - у него могут быть реакции конформистского типа на предложения "попробовать наркотик со стороны более взрослых знакомых и друзей.

По словам многих молодых наркоманов, опрошенных нами, на первых этапах употребления ПАВ, у них иногда возникали внутриличностные протестные реакции на групповое давление относительно употребления ПАВ. Но, как правило, эти реакции оставались на уровне внутриличностных переживаний (чувство тревоги, эмоциональный дискомфорт, чувство внутренней неадекватности) и не перерастали в конструктивные формы отказа от употребления ПАВ.

Поэтому очень важно при проведении профилактических групповых занятий с подростками необходимо заострять внимание:

а) на развитии у них способности к осознанию и принятию и свободному выражению этих внутренних протестных реакций, как необходимых для их социального и

биологического выживания, т.е. нужных и полезных реакций, которых не нужно стыдиться, если они имеют место в провоцирующей употреблению ПАВ ситуации;

б) на развитии способности уходить от ситуаций, в которых их могут спровоцировать или принудить к употреблению ПАВ путем прямого или косвенного давления.

в) на существовании соответствующих статей уголовного кодекса, предусматривающих наказание, в том числе и для несовершеннолетних, вплоть до лишения свободы на срок от 5 до 7 лет за вовлечение в употребление ПАВ.

Важно при этом отметить, что у большинства подростков способность к протестному поведению развита, но проявляется она, как правило, только в общении со старшими. Поэтому задачей ведущего групповые занятия в подростками является перенесение в нужный контекст уже частично сформированных навыков поведения, а затем их развитие и совершенствование. При этом, на наш взгляд, важно чтобы обучение подростков конструктивным формам отказа проходило в игровых ситуациях смоделированных по принципу максимального соответствия "оригиналу", т.е. когда с помощью группы ведущим разыгрываются сцены группового давления, взятые «из жизни». Однако *обучение подростков методом постановки «жестких» сценариев взаимодействия может быть успешным, только если каждый подросток чувствует и получает от членов группы и ведущего полную эмоциональную поддержку, сочувствие и эффективную обратную связь.* Важно, на наш взгляд, отметить следующую закономерность: подростки, умеющие сказать "нет" другим в ситуации угрозы межличностной конфронтации, как правило, более устойчивы и способны к конструктивной конфронтации и при столкновении с «внутриличностными провокаторами».

До этого момента мы обсуждали вопросы, относящиеся скорее к стратегии реализации проблемно - ориентированной профилактики наркомании в образовательной среде. Теперь настало время затронуть и тактику, т.е. конкретные методы и приемы, которые могут быть применены с большим или меньшим успехом.



## Глава 4. Структура и содержание групповых профилактических занятий с различными целевыми группами

### 4.1. Методы воздействия на сознание подростков в контексте групповых профилактических занятий.

В начале данного раздела представлена краткая авторская *классификация методов воздействия на сознание подростков в контексте групповых профилактических занятий*. Возможно, что в данной классификации кто-то не найдёт применяемых им средств и методов воздействия или найдёт их под другим названием. Отчасти названия описанных ниже *методов воздействия*, построены "по аналогии" с уже существующей классификацией *подходов* к профилактике наркомании (См. Главу 1). Когда мы говорим о "воздействии на сознание" подростков, мы подразумеваем, прежде всего, возможность коррекции их социальных установок, структуры личностных смыслов и отношений, а также стереотипов восприятия и мышления. Построение данной классификации, на наш взгляд, с неизбежностью предполагает объединение самых различных психолого-педагогических подходов, типологий и психотехник, что требует допущения "непозволительной" эклектики в применяемых понятиях. Итак, к настоящему моменту, с большим или меньшим успехом, применяются:

#### *1. Метод прямых директив.*

"Базовый метод" антинаркотической пропаганды широко применяющийся по сей день педагогами, родителями, воспитателями, общественными деятелями. В антинаркотической пропаганде реализуется чаще всего через прямое убеждение, предполагающее, в той или иной степени, использование эффекта эмоционального заражения. Реже - через любого рода угрозы, укоры, приказы, применяемые в рамках антинаркотических мероприятий.

Эффективен в тех случаях, когда лицо, применяющее прямые директивы, наделено бесспорным авторитетом в глазах самих подростков и обладает, *с их точки зрения*, достаточной компетентностью в данном вопросе. Бывает эффективен в тех случаях, когда необходимо оперативно вмешаться в ситуацию в целях предотвращения рокового шага.

Неэффективен в случае отсутствия доверия к лицу, применяющему прямые директивы, когда его авторитет и компетентность признаны недостаточными. А поскольку это типично для отношения современных подростков к педагогам и родителям, данный метод имеет весьма узкую область применения на сегодня.

Педагоги, наставники, родители, применяющие данный метод, как правило, апеллируют к тем или иным морально-нравственным категориям, культурно-историческим и универсальным духовным ценностям. Это таит в себе как большие возможности, так и неожиданные опасности. Мы заметили, что для подростков группы риска, особенно 12-14-ти лет, характерно неосознаваемое переформирование/искажение содержания и смысла информации затрагивающей морально-нравственные категории и религиозно-философские понятия. Так, например, когда в одной из средних школ, педагог с пафосом и оттенком таинственности в голосе характеризовал наркоторговцев как «слуг дьявола», наркотики как «снадобья дьявола», а наркоманию как «путешествие бездну», это вызвало блеск заинтересованности в глазах и не здоровое эмоциональное оживление у значительной части его юных слушателей. К сожалению, мы имеем дело не с единичным примером. Поэтому тем, кто решает прибегнуть к прямому убеждению, необходимо тщательно подбирать слова, избегая неоправданных, опасно интригующих сравнений. Памятуя слова Тацита о том, что всё неизведанное кажется величественным, мы должны подавать информацию о воздействии психоактивных веществ таким образом, чтобы она представлялась подросткам исчерпывающей и, одновременно, «гасила» их интерес к ПАВ. Иными словами, не столько убеждать, сколько «демистифицировать» представления детей и подростков о ПАВ и вызываемых ими изменённых состояниях сознания.

## ***2. Метод косвенного убеждения.***

Наиболее часто реализуется через применение метафор (художественных и психотерапевтических); реже - через работу с графическими образами, символами (например, на групповых занятиях, обучающих самовыражению - в процессе арт-терапии, на тренингах личностного роста). Возможна также реализация этого метода через личный пример последовательного поведения, на котором внимание убеждаемого намеренно не заостряется.

Некоторые приемы косвенного убеждения (внушения) позволяют уходить от использования т.н. «отрицательных команд» во всех тех случаях, когда мы хотим предостеречь кого-либо от чего-либо. Если вы формулируете какое-либо внушение, ставя перед ним отрицание (т.е. частицу «не»), то это, скорее всего, произойдёт и будет называться "отрицательной командой" в терминологии предложенной НЛП (Р.Бэндлер, 1995). Например, фраза «даже не думайте о том чтобы попробовать наркотики» является типичной «отрицательной командой» вызывающей у подростков желание всё же попробовать. Но можно сказать и иначе, используя всю ту же частицу «не» - с пользой для дела: «Вы спрашиваете меня об опасности первой пробы? А что говорят об этом сами

продавцы наркотиков? Внимательно прислушайтесь к тому, что они вам скажут: «(Не) бойтесь пробовать наркотики - любые. Ведь (не)возможно привыкание от одной-двух доз. Они ведь (не) убивают сразу. (Не) считая случаев с передозировкой и тех случаев, когда вместо героина продают стиральный порошок, слегка разбавленный героином. Но лично я (не) продам вам героин разбавленный порошком ни сейчас, ни потом. А передозировки при первых пробах почти (не) бывают. Да и вообще (не) нужно их бояться, так как при передозировке вас (не)сомненно откачают». Проверить полученный вами эффект можно следующим вопросом: «Теперь у вас исчезли опасения по поводу первой пробы? Успокоили ли вас эти слова?». Мы рекомендуем применять данный прием весьма избирательно. Только в тех случаях, когда вы будете уверены, в том какого эффекта добьётесь давая подобные сообщения. Примером косвенного внушения, с включением ассоциативных функций мышления, являются эмоционально-насыщенные исповеди наркоманов: «Мои первые пробы наркотиков прошли не в грязных притонах, как пишут в газетах, а в «клас-с-ных» кампаниях, в кругу «кпрр-у-утых» друзей на вечеринках и дискотеках... Кстати, вам знакомо чувство брезгливости при посещении грязных сортиров, при виде отстойных ям, гниющих помоек и т.п.? Так воняла та «хата» в которую мне пришлось ходить за последующими дозами вместе с теми кто год-два назад, начинал со мной в «клас-с-ных» кампаниях, на «крутых» вечеринках. И мы, засунув подальше свою брезгливость, приходили туда, потому что там (в притонах) «на всех» получается дешевле, а требуемая дневная доза растёт - никаких денег не хватит. И вот мы варили в закопчённом ковшике то, что потом вкалывали друг другу в вены и «зависали» в этой квартире-сортуре порой сутками, лежали часами в неподвижных позах на каких то допотопных, мазутных половиках, стряхивая тараканов с лица и знали, что пойти нам больше некуда...».

Косвенное внушение позволяет обойти деструктивные защитные механизмы, что особенно важно при нарушениях личностного развития, посттравматических расстройствах, поскольку в этих случаях антинаркотическая информация, открыто направленная на воспитание, изменение личности нередко быстро «забывается», существенно искажается и обесценивается [56; 37]. Однако, поиск эффективных приёмов косвенного воздействия и универсальных метафор, а также их применение в профилактической работе – весьма не простое дело и результаты его не столь очевидны для многих. Во многих случаях это «действие наугад».

### ***3. Метод оптимизации представлений о наркотиках и наркомании.***

Незаменим при проведении самых различных по форме профилактических мероприятий, будь то лекция, дискуссионное обсуждение или тренинговые формы работы.

Реализуется не только и не столько за счёт предоставления объективной, статистически выверенной информации приёмами ораторского искусства, сколько через использование различных форм и техник групповой работы, использование видеофильмов и т.п. Например, психодраматическое проигрывание интрапсихического процесса возникновения и нарастания соблазна испытать «сильный кайф» и вызванного этим внутриличностного конфликта может значительно расширить представление подростков о факторах личностной устойчивости к подобного рода соблазнам.

Представления подростков о механизмах возникновения зависимости от ПАВ нуждаются в оптимизации прежде всего, поскольку содержат много искажений и белых пятен. Метод также может способствовать установлению чётких представлений о преимуществах здорового образа жизни, свободного от злоупотребления ПАВ, выстраиванию причинно-следственных связей между образом жизни человека и качеством его жизни, его возможностями. Это создаёт у подростков стимул к дополнительному, самостоятельному осмыслению проблемы.

Однако необходимо признать, что у многих подростков группы риска чёткая связь между получаемыми знаниями и конкретными поведенческими актами отсутствует. И для того, чтобы она образовалась и стала устойчивой, применение данного метода, как показывает наш опыт, недостаточно. Не следует также забывать, что усвоение определенного рода психопрофилактической информации (например, о механизмах самообмана, самооправдания, сопутствующих аддиктивному поведению) требует от подростков высокого уровня развития абстрактно-логического мышления, а также интеллектуальной гибкости, концентрации внимания и позитивной установки к лектору и учебному материалу. К сожалению, далеко не все подростки группы риска наркотизации обладают характеристиками, соответствующими данным требованиям, что значительно снижает эффективность этого метода.

Описанные выше методы относятся скорее к психолого-педагогическим и эффективно применяются в тех случаях, когда основной формой психопрофилактической работы является антинаркотическая пропаганда. Далее нами будут представлены три метода, которые можно назвать собственно психологическими, применяемыми в процессе предупреждения и коррекции аддиктивного поведения. Не претендуя на всеохватывающее описание психологических методов антинаркотической психопрофилактики, мы выделили только те, которые являются наиболее подходящими для применения в рамках программы групповых занятий с подростками в целях первичной и вторичной профилактики. На их основе построено содержание представленных ниже программ групповых занятий с подростками.

### **1. Метод создания конструктивных альтернатив.**

Подростки с аддиктивным поведением, как правило, нуждаются в альтернативных способах эмоционального реагирования, мышления и ситуативного поведения. Однако, на данный момент, в нашем культурном пространстве пока ещё очень мало таких культурных героев, а также героев «из жизни», которые были бы достаточно популярны среди подростков и одновременно демонстрировали явную неприязнь к наркогенной субкультуре как компонент некой *целостной модели поведения*. Но если мы не можем, по объективным причинам, представить подросткам *такие целостные модели* личностного поведения (в стрессовых ситуациях, в ситуациях, провоцирующих принятие ПАВ и т.п.), мы можем и должны давать им хотя бы «детали», из которых, каждый, при желании, может построить нечто «своё». К таким «деталям» вполне можно отнести альтернативные наркогенной субкультуре представления о жизни и смерти, способы восприятия своего внутреннего мира, физического тела, альтернативные наркогенной субкультуре способы разрешения своих жизненных коллизий и поведения при стрессах и т.д.

### **2. Метод атаки на механизмы психологических защит.**

Название данного метода заимствовано нами из программных положений организации «Синанон», сотрудники которой активно применяли данный метод в коррекционных и реабилитационных программах еще в 60-х годах 20 века. В истории практической психологии можно найти много попыток применения данного метода. Но обычно его применяют в рамках психореабилитационной работы с лицами злоупотребляющими ПАВ [35; 56]. К сожалению, на сегодня нет однозначных данных о его эффективности. Однако наш собственный опыт, полученный в ходе двухлетнего пилотажного эксперимента подтвердил следующую, ранее известную закономерность: если подросток имеет возможность узнать, опробовать и оценить более конструктивные способы поведения, то он станет прилагать усилия к тому чтобы заменить ими ранее усвоенные деструктивные. Хотя в отношении отдельных категорий подростков (например, имеющих выраженные симптомы посттравматического стрессового расстройства) данная закономерность не «срабатывает», мы все же считаем, что лучшей «атакой» на механизмы деструктивных психологических защит является передача знаний и навыков конструктивного мышления и поведения. При такого рода «атаке» устранение или нейтрализация механизмов деструктивных психологических защит открывают наиболее прямой путь к позитивным личностным изменениям.

### 3. Метод организации аутентичного опыта.

Название данного метода представляет скорее метафору, чем дефиницию, поскольку почти невозможно спланировано и со стопроцентной гарантией организовать аутентичные переживания, в особенности у тех людей, которые их избегают. В тоже время практической психологией накоплен немалый опыт *провоцирования* спонтанных катарсических переживаний, инсайтов, эмоциональных стрессов, которые сопровождаются возникновением «аутентичного знания», встречей человека с его «внутренней мудростью». К данному методу мы также относим все приёмы и техники организации/провоцирования *целенаправленной рефлексивной деятельности - от майевтической беседы до работы с субличностями*, результаты которой могут воздействовать на личность подростка сильнее любого рода внешних директив, запретов и предписаний.

Успешное применение данного метода в рамках групповых занятий позволяет осуществлять оперативную коррекцию мотивов, установок, ценностей и стереотипов мышления у подростков группы риска наркотизации. Однако чаще всего это возможно только при достаточно высоком уровне профессионализма ведущего группы, наличии доверительных отношений между всеми участниками процесса и высоким психотерапевтическом, креативном потенциале группы в целом. В этой связи необходимо подчеркнуть значение внутригруппового баланса, т.е. количественного соотношения между участниками группы относящимся к различным категориям по уровню индивидуального риска наркотизации. Как показал наш опыт, для продуктивного проведения групповых занятий с подростками имеющими актуально высокий риск наркотизации, их количество не должно превышать 20-25% от общего числа участников группы. Как правило, добиться этого не трудно, поскольку типичная «раскладка» в средних и старших классах такова: примерно четверть класса составляют подростки с устойчиво отрицательным отношением к злоупотреблению ПАВ, ещё четверть составляют подростки с повышенным риском наркотизации, оставшиеся 50% составляют подростки с неопределённой и неустойчивой позицией по отношению к злоупотреблению ПАВ [4]. При этом, как показывает практика, среди подростков с устойчиво отрицательным отношением к злоупотреблению ПАВ, не мало тех, кто имеет высокий групповой статус, чьё мнение авторитетно в классе (группе), кто обладает выраженными лидерскими качествами. Если ведущему группы удаётся грамотно использовать их потенциал, создаётся внутригрупповая атмосфера в которой подростки группы риска наркотизации начинают воспринимать себя, свои установки, стереотипы мышления и т.п. глазами своих более прагматичных, личностно и социально более зрелых сверстников. Иногда это создаёт определённое внутриличностное напряжение и даже внутригрупповые

конфликты. Если ведущий группы готов к этому, он может использовать это в целях профилактики.

К одной из форм организации аутентичного опыта можно отнести организацию групповой экскурсии подростков в учреждения осуществляющие медицинскую и социально-правовую реабилитацию наркозависимых. Как показал наш опыт проведения подобных мероприятий, при правильной организации пространства общения между экскурсантами и наркоманами, проходящими реабилитацию в данных учреждениях, можно добиться глубоких эмоциональных и катарсических по своему характеру, переживаний и позитивных изменений у подростков группы риска наркотизации.

От описания методов перейдём к описанию профилактических тренинг - программ, построенных на их основе. Большинство включённых в них упражнений являются оригинальными авторскими разработками, которые прошли апробацию в процессе работы с самыми разными группами подростков из различных по своему типу учебных заведений.

## 4.2. Тренинг – программа рефлексии личностных смыслов

### Общая характеристика представляемой программы.

Данная профилактическая программа позволяет формировать уже в младшем подростковом возрасте анархогенную модель мира, включающую образ Я, модель своего здорового тела и модель отношений и эмоциональных связей с внешним миром. На наш взгляд, проведение данной программы целесообразно начинать с подростками 11-12 лет, т.к. у подавляющего большинства из них ещё отсутствует психологическое сопротивление и неприятие по отношению к информации воспитательно - профилактического характера, проявленное в более старшем возрасте. Вместе с тем, описанные упражнения при определенной коррекции их содержания, могут быть использованы при групповой работе и с более старшими возрастными группами.

Групповые занятия по данной программе могут длиться от 2 - 3 дней и более в зависимости от скорости индивидуальной и групповой психологической проработки их содержания. Длительность одного занятия для младших подростков не должна превышать 3 академ. часов. Мы рекомендуем при проведении занятий сохранять указанную в тексте последовательность упражнений, психотехнических процедур в целях сохранения динамики развития поэтапности содержательной сложности программы. Мы также рекомендуем при проведении упражнений № 3,4 первого и второго этапа, использовать отрывки из музыкальных произведений.

*Посредством развития рефлексии личностных смыслов, данная тренинг - программа способствует формированию базовых общечеловеческих ценностей, защищающих сознание подростков от вторжения наркокультуры.* К таковым мы относим:

1. *Ценность человеческой жизни* – как возможность реализовать себя в условиях, заданных индивидуальной судьбой каждого человека, т.е. реализовать свою миссию, свое предназначение, возможность стать чем-то или кем-то большим, чем мы являемся на данный момент.

2. *Ценность нашего Я*, уникального и неповторимого внутреннего мира в каждом из нас. Этот мир мы не должны подстраивать под требования изменчивой моды.

3. *Ценность здоровья*, причём не только физического, психического, но и духовного.

4. *Ценность уникальных даров, талантов, способностей*, которые каждый может использовать для самореализации.



5. *Ценность кровнородственных связей*, которые обеспечивают защиту и «психологические тылы» каждого человека.

6. *Ценность личностного развития*, непрерывного творческого поиска своего истинного Я, при котором процесс важнее, чем результат. Этот поиск делает реальностью бесконечность наших возможностей, нашего совершенствования.

На наш взгляд присвоение подростком шести описанных выше ценностей обеспечивает ему личностную психологическую защиту в современном мире и в социальной среде, провоцирующей подростка к саморазрушительному, аддиктивному поведению.

## **Этап первый.**

Вступительные слова ведущего: «На наших занятиях мы с вами будем выполнять упражнения на осознание Вами ценности Жизни, собственной неповторимости и тех жизненных задач, которые Вам предстоит решить. Программа наших занятий будет похожа на большое путешествие, в ходе которого Вам предстоит пройти через различные испытания и приключения. И первым таким испытанием на пути будет упражнение «О себе через другого», которое позволит Вам увидеть себя глазами других и, может быть, научит кого – то из Вас говорить о себе что-то важное, главное. Ведь нередко, люди, собираясь вместе, так и не решаются или не успевают сказать что-то важное друг другу.

### **Упражнение 1: «О себе через другого».**

"Пожалуйста, разбейтесь на пары, поговорите, друг с другом и узнайте, что ваш партнёр хотел бы рассказать о себе окружающим для начала этих занятий. Что он пожелает сказать, то и Вы скажете за него, а он за вас. Таково условие – один представляет другого. При этом желательно Вам постараться быть очень не многословным. Это упражнение учит нас выделять самое главное в себе, своей жизни".

После того как участники представят друг друга, ведущий спрашивает каждого из них: «насколько легко или трудно было представлять другого и слушать о себе» и "что дало лично Вам это упражнение".

### **Упражнение 2: «Осознание своих достоинств, способностей как дара Свыше».**

Ведущий: «Зачастую, мы склонны излишне фиксироваться на том, что у нас не получается, на том, что требуют «иметь» от нас другие. При этом мы порой совсем забываем о тех Дарах, достоинствах которыми Бог наделяет каждую душу.

Например, Вы не умеете быстро и точно считать, решать математические задачи, но зато у вас тонкий художественный вкус, а может быть превосходное чувство юмора, дающее поддержку другим в тяжелые для них минуты. У вас не получается одно, но обязательно есть нечто другое поистине стоящее и ценное, чем вы в совершенстве владеете, к чему способны и что вы можете осознать в себе как Дар Свыше. Таланты могут быть проявлены не только в музыке, живописи, но и в обыденной жизни, в человеческом общении, в работе на дачном участке, во всем том, что вам дается легко, изящно у вас получается.

Вспомните, какие виды деятельности, какие задачи, жизненные проблемы вам удается легко совершать, решать. Иными словами осознайτε свои способности к чему-либо как Дар. Пусть они не покажутся вам мелкими, пустячными. Надо уметь увидеть за своим ДАРОМ возможности для развития своей души.

Помимо традиционных Даров (Дар певца, актёра, литератора, поэта, художника, танцора), существует много других способностей – Даров, которыми могут быть наделены люди».

Ведущий предлагает участникам осознать собственные Дары, ориентируясь на "список возможных Даров" (*приложение 3*). После того как участники сделают выбор, необходимо провести обсуждение.

В конце упражнения ведущий даёт резюме: «Ваша душа проявляет себя через ваши таланты (ДАРЫ)».

### **Упражнение 3: «Представление Души».**

Ведущий: "Теперь, когда мы узнали, что наша Душа может проявить себя через те или иные дары данные ей Богом, давайте попробуем представить, как выглядит наша душа, каков может быть её облик, в какой форме может быть выражена". (Можно показать, чей либо рисунок).

Попробуйте не только как-то изобразить свою душу на бумаге, (с помощью пластилина и т.п.), но и отразить то состояние, в котором она находится.

Испокон веков люди изображали душу, то в виде двойника-силуэта человеческого тела, то в форме бабочки, то, как птицу – свободно парящую, либо закрытую в клетке, то в виде белесой тени, то, как маленькое солнце, живущее в сердце. Если Вы немного помолчите и подумаете, то Ваша собственная душа обязательно подскажет Вам, как лучше всего её изобразить, представить. Однако для этого Вы должны отринуть все страхи («не получится», «не умею рисовать», сомнения, стыд и т.д.).

Я, после окончания этого упражнения, покажу Вам свой собственный рисунок.

Важное условие: во время выполнения упражнения не переговариваться и не отвлекаться. Все впечатления после того, как мы сядем в круг, можно будет сообщить. Не торопитесь сразу рисовать. Вы должны сесть прямо с закрытыми глазами и подождать немного, пока у Вас в голове не появится некий образ, подсказанный Вашей же Душой.

Вопросы для группового обсуждения: Хотите ли Вы пояснить, что Вы нарисовали, почему именно так? Что Вы поняли, когда рисовали (изображали) свою душу? Удалось ли Вам передать её нынешнее состояние (если нет, то почему)? Хотелось ли Вам еще, что-либо дорисовать?

В начале следующего упражнения ведущий предлагает участникам следующую *притчу*:

«Когда Боги решили создать мир, они вначале создали звёзды, солнце, луну, моря, континенты, цветы, затем они создали человека и, наконец, они создали истину, ради которой должен жить человек. Но они знали, что эта истина не должна лежать на поверхности, быть легко доступна человеку. Чтобы человек оценил её по-настоящему, он должен, как следует поискать её. Боги задумались, куда спрятать истину, чтобы человек не сразу её нашёл, а искал подольше. Один из них сказал: «Скорее всего, люди будут искать её в богатстве, поэтому не следует её туда прятать». Второй сказал: «В славе также не стоит прятать истину, так как люди её и там будут искать». Третий сказал: « В преходящих наслаждениях её тоже не следует прятать. Люди и там будут искать её».

Не стали они её прятать ни на горных вершинах, ни в морских глубинах и не на далёких звёздах, потому что самый мудрый древний Бог сказал: « Спрячем её в сердце человека, и он будет искать истину во всей вселенной, пока наконец не найдёт её в себе».

Теперь я предлагаю Вам упражнение «Внутреннее путешествие вглубь Души», в процессе которого Вы можете узнать что-то важное и истинное в себе.

#### Упражнение 4: «Внутреннее путешествие вглубь Души».

Ведущий включает запись тихой спокойной музыки (на 10-15 минут). Он предлагает участникам занять удобную позу, на несколько минут закрыть глаза и настроиться на свой внутренний мир, на свои чувства и мысли, приходящие в данный момент. Побывать в этом состоянии некоторое время, а затем в свободной форме записать основные моменты путешествия в своём внутреннем мире, опираясь на неоконченные предложения. "Вам необязательно при этом использовать все представленные неоконченные предложения, а также Вы можете добавить что-то свое для более точного описания ва-

шего путешествия". Перед глазами каждого из участников должен находиться лист со следующими неоконченными предложениями:

1. Это было моё N-ое путешествие вглубь Души ...
2. Вместе со мной ..... (был кто-либо, не был).
3. Я проник в свой внутренний мир, в свою Душу.....(с помощью чего, кого, как, при каких обстоятельствах и т.д.).
4. Пространство моей Души .....(было, представляло собой, и т.д.).
5. Если говорить о времени, в котором я находился на протяжении всего путешествия, то это было .....(настоящее, прошлое, будущее, безвременье и т.д.).
6. Во время этого путешествия меня сопровождало (чувство/ощущение).....
7. Я отправился в это путешествие, для того чтобы.....
8. Во время путешествия со мной произошло нечто необыкновенное, а именно.....
9. И я не мог вернуться назад, пока не.....
10. И когда я вернулся назад, то я ..... (понял, увидел, почувствовал, осознал, изменился.....).

После того, как участники группы выполняют задание, ведущий предлагает им высказать или зачитать свои мысли и впечатления о своём путешествии.

Вопросы для группового обсуждения: Насколько легко – сложно было настроиться на это путешествие? Что нового Вы узнали о своём внутреннем мире, о своей душе? Как изменилось Ваше представление о себе?

### **Упражнение 5: «Осознание предназначения».**

Ведущий: "Давайте задумаемся о том, что каждый из нас приходит в этот мир с неким предназначением, т.е. для того, чтобы выполнить на этой земле некую, пусть скромную, но все же важную для других роль, миссию, задачу. Это предназначение, конечно же, соответствует тем дарам, которыми Бог наделил именно Вашу душу, т.е. оно всегда должно быть по силам Вам. Вы уже знаете о своих дарах, талантах, поэтому Вам будет легко осознать, какая именно миссия, какое предназначение Вам подходит, а какое нет.

Теперь представьте, что Вы должны скоро родиться на земле и Ваш Ангел Хранитель приносит Вам свиток с предначертанием Вашей судьбы, вашей роли в будущей жизни. Это может быть роль никак не связанная со славой, богатством, известностью, но в то же время очень нужная роль, миссия. Например: Константин Циолковский – создатель первых ракетносителей – умер в нищете, полной неизвестности, но дал человечеству важнейшие знания. Арина Родионовна – няня А.С. Пушкина, не умея писать и

читать, по его собственному признанию, пробудила ещё в детстве его гений, художественный дар и т.д. Каждому даётся такая задача, которая наиболее способствует развитию его души".

**Шаг 1.** Ведущий: "Итак, я сейчас буду раздавать Вам наугад в произвольном порядке Свитки с предначертанием Вашей роли в предстоящей жизни (см. приложение №4). Каждый из Вас, получив свиток должен молча посидеть и подумать, насколько эта роль подходит ему с учетом его способностей, сильных и слабых сторон его личности. Затем, ведущий опрашивает каждого ученика группы о том, насколько им подходит полученная роль, жизненная задача. Если нет, то почему? Как вы понимаете ту роль, задачу, которая кратко сформулирована в вашем свитке".

**Шаг 2.** Далее, ведущий предлагает участникам заново, уже *по-своему усмотрению*, выбрать те роли, задачи, которые им кажутся по плечу, которые они хотели бы выполнить. Ведущий должен напомнить при этом, что в течение жизни каждому из нас приходится решать не одну, а как минимум три-четыре и более важных задач, играть несколько ролей.

**Шаг 3.** Если у отдельных участников не возникнет интереса к предложенным ролям, они могут выдвинуть свои версии жизненных ролей, миссий.

**Шаг 4.** После обсуждения совершённых выборов ведущий должен отметить, что жизнь даётся нам для достижения чего-либо значительного, важного. И если человек не делает этого, он уходит из жизни с чувством неудовлетворённости собой, с ощущением бесполезно прожитых лет.

Ведущий должен проследить за тем, чтобы к концу четвертого упражнения каждый из участников группы либо выбрал из предложенных вариантов, либо сформулировал самостоятельно какую-либо роль, миссию и цель жизни наиболее отвечающую «порывам» его души. Ведущий должен попросить участников обязательно записать окончательные варианты на листках, так как они будут необходимы при последующей работе.

## **Этап второй.**

В начале следующего дня занятий необходимо обсудить все моменты предыдущего дня занятий и мысли, возникшие у участников после него. Только после этого ведущий может перейти к упражнениям данным ниже.

**Упражнение 1: «Преодоление препятствий».**

Ведущий: "На прошлом занятии мы проговорили о задачах, о жизненном предназначении, которое есть у каждого. А теперь давайте поговорим о тех «препятствиях», которые возникают при их осуществлении. В жизни каждого человека такие «препятствия» встречаются и каждый из нас способен испытать радость от их преодоления". Ведущий вместе с участниками группы составляет устный перечень типичных жизненных препятствий. Например: не совсем подходящее место жительства, плохой руководитель, болезнь, отсутствие возможностей, непонимание близких и т.д.).

Условие игры: "Каждый из участников должен составить на листочках (либо в голове) краткий план осуществления своей жизненной задачи. Напишите трех – четырех предложениях то, что вы будете делать в жизни, чтобы добиться тех целей которые теперь стоят перед Вами. Можете расписать это как «шаг 1», «шаг 2», «шаг 3» и т.д."

Ведущий организует групповой процесс, давая следующую инструкцию: Один из Вас должен будет изложить план своих действий для достижения задуманного, а другие, внимательно ознакомившись с этим планом должны придумать 2 – 3 реальных жизненных «препятствия», которые могут возникнуть при осуществлении задуманной цели, задачи. Задача того, кто рассказывает группе о своем предназначении и о тех шагах, которые он предпримет для его осуществления в ответ на выдвигаемые возможные препятствия придумать реальные, может быть нестандартные способы их преодоления. Итак, каждый из Вас, по очереди должен преодолеть реальные, т.е. встречающиеся в жизни многих людей «препятствия», напрягая всю силу своего ума, чтобы придумать столь же реальные способы их преодоления. Если Вы выдвигаете способы преодоления неубедительные и не реальные, то «препятствие» считается не преодоленным.

После выполнения задания идет групповое обсуждение. Каждый рассказывает о том, как он воспринял процесс групповой работы. После обсуждения, ведущий рассказывает участникам следующую притчу:

"Человек заблудился о лесу. Он не знал, что ему делать и куда идти. И после долгих блужданий, его охватила тревога, паника. Но вот наступил вечер, и он увидел на небе Полярную звезду. Он знал, что ему следует идти строго на север, и пошел, глядя только на звезду, отринув все страхи и сомнения. Так к утру, он вышел к своему селению. Звезда указала ему путь из леса. И нам, чтобы не блуждать в жизни нужно иметь такую звезду. Такой Полярной звездой будет наша **БОЛЬШАЯ ЦЕЛЬ** в жизни. Но она должна быть действительно яркой, притягательной и находиться высоко над нами, т. е. за пределами нашей короткой жизни, чтобы мы никогда не теряли её из вида. Такая **ЦЕЛЬ** помогает увидеть, правильно оценить весь свой путь и пройти все испытания на

жизненном пути. Она как звезда даёт нам свет и тепло. Человек, не имеющий такой **ЦЕЛИ**, не знает *своего Пути*, живёт сиюминутными интересами и влечениями, а значит, ему легко заблудиться и пропасть".

На своём жизненном пути, человеку предстоит много испытаний, и очень часто он будет стоять перед выбором, принятием правильного решения. Сейчас я хочу предложить Вам упражнение «Магазин Фортуны».

### **Упражнение 2: «Магазин Фортуны».**

Ведущий: Сейчас я Вам раздам по четыре бумажных "жетона": два жетона (по 25 % каждый) физического здоровья и два жетона духовно-психического здоровья. В целом, они условно составляют 100 % человеческого здоровья. Это своего рода деньги, за которые Вы можете купить то, что Вам хочется (*Приложение 5*). Но приобрести желаемое, можно и другими способами – отвечая на задаваемые вопросы, при ответе, на которые потребуются Ваша вдумчивость и искренность.

Ведущий объясняет условие игры: в качестве «продавца» будет выступать ведущий, который берёт на себя роль Богини Фортуны, решения которой непредсказуемы. Она может удовлетворить просьбы участников группы либо за жетоны, либо за понравившиеся ей ответы. При этом ведущий информирует участников группы, что любого рода "благам" *приобретённым за жетоны*, сопутствуют физические и психические заболевания различной степени тяжести и поэтому они вправе совсем отказаться от их приобретения. В качестве "товаров" Фортуны выступают своеобразные карточки – талоны, на которых ставится её вердикт о возможности удовлетворения того или иного желания. Например: приобретение ума, недвижимости, материальной обеспеченности, переживание экзотического опыта. Ведущий выписывает их на глазах участников.

Ведущий, от лица Фортуны, задаёт каждому посетителю «Магазина судьбы» вопросы, вскрывающие их глубинную мотивацию к приобретению того или иного «товара», после того, как просьба услышана им. Например: «Вы хотите полететь в космос, приобрести ум и т.д.? Для чего Вам это, как Вы собираетесь этим воспользоваться?»

Если покупатель даёт ответ, показывающий, что его мотивация имеет внеличностные рамки, благотворительный, общественно-полезный или альтруистический характер, то он получает «талон» на приобретение желаемого без уплаты жетона символизирующего часть физического или психического здоровья. Если мотивация имеет сугубо корыстную, эгоистическую направленность, то "продавец" говорит: «Нам не понравился Ваш ответ, и Вы можете приобрести наш товар только за жетон!»

При этом ведущий напоминает, что покупатель волен отказаться от своего первоначального решения купить товар в «Магазине Фортуны», а значит выйти из игры с пу-

стыми руками, но духовно и физически целостным (об этом ведущий должен сказать в начале игры). Если проситель соглашается пожертвовать жетоном собственного здоровья, то ведущий, по своему усмотрению, на глазах у группы отрывает от него 25 %, 50 % или 75 % "здоровья" просителя.

В конце игры ведущий устраивает обмен мыслями и чувствами, возникшими у участников. Завершая его надо отметить, что за товары, которые мы приобретаем только для собственного удовольствия, например за наркотики, мы платим всегда три цены: деньги, духовное и физическое здоровье и социальный статус.

При обсуждении необходимо подчеркнуть, то, как относятся люди к своему здоровью, говорит об их отношении к своему Я, к своей Душе, к Жизни.

Вопросы для группового обсуждения: С каким здоровьем Вам казалось легче расстаться – с духовно-психическим или физическим?; Как можно объяснить, что некоторые люди легко жертвуют собственным здоровьем ради достижения материального богатства, кратковременного иллюзорного «кайфа» и т. д.

Возможное резюме: качество нашей жизни напрямую зависит от уровня духовного здоровья (прежде всего это ясность, осмысленность жизни, своих действий, выборов, планов, ценностей), которые определяют мотивы Вашего поведения, а также от физического здоровья (это возможность получения дополнительных доходов, статуса и т.д.).

### **Упражнение 3: «Потеря и возврат ценностей».**

Ведущий: Одной из ценностей человека является духовное психологическое здоровье. У каждого человека есть другие значимые и важные для него ценности. Подумайте и запишите, на каждом из шести данных Вам листочках, по одной на каждом шесть Ваших главных ценностей. Затем ведущий, в предложенной ниже последовательности, даёт следующие указания участникам группы:

- Представьте себе, что в Вашей жизни произошло нечто ужасное, и Вы лишились первой из шести Ваших главных ценностей. Сомните листок и бросьте его возле себя на пол. Подумайте сейчас, почувствуйте, что или кто уходит вместе с брошенной на пол этой ценностью? Что Вы теряете, чего лишаетесь Вы с потерей этой ценности? Но, что заполняет пространство Вашей души сейчас?
- Представьте себе, что несчастье Ваше усугубляется, и Вы потеряли вторую ценность. Сомните и бросьте второй листок на пол. Что чувствуете в данный момент? Что сейчас заполняет пространство Вашей души?



- Судьба неумолима, Вы потеряли третью свою ценность. Сомните третий листок. Что уходит в этот раз, с какими воспоминаниями, переживаниями Вы расстаётесь?
- Беды продолжают, Вы потеряли четвёртую ценность. Сомните листок и выбросьте. Как Вы чувствуете сейчас? Что приходит в голову?
- Вопреки всем законам вероятности несчастьям нет конца. Вы потеряли пятую ценность. И Вам придётся сейчас смять пятый листок. Что творится внутри Вашей души сейчас?
- У вас осталась одна последняя ценность. Судьба такова, что вам приходится расстаться и с ней. Вы теряете её. Сомните и бросьте на пол.
- Вы потеряли все свои ценности. У Вас ничего не осталось. Запомните это состояние, когда Все ценности ушли в никуда. Что Вы испытываете в данный момент.
- Случилось чудо! Первая их шести Ваших ценностей вдруг вернулась к Вам. Поднимите скомканный листок и расправьте его так бережно, как только можете. Почувствуйте, что приходит с этим возвращением.
- Чудеса продолжают, вторая ценность вернулась к Вам. Подберите листок и разверните его и т.д.

При обсуждении необходимо проследить, как изменялось состояние участников с потерей и возвратом ценностей.

Вопросы для группового обсуждения: Тяжело ли было расставаться с ценностями? Каково состояние пустоты, отсутствия ценностей?

Резюме: К сожалению, случаи полной потери ценностей всё чаще встречается в нашей жизни. Например, полная потеря ценностей характерна для жизни наркомана, где с каждой дозой, человек теряет себя, теряет всё самое значимое в жизни, всё то, ради чего стоит жить. Жизнь более ярче, напряженнее и разнообразнее любых наркотических грёз, и у каждого из нас должно быть как минимум шесть ценностей, ради которых стоит жить в этом мире, а не в иллюзорных мирах.

У каждого должно быть шесть истинных ценностей, ради которых стоит жить. Они нужны, чтобы помогать нам сопротивляться невзгодам, жизненным трудностям, но это должны быть истинные ценности.

#### **Упражнение 4: «Зарубка на память».**

Цель: зафиксировать смену стереотипов восприятия и установок по отношению к собственной жизни, своему внутреннему Я в форме невербального ритуального действия. Обеспечить долговременное действие полученных на тренинге знаний и умений.

Ход упражнения:

1. Ведущий предлагает участникам группы сформулировать наиболее важные на их взгляд мысли, выводы, к которым они пришли в процессе работы. Они могут быть зафиксированы на доске, листе ватмана и т.п.
2. Участники встают в круг. Ведущий произносит короткое вступление: «Существует специальная психологическая техника, которая позволяет надолго сохранять в памяти какую-либо важную информацию. Сейчас мы с вами её используем».
3. Ведущий даёт инструкцию группе: «Это упражнение нужно делать в полной тишине. Каждый из вас должен будет выйти в центр круга, закрыть глаза и как можно более плотно сжать ладони у груди. Те, кто составляет круг, могут по очереди подойти к стоящему в центре, слегка потереть пальцем в районе его переносицы (5-10 секунд), как бы делая зарубку, и произнести вслух те мысли, выводы, которые, на их взгляд, важны для данного человека или для них самих (можно использовать записи на доске). При этом важно подобрать такую интонацию, вложить столько энергии в произносимую фразу, чтобы она надолго осталась в памяти у человека, для которого предназначена. Несмотря на долю юмора, которая есть в этой технике, она является очень серьёзной по своей внутренней сути, поскольку она тесно связана с вашим поведением в будущем, с вашей способностью определять свой жизненный путь. Вы можете воспринимать это как своего рода ритуал и независимо от того, как вы воспримете этот ритуал, после него вы станете чуть более зрелыми и мудрыми людьми».

До завершения упражнения от участников группы требуется соблюдение тишины.

Школьный специалист, осуществляющий проведение данной профилактической программы с подростками, может и должен отслеживать эффективность, глубину и устойчивость усвоения содержания данной программы, возвращая подростков к осмыслению вышеперечисленных ценностей. При необходимости, определенные элементы (упражнения данной программы) могут быть повторены в групповой работе с подростками.

### 4.3. Проблемно-ориентированный тренинг – программа для старших подростков (программа вторичной/третичной профилактики)

#### Общая характеристика представляемой программы.

Программа групповых занятий направлена на изменение восприятия подростками наркотической информации и её переоценку, выработку навыков предвосхищения последствий наркотизации и навыков ухода от группового давления в ситуациях, провоцирующих употребление ПАВ. По своей сути данная **программа представляет проблемно-ориентированный курс групповых занятий для учащихся старших классов, имеющих опыт употребления т.н. «легких» наркотиков, алкогольных напитков, имеющих в своём составе подростков группы повышенного риска наркотизации. В этой связи, основной задачей, решаемой при реализации данной программы, является предотвращение перехода подростков группы риска к употреблению опиатов и других «тяжелых» наркотиков. Памятуя о принципе "Не навреди", мы рекомендуем не применять данную тренинг – программу в целях первичной профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди младших подростков.**

Содержание и структура программы предполагает гибкое ролевое поведение ведущего [49] . Вместе с тем специфика проведения данных групповых занятий предполагает управляемую динамику и, следовательно, относительно высокий уровень доминирования ведущего в целях более структурированной и планомерной их реализации (Б.М.Мастеров, 1995). Это связано с необходимостью соблюдения инвариативной (жесткой) последовательности проведения описываемых стадий групповой психокоррекционной работы. Данная последовательность, установленная в процессе пилотажного эксперимента, обеспечивает позитивную динамику внутриличностного отношения к употреблению ПАВ у участников группы. Участникам группы эта программа может быть представлена под названием «Тренинг личностной устойчивости».

Содержание описанных ниже упражнений позволяет ведущему выстроить в максимальной степени открытые и искренние диалоги "на заданную тему" с подростками группы риска участвующими в групповой работе.

Описание программы включает в себя упражнения и примеры так называемых «связующих реплик», осуществляемых ведущим. Связующие реплики служат для подготовки группы к очередному упражнению и мягко направляют прохождение группы по заранее намеченной схеме. При описании программы мы опускаем «этап знакомства», который может варьироваться ведущим в зависимости от конкретных обстоятельств.

Основная часть программы состоит из пяти последовательно сменяющихся стадий групповой психокоррекционной работы. Временные затраты на прохождение каждой стадии могут варьироваться в зависимости от актуальных потребностей участников группы и процессуального видения ведущего (А.Минделл, 1993), поэтому вполне возможно введение дополнительных упражнений, отвечающих задачам той или иной стадии. Как показал наш опыт, применение видеосъёмки в случае получения предварительного согласия всех участников, может значительно замотивировать их к прохождению всех стадий тренинга.

Программа тренинга рассчитана на 3-4 дня. Средняя продолжительность занятий одного дня с учётом психогигиенических требований не должна превышать 3-х часов.

### **1. Стадия формирования мотивационной готовности участников группы.**

Данная стадия носит как коммуникативную, так и диагностическую функцию, поскольку она раскрывает степень компетентности каждого из участников в данной проблематике.

Упражнения данной стадии также выполняют функцию «разогрева». Необходимо помнить общее правило для проведения всех заданий на «разогрев» – время, отведённое на эти упражнения не должно превышать 50% всего времени, отведённого для занятий на данный день. Техники и задания на разогрев иногда могут также оказывать первичный коррекционный эффект - в основном в отношении представлений подростков о воздействии наркотиков, последствиях и ситуациях вовлечения в наркосреду.

Вступительная реплика ведущего: «Наш тренинг носит название «Тренинг личностной устойчивости». Давайте подумаем, зачем нам нужна личностная устойчивость? Одной из базовых потребностей человека является потребность обезопасить себя, выжить и устоять в этом мире. Ведь в современной жизни достаточно много факторов, обстоятельств, которые могут так или иначе угрожать нам, нашей физической и психической целостности.

(осуществляется переход к упражнению 1 «Ранжирование причин смертности»).

#### **Упражнение 1. «Ранжирование причин смертности».**

Цель: настроить подростков на режим заинтересованного обсуждения и анализа причин ранней подростковой смертности. Достаточным условием для успешной реализации данного упражнения будет включение так называемой «критической массы» группы, т.е. 25-30% группы, составляющих её наиболее активную часть.

Ведущим осуществляется постановка вопроса для коллективного обсуждения и поиска ответа.

Инструкция для участников: «Подумайте, от чего, по каким причинам за последние 10 лет в России умирали молодые люди в возрасте 15-25 лет».

В процессе группового поиска составляется примерный список причин для рейтингового голосования (с помощью либо без помощи ведущего):

- 1) вирусы (СПИД, грипп);
- 2) войны;
- 3) голод;
- 4) аварии на дорогах;
- 5) укусы ядовитых насекомых, змей
- 6) самоубийства;
- 7) отравления недоброкачественными продуктами;
- 8) стихийные бедствия;
- 9) несчастные случаи;
- 10) употребление наркотических веществ.

В рейтинговом голосовании принимают участие все члены группы. После присвоения ранга каждой из приведённых причин, тренер может постулировать, что смертность от употребления наркотических веществ (включая последствия употребления – заболевания, несчастные случаи в состоянии наркотического опьянения и пр.) превышает смертность по всем остальным пунктам вместе взятым. Приводятся данные статистики (см. например журнал "Нарконет"- 2000, 2001 гг.).

Связующая реплика ведущего: «Смертность от употребления наркотических веществ весьма велика. Что же мы знаем об этих веществах, какой информацией мы владеем?»

## **Упражнение 2. «Что мы знаем о наркотиках?»**

Цель: диагностика адекватности представлений подростков о наркотиках, наркомании и наркобизнесе.

Ход упражнения. Тренер заявляет темы для обсуждения, разбивает участников на подгруппы, каждая из которых отвечает на один из вопросов:

- Кто и где производит наркотики? Как осуществляется их распространение?
- По каким причинам люди начинают употреблять наркотики?
- Каковы последствия употребления ПАВ?

Каждой подгруппе даётся около 10 минут на подготовку ответов.

После того, как подгруппы обмениваются информацией и выявят степень своей информированности, тренер ориентирует участников группы на дополнительные вопросы:

- Откуда вы взяли эту информацию о наркотиках?
- Какие чувства, какое отношение вызывает эта информация – опасение, интерес?
- Даже если вы знаете о последствиях употребления, уверен ли каждый из вас в себе самом?

Связующая реплика ведущего: «Сегодняшние наркоманы тоже наверняка знали о многом и, тем не менее, начали употреблять наркотики. Как вы думаете, почему? Иногда, зная обо всех негативных последствиях употребления наркотиков, люди всё же позволяют себе сделать *одну первую пробу*, за которой, как правило, следуют другие. Следующее упражнение позволит вам определить свою личную позицию по отношению к первой пробе, осознать, какие обстоятельства, установки и мысли сопутствуют ей».

Посредством упражнения «Карта диагностики актуального риска» осуществляется переход ко второму этапу тренинга.

**2. Стадия актуализации проблематики** через «личностные смыслы», через осознание внутренних конфликтов, актуализацию поиска идентичности. На этой стадии каждый участник должен пройти переосмысление проблемы личной уязвимости перед соблазном употребления ПАВ. Актуализация такого рода помогает одним подросткам выйти за рамки «интроецированного знания» о наркотиках и наркомании, другим - за рамки усвоенной позиции «стороннего наблюдателя». Как показало наше исследование, и первое, и второе достаточно часто имеет место в среде подростков. На этой стадии они учатся выражать свои мысли, встречаясь при этом со своими инфантильными, неотрефлексированными установками, поверхностными взглядами на проблему употребления наркотиков («попадают в зависимость только глупые»). Актуализация через «личностные смыслы» помогает подростку *осознать насколько он лично близок к возможности* вовлечения в наркосреду и «случайного» попадания в наркозависимость.

### **Упражнение 3. «Карта диагностики актуального риска».**

Цели: 1) определить наличие либо отсутствие актуально высокого риска первой пробы наркотиков отдельно для каждого участника программы.

2) определить те позиции подростков которые требуют оперативной психологической коррекции в индивидуальном либо групповом режиме.

Оборудование: стандартный лист ватмана (формат А1), с графическим отображением 10 позиций по отношению к первой пробе наркотика (см. приложение № 6). Каждой из позиций соответствует одна из представленных ниже формулировок:

1. Первая проба (эта позиция для тех, кто уже сделал первую пробу или готов сделать её в ближайшее время).
2. В наше время невозможно не попробовать какие-либо наркотики, дожив до 17 лет.
3. Можно попробовать любой наркотик, если у тебя сильная воля, и ты уверен в этом.
4. Лёгкие наркотики можно попробовать, но не более одного-двух раз.
5. Мне кажется, когда-нибудь я всё же попробую (из любопытства), хотя думать об этом страшно.
6. Возможно, я попробую, если когда-нибудь в будущем моя жизнь превратится в сплошной кошмар (предаст близкий друг и т.д.).
7. Можно попробовать, если знать, что в случае срыва тебя будут лечить лучшие в мире врачи самыми дорогими лекарствами.
8. Можно попробовать, если тебе уже за 60 лет, есть дети, внуки, и не к чему больше стремиться.
9. Можно попробовать, если ты болен неизлечимой болезнью и больше 5-6 месяцев «не протянешь».
10. Ни при каких обстоятельствах я не стану принимать наркотики

Последовательность представленных позиций отображает гипотетическую последовательность мыслей и установок, отдаляющих/приближающих человека к первой пробе наркотиков. *Ведущий должен впоследствии указать на это.*

Ход упражнения: Ведущий предъявляет карту участникам и даёт инструкцию группе: «Внимательно прочитайте каждое из утверждений (можно зачитать вслух) и выберите то из них, которое наиболее соответствует вашей личной позиции, вашему мнению. Затем рядом с выбранным утверждением поставьте любой значок».

Ведущий при необходимости демонстрирует выполнение инструкции на собственном примере, при этом обосновывая свою позицию.

В целях достижения наиболее достоверных данных, ведущий может расположить карту так, чтобы отмечающие не подверглись косвенному давлению со стороны наблюдающих.

После того, как каждый сделал свою пометку на "карте", она заносится в центр круга или выносится к доске и идёт обсуждение:

- Давайте определим утверждение, соответствующее мнению большинства членов группы.
- Есть ли на карте утверждения, с которыми вы не согласны полностью или отчасти?
- Может, кто-то хотел бы *по-своему* сформулировать свою позицию, иначе, чем здесь написано? Вы можете сделать это сейчас и поставить своё утверждение там, где оно должно, на ваш взгляд, находиться. (Если желающие сделать это появляются, ведущий записывает карандашом на карте их личные варианты утверждений или даёт это сделать им, однако, при этом можно поставить под вопрос обоснованность помещения личного утверждения в том или ином месте на карте. Это может стать темой для общей дискуссии).
- Может быть, кого-нибудь удивило расположение отметок на карте? Вы считаете, здесь даны честные ответы? (Если нет, то почему?)

После дискуссии заявленные позиции с карты переносятся на пол в виде меловых отметок, и участники группы выстраиваются на полу согласно своим позициям, отмеченным на карте. Ведущий обращается к участникам групповой работы и предлагает к обсуждению следующие вопросы:

- Действительно ли вы в жизни так близки (далеки) по отношению к первой пробе, как вы определили?
- (К наиболее удалённым от «первой пробы»): Может быть вам удастся уговорить «ближних» изменить своё отношение? Что бы вы хотели сказать им?
- (Обращаясь к ближайшим от позиции «первой пробы» участникам): Есть ли вам что сказать «дальним»? Позовите их к себе, может, они изменят своё мнение?
- Как вы думаете, исходя из данной расстановки, скольких человек вы можете не дождаться на встрече выпускников-одноклассников спустя 10-15 лет?

Данное упражнение стимулирует участников группы к более критичному осмыслению своей позиции по отношению к употреблению наркотиков в целом и к первой пробе в частности, а также позволяет выявить степень психологической устойчивости каждого из них к ситуации группового давления, которая моделируется ведущим на втором этапе данного упражнения.

Связующая реплика ведущего: «Сейчас я хочу вам рассказать одну историю, которая, мне кажется, может дать вам пищу к размышлению на тему «Мы и наши друзья»».

#### **Упражнение 4. «Завершение рассказа».**

Цель: выработать навыки выхода из типичных проблемных подростковых ситуаций.



Оборудование: несколько бланков с текстом неоконченного рассказа.

Ход упражнения: ведущий разбивает учащихся на 3-4 группы, каждая из которых должна придумать свой вариант развязки ситуации, предложенной в рассказе. При этом ведущий подчёркивает, что версия завершения рассказа должна быть одновременно:

- 1) реалистичной;
- 2) оригинальной, творческой.

Примерный текст рассказа.

Все последние дни у Егора Н., ученика 11 класса средней школы города Балашиха, на душе было беспокойно и мутно. Часами он сидел дома и смотрел телевизор. Все началось за месяц до того, как Егор окончательно порвал свою дружбу с приятелями из соседнего дома. Сначала они высмеяли его за то, что он не смог пойти с ними в трёхдневный поход с ночёвкой. Когда он объяснил им причину, то услышал в ответ: «да тебя просто мама не отпустила». Затем всё чаще по поводу и без повода в адрес Егора стали раздаваться намёки, насмешки, общий смысл которых сводился к тому, что Егор не может без разрешения родителей и «шагу ступить». Когда Егор понял, что ему уже нечего терять в этой компании, он, будучи далеко не самым слабым из них, разбил губу одному из рьяных «подкольщиков» и перестал ходить в соседний двор. Одному сидеть дома больше трёх дней было невмозможу, и Егор решил найти себе новых друзей. Теперь, наученный горьким опытом, я буду вести себя иначе, решил Егор (...)

Придуманные завершения рассказа зачитываются вслух, совместно определяется лучший вариант решения проблемы. Далее целесообразно подвести группу к диспуту на тему «Какие компании, друзья вас устраивают?»

- Какой должна быть компания, чтобы вам хотелось приходить в неё, общаться?
- Сложно ли менять компанию и приходилось ли вам это делать? Если да, то почему?

Связующая реплика ведущего: «Давайте теперь от слов перейдём к делу и рассмотрим насколько вам удаётся проявить личностную устойчивость в ситуациях, когда сказать «да» легче, чем сказать «нет».

**Упражнение 5. «Умение сказать «нет».**

Цель: развитие навыков ухода от группового давления в ситуации, провоцирующей употребление наркотиков; в ходе упражнения происходит осознание подростками, насколько они близки к возможности вовлечения в наркосреду.

Ход упражнения: из группы выбираются желающие на следующие роли:

- подросток, находящийся в провоцирующей ситуации;
- группа, оказывающая давление на подростка (4-5 человек), предлагающая попробовать наркотик (располагаются полукругом перед «жертвой»);
- «внутренние голоса»: «ангела» и «дьявола» – предостерегающий и искушающий (располагаются за спиной «жертвы» – справа и слева соответственно).

Инструкция: «Вы должны попытаться проявить твёрдость характера, отвечая на уговоры друзей попробовать наркотик».

Давая инструкцию, ведущий должен подчеркнуть, что подросток находится в группе друзей, значимых для него лиц, которых ему не хочется обидеть.

На обсуждение выносятся вопросы:

- Трудно ли было отказываться от предлагаемых наркотиков? Что мешало сказать «нет»?
- Какие чувства возникали при этом?

*На данной стадии* упражнение «Умение сказать «нет» даётся не столько для выработки позитивных поведенческих навыков, сколько, в соответствии с задачей стадии, для осознания подростками своей личной уязвимости в ситуациях группового давления. Выполняя задания и участвуя в групповых обсуждениях на данной стадии, подростки группы риска часто сталкиваются с «теневыми» сторонами своего Я, которые могут проявляться как стремление к неоправданному риску, бравирование «наркоманским» опытом и т.п. Ведущий не должен бояться этого, воспринимать эти проявления как негативное, нежелательное развитие группового процесса. Это имеет определённую положительную функцию, т.к. на последующих стадиях, подростки, как правило, осознают всю опасность бездумного следования за этими «теневыми» сторонами. Такого рода осознание, как правило, мотивирует подростков к овладению навыками противостояния «внутреннему» соблазну, а также групповому давлению и ухода от него в ситуациях, провоцирующих употребление ПАВ. *Данные навыки в большинстве случаев имеют ценность в глазах подростков, поскольку их характеризует стремление к независимости и демонстрации волевых качеств.*

### **3. Стадия формирования адекватного представления о механизмах возникновения зависимости.**

#### **Упражнение 5 «Толковый словарь».**

Цель: стимулировать осознание и осмысление подростками тех качеств личности, черт характера, способов поведения, которые могут способствовать вовлечению подростка в наркосреду, и тех, которые помогают избежать наркотизации. В целях форми-

рования устойчивых ассоциативных связей предлагаются также понятия, связанные с последствиями употребления ПАВ.

Оборудование: бланки с предлагаемыми для осмысления понятиями:

1. Импульсивность –
2. Самооправдание -
3. Ответственность –
4. Беспечность –
5. Бравада –
6. Самообман –
7. Апатия -
8. Самоуверенность –
9. Любопытство –
10. Доверчивость –
11. Независимость -
12. Одиночество –
13. Деградация –
14. Непоколебимость –
15. Лживость –

Инструкция: «Попробуйте дать определения понятиям, которые указаны в ваших бланках».

Упражнение выполняется по следующей схеме:

1. Разбивка на подгруппы для работы над заданием;
2. Последующее коллективное обсуждение вариантов толкований, предложенных каждой подгруппой.

Ведущий может изменить предложенный нами список понятий в соответствии с индивидуальными и социально-психологическими особенностями участников группы.

На обсуждение выносятся вопросы:

- Какие, по - вашему мнению, качества и черты характера из перечисленных способствуют тому, что человек делает первую и последующие пробы наркотиков?
- Какие помогают избежать этого? Какими качествами должен обладать человек, чтобы всегда иметь «трезвый взгляд» на вещи, включая наркотики и не поддаваться соблазнам их употребления?
- Оцените, пожалуйста, по пятибалльной системе, насколько эти качества (и позитивные, и негативные) присущи вам.
- Какие из предложенных понятий связаны с последствиями употребления ПАВ?

Связующая реплика ведущего: «давайте рассмотрим на конкретном примере, как некоторые из рассмотренных нами качеств способствовали возникновению наркозависимости у одной из моих знакомых».

### **Упражнение 7. «Первая и последняя мысль».**

Особенностью данного упражнения является то, что повествование об истории некой девушки Жанны должно происходить, как передача личного опыта ведущего, который вполне мог иметь место в реальности.

Цель: настроить участников на углубленный рефлексивный анализ внутреннего мира наркомана, дать им целостное представление об этапах и механизмах возникновения зависимости посредством их идентификации с героиней истории.

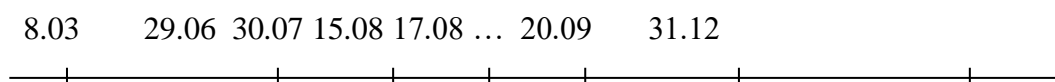
Упражнение выполняется по следующей схеме:

1. Повествование истории о жизни и смерти девушки Жанны;
2. Индивидуальная работа над заданием;
3. Последующее коллективное обсуждение зачитанных каждым участником вариантов возможных мыслей, переживаний Жанны в целях выявления типичных мыслей, иллюзий, самооправданий, ведущих к формированию зависимости.

В случае затруднения при индивидуальном выполнении задания может быть использована открытая, коллективная работа над предложенной задачей.

Инструкция: «Я хочу предложить вам историю, которая первоначально будет выглядеть, как задача со многим количеством неизвестных. Могу вас заверить, что эта история подлинная, так как я лично был(а) знаком(а) с родителями героини. Её звали Жанна, и она жила в Саратове. В 1997 году ей было 17 лет, она была студенткой 1 курса СГУ. В марте 1997 года она на одной из студенческих вечеринок впервые попробовала наркотик – героин. При этом *первое, о чём она подумала:* «Я знаю, что это может быть смертельно опасно, поэтому я попробую только один раз – первый и последний». После первой пробы, по её словам, она не пережила чего-либо особенного. Прошло почти 4 месяца, началась и закончилась сессия. 29 июня студенты снова собрались на вечеринку, чтобы отпраздновать успешную сдачу экзаменов. Жанне снова предложили героин. Она подумала: «Прошло 4 месяца с тех пор, как я попробовала в первый раз, и со мной ничего не случилось. Если я попробую ещё раз спустя такой большой промежуток времени, то, вряд ли произойдёт что-то страшное, тем более, что в прошлый раз я и не очень-то поняла, что это было». После этого Жанна отправилась в студенческий лагерь. 1 августа, на день рождения подруги, Жанна попробовала в третий раз, потом ещё раз 15 августа и после этого она «пробовала» уже через каждые 2-3 дня.

Когда она вернулась домой, её мать сразу поняла, что с Жанной что-то происходит. Она и в самом деле была нервная, испуганная. У них были достаточно доверительные отношения, и Жанна всё рассказала матери. 10 сентября они обратились к врачам-наркологам, Жанна прошла все соответствующие процедуры (очищение крови и пр.) После этого родители тщательно контролировали её жизнь, так как осознавали, что в этот момент уже не могут доверять ей. Несмотря на поддержку родственников, Жанна не могла найти в себе силы для борьбы с болезнью. Так как она была лишена возможности употреблять героин, она начала тайком от матери принимать различного рода таблетки, поскольку уже не могла долго находиться в обычном, трезвом состоянии. Она пила таблетки в период с 20 сентября вплоть до конца декабря, о чём впоследствии рассказали её подруги, и что подтвердила медэкспертиза. 31 декабря в гости к ним пришли родственники. Жанна вместе со всеми выпила шампанского и немного красного вина. Когда в её крови алкоголь смешался с химической основой таблеток, произошла специфическая реакция организма, которая выразилась в параличе дыхательной системы и остановке сердца. *Последней её мыслью* был вопрос, обращённый к родным: «Неужели я умру?» Жанна умерла в ночь на 1 января. Смерть пришла в их семью вместе с Новым годом. (По ходу рассказа ведущий схематично изображает на доске хронологию событий, этапы возникновения зависимости):



Инструкция: теперь я хочу, чтобы каждый из вас на время стал Жанной. Согласно этой схеме запишите *от первого лица в настоящем времени* все мысли, которые возникали у неё перед принятием каждой следующей дозы наркотика. При этом вспомните те черты характера и качества личности, о которых мы говорили при составлении «Толкового словаря».

Участникам даётся 10-15 минут на самостоятельную работу, в течение которых они должны отождествиться с героиней рассказа и заполнить её возможными мыслями пространство между 8 марта и 31 декабря.

После выполнения задания участники вместе с ведущим проводят обзор «наркогенной карьеры» Жанны, выделяют наиболее **типичные мысли, иллюзии, способы самообмана, способствующие формированию наркотической зависимости.**

Ведущий должен обратить внимание группы на то, что:

- на первой стадии наркотизации психологическая зависимость от наркотика может оставаться неосознаваемой, т.е. человеку кажется, что им движут интерес, любопыт-

ство и т.п., в то время, как в структуре его психики уже присутствует неявно выраженная зависимость от ПАВ;

- несмотря на перерыв в несколько месяцев между единичными дозами наркотиков, зависимость всё же формируется;

В заключение ведущий может сделать общий обзор динамики возникновения зависимости, опираясь на хронологию событий в истории Жанны.

Связующая реплика ведущего: «Сейчас я хочу на наглядном примере показать вам, как и почему многие, так же, как и Жанна, попадают в ловушку первой пробы».

### **Упражнение 8. «Смерть на ладони».**

Цель: раскрыть типичные искажения и иллюзии, сопровождающие восприятие героина и других синтетических наркотиков теми, кто видит их впервые; в метафорической форме передать губительную силу воздействия наркотиков на эмоционально - волевою, интеллектуальную сферы личности.

#### Оборудование:

1. Лист фольги или обычной вощеной бумаги размером примерно 30 на 40 мм, свёрнутый по образцу прямоугольных аптечных пакетиков для порошков, в который помещается мука либо размельчённая глюкоза в объёме, соотносимом с половиной спичечной головки (стандартная расфасовка героина, т.н. «чек»).
2. Аудиоаппаратура и кассета с записью спокойной органной музыки.

Ход упражнения: ведущий включает аудиозапись органной музыки, которая служит фоном на протяжении всего упражнения, и продолжает монолог: «На что же попадают многие? Сейчас я представлю вам одного старого мафиози по кличке «Герик - смерть». Мы будем говорить о нём, как о живом существе (достаёт пакетик, имитирующий стандартную дозу героина, т.н. «чек» («кассета»), держа на ладони, показывает всем). Согласно досье, "Герик" родился в конце 19 века в одной из фармакологических лабораторий Европы и почти сразу стал товаром №1 для наркоманов и так называемых «барыг». Они быстро смекнули, что у "Герика" коварный нрав и обманчивый вид. Попадая на вашу ладонь, он прикидывается невинно-белым и безобидным. И в самом деле, когда вы смотрите на *ничтожно малое* количество порошка, составляющее одну т.н. дозу, вы не можете поверить, что 2-3 такие микроскопические дозы способны сделать из вас раба. Итак, вы не верите этому, и весь его вид как бы внушает: «Ты меня держишь в кулаке, я весь в твоей власти: хочешь – выброси, сдуй меня с ладони, хочешь – спрячь или попробуй». "Герик" умеет вызвать чувство самоуспокоенности, самообольщения: «попробуешь раз, не понравится – выбросишь. А понравится – мо-

жешь о с т о р о ж н е н ь к о принимать меня, чтобы не привыкнуть», - шепчет "Герик" вам на ушко. И если "Герик" видит блеск заинтересованности в ваших глазах, он уже почти внушает вам как гипнотизёр: «Ты никогда не сможешь пережить такого кайфа, какой даю я. Круче не бывает, даже у богов». Он знает, - чем больше ложь, тем больше верят.

И вот, стоит только вам ему поверить - уже не ваша, а его воля будет определять дальнейшее развитие событий. Когда героин поднимется с потоком артериальной крови к вашему головному мозгу, он будет действовать быстро, расчётливо и цинично. Если наш мозг сравнить с церковным органом (а это вполне оправданно, потому что в *нормальном состоянии* его работа похожа на гармоничное и величественное звучание органа), то "Герика" можно назвать *маньяком-крушителем* церковных органов. Сначала он бьёт с яростной силой по клавишам приятных ощущений, вдавливая эти клавиши вниз, вызывая чувство оторванности от реальности, эйфорию. Безжалостными ударами по клавишам удовольствия "Герик" добивается того, что они перестают звучать при нормальном деликатном прикосновении. Но эйфория - только видимая часть его «работы», т.е. то, что ощущается человеком. А есть ещё невидимая часть. За те 5-6 часов, пока он активно действует на мозг, "Герик" старается как можно сильнее разрушить всю «клавиатуру» мозга, включающую логическое мышление, память, анализ полученного опыта, способность человека правильно воспринимать себя и мир и др. И как только вы придёте в себя после так называемого кайфа, у вас наступит жуткая депрессия, появится тяжесть в голове, и чем сильнее они будут выражены, тем быстрее вам захочется снова впустить "Герика" себе в вену. И всё начнётся сначала, и, в конце концов, героин станет вашим господином. Жизнь станет похожей на нечто бессмысленное, абсурдное, и звучание вашего органа скоро превратится в грохот пустого ведра в колодце.... А когда он впервые на вашей ладони – он такой невинно – белый и крохотный...И потому из числа незнающих - «редкая рыба уходит с его крючка» – 1 из 100!»

Далее ведущий даёт всем участникам по кругу подержать «героин» в руках, сопровождая это следующей инструкцией: «Держа в руках героин, послушайте, какие мысли и чувства приходят к вам – мысли, «нашёптываемые наркотиком» или «мысли **от внутренней мудрости**». Попробуйте определить, от кого эти мысли и чувства». Желательно также, чтобы каждый из участников вслух выразил свое отношение к «Геррику». Ведущий может предложить участникам в качестве примера такого словесного выражения следующую фразу: «Теперь я знаю, что ты, "Герик", горазд на уловки и постараюсь избегать всякого рода контактов с тобой». Однако, если у участников группы

будут свои версии **выражения отрицательного отношения**, необходимо их поддерживать.

Ситуация первого предъявления наркотика в его типичной упаковке очень важна в отношении последующего восприятия подростком подобных ситуаций. При первом предъявлении часто возникает своеобразный эффект импринтинга, т.е. впечатывания информации в сознание, который определит все последующие реакции подростка на предъявление наркотика. Если в процессе вторичной профилактики специалисты ведущие работу с данной "целевой" группой не будут этого делать "сегодня", то уже "завтра" за них это могут сделать уличные торговцы наркотиками, сопроводив первое предъявление совсем другими комментариями.

Наш опыт показывает, что около 90% подростков верят словам ведущего о подлинности предъявляемого «героина», хотя это и необязательно. Ведущий должен быть предельно осмотрительным, рассказывая о мотивах и обстоятельствах его приобретения, чтобы не спровоцировать излишний интерес и т.п. Ведущий должен уничтожить вещество на глазах у группы после завершения данного упражнения (высыпать на пол и т.д.).

Связующая реплика ведущего: «Только что мы говорили о внутренней мудрости в каждом из нас. В этой книге (показывает книгу М.Баймухаметова «Сны золотые» или другую подобного содержания) собраны исповеди тех, кто не смог, а может, не захотел *в нужный момент* услышать голос своей внутренней мудрости. Они услышали её позже, когда уже было сделано слишком много ошибок».

#### **4. Стадия когнитивной и эмоциональной переоценки риска и последствий употребления ПАВ.**

Упражнения данной стадии опираются прежде всего на способность подростков к идентификации (отождествлению с предложенной ролью), что ведёт к последующей антиципации, т.е. *предвосхищению последствий* употребления ПАВ, возникающей как *аутентичное* знание, инсайт, озарение.

##### **Упражнение 9. «Исповедь от первого лица».**

Цель: дать представление о степени духовной, моральной деградации лиц, зависимых от наркотиков, сделать акцент на полной потере чувства собственного достоинства, неизбежно сопутствующей жизни наркоманов. Поскольку в подростковой субкультуре чувство собственного достоинства и независимость от других имеют абсолютную значимость и ценность, то знания, получаемые подростками в данном упраж-



нении, зачастую приводят их к существенной переоценке последствий употребления ПАВ.

Инструкция: «Давайте попытаемся на время стать теми людьми, исповеди которых вы будете читать и слушать».

Ход упражнения: ведущий зачитывает сам, а впоследствии предлагает участникам группы зачитать отрывки из исповедей наркоманов, имеющих автобиографический характер. При этом подборка фрагментов исповедей заранее строится ведущим в соответствии с указанными выше целями.

В настоящее время наиболее подходящей основой для данной подборки является книга М.Баймухаметова «Сны золотые. Исповеди наркоманов». Время, затрачиваемое на зачитывание отрывков из книги, не должно превышать 15-20 минут.

Далее ведущий обращается со следующими вопросами к группе:

- Что вы *чувствовали*, когда читали это и когда слушали?
- Оцените, пожалуйста, уровень интеллекта и личностные качества авторов исповедей и попробуйте соотнести их со своими собственными.

Связующая реплика ведущего: «Как правило, те, кто имеет некие достоверные, освобождённые от иллюзий знания в отношении наркотиков, получают их вместе с физической зависимостью, болезнями, материальными проблемами и опытом «скотского существования». Следующее упражнение даст вам возможность получить эти достоверные знания без всякого риска стать зависимым».

### **Упражнение 10. «Спиной к пропасти».**

Цель: дать возможность участникам пережить (прежде всего, на уровне чувств и ощущений) *негативные* аспекты развития типичной наркокарьеры – страх перед будущим, чувство неопределённости существования, чувство неотвратимости чего-то ужасного и т.п.

Ход упражнения: Ведущий: «Итак, у вас есть возможность, как в некоем фантастическом фильме, временно побыть «в шкуре наркомана, плотно сидящего на игле», а потом вернуться вновь сюда и рассказать о своих впечатлениях. Кто хочет попробовать?»

Как показало наше исследование, среди участников находится 2-4 человека (обычно из группы риска), которые откликаются на предложение сами или которых легко можно вовлечь в данное испытание. Если есть всеобщая нерешительность, ведущий может заранее объяснить, что потребуются от «добровольца», хотя предварительное раскрытие содержания упражнения нежелательно. Ведущий должен «сохранять ин-

тригу» в течение всего задания, создавая у добровольца и остальных участников чувство напряжённого ожидания развязки. Одним из основных условий успешности упражнения является сохранение тишины, отсутствие разговоров между наблюдающими. Ведущий выбирает наиболее физически крепких участников группы (2-3 человека) для подстраховки добровольца в момент его падения на завершающем этапе упражнения.

Ведущий выбирает одного из добровольцев: «Итак, ты в роли человека, начинающего принимать наркотик, принимать регулярно, причём наркотик сильный. Первое ощущение, которое приходит с первыми дозами – парение над суетой, ты стал как бы выше всех. Это, **конечно же, иллюзия**, но иллюзия достаточно устойчивая. Символически мы её представим твоим возвышением над нами, «остальными», с помощью стола (ведущий предлагает добровольцу встать на край стола). Посмотри теперь вниз на других и отметь новизну своих чувств. Тебе не кажется, что они тебе завидуют? (испытываемый, как правило, подтверждает это прямо или косвенно). Ты их перерос! Как не хочется терять такое чувство! Однако оно исчезнет, если ты перестанешь колоться. Поэтому ты делаешь это второй раз, третий, четвёртый... Где-то в подсознании всплывает мысль: «а что будет потом, завтра, через год...». Но думать об этом не хочется, и ты, тем самым, поворачиваешься к будущему спиной (ведущий поворачивает добровольца спиной по направлению движения). Однако, даже не желая думать о будущем, ты всё равно, как и все люди, неумолимо движешься вперёд в будущее, хотя и спиной к нему, не видя, куда идёшь. Делай шаг назад (доброволец делает шаг назад). Каждое утро каждого дня заставляет тебя делать этот шаг. И каждая новая проба приближает к тебе это неизвестное будущее. Взор застыл наркотики, и ты идёшь по жизни, не видя ничего, кроме розового флёра, возникающего под кайфом (ведущий плотно повязывает на глаза добровольцу розовый шарф). Мрак от безысходности возникает позже. Теперь все твои помыслы о «наркоте», где достать, на что купить, как сэкономить, чем разбавить и т.д. 90% мыслей и слов наркомана – об этом. Ты уже не видишь, как накапливаются долги и разные житейские проблемы, ты не видишь других способов получения удовольствия. Ты пока ещё чувствуешь себя живущим где-то на горных пиках, в глазах – только одно желание, впереди – только одна дорога. И ещё – откуда-то издали доносятся голоса знакомых, родителей, друзей. Но лучше всего ты теперь слышишь тех, кто предлагает тебе «ширнуться», «вмазаться» снова и снова. И каждая новая доза – это, по сути, шаг навстречу финальной развязке. Вот пришёл очередной знакомый «торчок» и принёс с собой. Делай шаг назад. Вот удалось продать твои новые зимние ботинки и купить сразу пять «чеков», вот ты взял в долг у своих родственников, которые пока ещё

ничего не знают, ещё доза и ещё шаг назад. Вот на следующей неделе ты взял у «барыги» партию для продажи с расчётом на себя и тебя угощают те, кому ты продал смерть – ещё шаг. Вот ты украл деньги у соседки...» (ведущий развивает тему повседневного существования наркомана, «ускоряя время», до предпоследнего шага испытуемого). Когда доброволец начинает чувствовать, что край где-то близко, ведущий произносит: «Ты уже чувствуешь, что всё это добром не кончится, тебе уже нужны для получения кайфа большие дозы – и сердце от них начинает биться, как заяц в клетке... Организм не выдерживает "бешенной" нагрузки. И с каждой новой дозой ты стараешься не вколоть лишнего - хочется «зависнуть над пропастью» на неопределённо долгое время, но ты уже не в силах справиться с собой, с ситуацией... Приходит новый день – и новая доза...» Если доброволец отказывается делать шаг назад «в пропасть», ведущий должен стимулировать его до конца пройти этот путь, чтобы получить о нём целостное представление. Доброволец падает вниз, его падение подстраховывают руки участников. Ведущий: «Прошу всех сохранять молчание. Душа вышла из тела, и теперь она должна осмыслить, насколько это возможно, как прожита жизнь, что случилось с ней в жизни...» После всеобщей паузы добровольцу развязывают глаза, ведущий сопровождает его и садится рядом. Доброволец и участники делятся своими чувствами, эмоциями. Если имеют место критические высказывания в адрес испытуемого (руки тряслись, боялся и пр.), ведущий пресекает их.

Необходимо отметить, что при выполнении данного упражнения у испытуемого, как правило, возникает состояние кратковременного шока, которое приводит его к эмоциональной и интеллектуальной переоценке риска и последствий наркотизации.

### **Упражнение 10. Просмотр видеоматериалов.**

После упражнения «Спиной к пропасти» следует организовать просмотр фрагментов документальных фильмов (напр. «Наркозависимость», снятого центром «Катарсис», возможны варианты). Просмотр видеохроники на более ранней стадии тренинга нецелесообразен, поскольку неподготовленная аудитория более пассивно и отстранённо воспримет данный материал.

После фильма проводится групповое обсуждение, с опорой на вопросы:

- Какие мысли, чувства возникали при просмотре фильма? Что больше всего поразило в фильме?
- Если бы вам представилась возможность снять подобный фильм, на чём бы вы сделали акцент? Что, по вашему мнению, нужно подчеркнуть?
- Как бы вы назвали свой фильм?

Связующая реплика ведущего: «А теперь давайте вернёмся к первому дню нашего тренинга и вспомним упражнение, в котором от вас требовалось проявить умение сказать «нет». Поскольку не всем из вас в тот день удалось найти нужные слова и достаточную силу внутренней решимости, не лишней будет ещё одна попытка сделать это».

### **5. Стадия закрепления позитивных изменений и мобилизации внутренних ресурсов.**

#### **Упражнение 11. Мозговой штурм на тему: «Как сказать «нет» наркотикам».**

Цель: найти такие способы отказа от первой пробы, в ситуации, провоцирующей принятие ПАВ, которые в глазах самих подростков не приводят к снижению их внутригруппового статуса, авторитета среди сверстников, даже в случаях группового давления.

Инструкция: «Для того, чтобы каждый из вас смог найти *приемлемые лично для себя* способы сказать «нет», мы проведём сейчас упражнение под названием «Мозговой штурм». Упражнение состоит из двух этапов. На первом этапе вам нужно проявить максимум фантазии и изобретательности и за 15-20 минут назвать все возможные, мыслимые и немыслимые способы сказать «нет», которые только придут вам в голову. Критиковать предложения друг друга на этом этапе строго воспрещено» (о содержании второго этапа целесообразно сказать позднее).

#### Ход упражнения:

1. Участниками выдвигаются все возможные идеи о том, как поступить в ситуации, так или иначе провоцирующей принятие наркотиков.
2. Принимаются и записываются на доске все идеи, выдвигаемые участниками процесса. При этом ведущий напоминает, что на данном этапе никакие из предложенных версий не подвергаются критике.

На втором этапе все записанные варианты обсуждаются, анализируются, выбираются самые ценные и ключевые условия их применения фиксируются. Как правило, подросткам удастся найти несколько весьма остроумных, убедительных, и в то же время, сохраняющих их статус в группе вариантов отказа.

Связующая реплика ведущего: «А теперь давайте проверим на практике эффективность предложенных вами способов. Вы можете выбрать любой из них или даже придумать на ходу что-либо ещё».

Участникам предлагается проделать ещё раз упражнение «Умение сказать «нет», используя предложенные ранее варианты ухода от группового давления, с целью выработки и закрепления новых способов поведения в ситуациях, провоцирующих

принятие ПАВ. Желательно, чтобы через упражнение прошли все те участники группы, которые ранее проявляли нерешительность, неустойчивость позиции в данных ситуациях.

На основе упражнения «Умение сказать «нет» по желанию участников группы можно смоделировать и ситуации внутриличностного выбора, возникающие в ответ на возможность/соблазн приобретения и употребления ПАВ. В этом случае ведущий должен предварительно оговорить с участниками группы какие компоненты их сознания (эмоции, внутренние голоса и т.д.) наиболее часто оппонируют голосу здравого смысла.

Связующая реплика ведущего: «Как вы считаете, что нужно сейчас сделать, для того, чтобы запомнить то состояние неприятия наркотиков, которое у вас возникло? Ведь нет гарантии, что через год или два вы не окажетесь в ситуации (в компании), в которой ваши знакомые с лёгкостью и безмятежностью будут глотать таблетки или колоться каким-нибудь раствором на ваших глазах. И тогда вам, может быть, станет стыдно или страшно сказать «нет», а может, просто не захочется говорить. Хотели бы вы сохранить в памяти те положительные решения, которые вы приняли для себя сегодня, чтобы они помогали вам в дальнейшем в таких ситуациях?» (как правило, участники уже психологически готовы к утвердительному ответу).

### **Упражнение 13. «Зарубка на память».**

О цели и содержании данного упражнения см. в описании тренинг-программы рефлексии личностных смыслов.

Упражнение «Зарубки на память» одновременно является своеобразным ритуалом завершения данной тренинг-программы, которая, на наш взгляд, *должна предшествовать курсу занятий, ориентированных на раскрытие ресурсов психики и личности подростка*, требующих значительно больших временных затрат и привлечения специалистов различного профиля. Конкретизировать содержание таких занятий мы не можем, поскольку оно зависит от возможностей и потребностей самих подростков, а также от кадрового потенциала образовательно-воспитательной среды.

#### 4.4. Примеры использования метафоры в профилактической работе

В процессе проведения профилактической работы, вне зависимости от формы взаимодействия с аудиторией, включая ведение тренинг – групп, желательно находить время и место для применения метафор в целях стимулирования индивидуальных и групповых изменений. Например, мы разбираем с участниками группы те состояния, когда решение принять наркотики возникает не под влиянием группового давления, а вследствие стремления подростков показать другим свою «бывалость», «крутость» в отношении употребления наркотиков. В этом случае ведущий может задать участникам следующий вопрос: «Бывали ли у вас моменты, когда вас охватывала волна самонадеянности, появлялось острое желание «порисоваться» на публике? В эти моменты люди легко поддаются самообману, воспринимая себя самыми «крутыми» из всех «крутых». Такие состояния часто возникают у тех, кто делает первые пробы наркотиков. Есть один старый анекдот, который полезно вспоминать, когда вас захватывают подобные состояния.

«В тюремной камере встретились три человека и сразу после знакомства стали рассказывать о своей жизни на воле. Один из них - наркоман, сидевший за кражу соседского белья, сказал: «Я здесь самый крутой, потому что в своей жизни я не однажды испытал такой кайф, который вам и не снился». Второй, который был экстрасенсом и сидел за неуплату налогов, ухмыльнулся и сказал: «Нет, самый крутой здесь я, потому что я лечил таких, как ты и имел с этого хорошие деньги». Третий оказался наркодельцом, он сказал: «Нет, самый крутой здесь я, потому что благодаря моему бизнесу сотни таких, как один из вас имели кайф, а десятки таких, как другой из вас имели клиентов». Так они спорили, убеждая друг друга в своей правоте, до тех пор, пока в их спор не вмешался старый тюремный электрик в потертой спецовке, чинивший проводку, который сказал: «Хватит спорить. Самый крутой здесь я...». Сокамерники удивленно посмотрели друг на друга, а в это время старик-электрик вышел. На следующий день, когда электрик опять зашел в камеру продолжить свою работу, наркоман, экстрасенс и наркоделец почти хором и не без иронии спросили у него: «Дед, ты вчера сказал нам, что ты самый крутой. А чем докажешь?!». Старик-электрик повернулся к ним и сказал: «Ну, например, что вы делали вчера после 7 вечера?» Они стали вспоминать: «В семь у нас был обход, а потом мы стали давить клопов на нарах...» «А я, - сказал электрик, - вчера вечером ходил с женой и внуками в цирк, поел вареники с творогом, а потом лег спать на пуховую перину под ватным одеялом».

В тех случаях, когда ведущий замечает в вопросах, репликах, поведении участников стремление допытаться и понять, существуют ли безопасные способы употребления наркотиков, особенно таких, как героин и первитин. Ведущий может рассказать притчу «Три секретных способа».

«Один весьма обеспеченный, но неприкаянный молодой человек, сгорал от любопытства и желания испытать "кайф" от самых сильных наркотиков какие только бывают в мире. Но в тоже время он очень боялся впасть в зависимость от них и стать наркоманом, поскольку ему было, что терять. Таким образом, в его душе долго шла изнуряющая его борьба между навязчивым желанием и непреодолимым страхом.

И вот однажды он услышал, что некий известный маг и целитель за большие деньги передает из уст в уста три секретных способа употребления героина без привыкания к нему. Этот молодой человек тут же поспешил к дому известного мага, записался к нему на прием у его секретаря и заплатил указанную сумму. На следующий день он пришел в назначенное время на личный прием к тому знаменитому магу, предвкушая скорое разрешение мучавшего его внутреннего противоборства. Его пригласили в большой полутемный зал и посадили в центре его на мягкое удобное кресло. Над головой вдруг вспыхнула панорама звездного неба, а из под ног стал подниматься темно-лиловый туман. Затем он услышал голос мага, гулко и торжественно звучащий со всех четырех сторон: «Итак, я передаю тебе три секретных способа употребления без привыкания. Запомни, что передавать их кому-либо другому строго запрещено. Кто нарушит этот запрет, тот понесет на себе мое проклятие. Первый тайный способ: сразу после первой пробы героина надо уйти на войну и погибнуть героем в первом же бою. Второй тайный способ: надо прийти ко мне и попросить, чтобы сразу же после первой пробы героина дюжина моих слуг порола тебя розгами и поливала помоями на протяжении всего времени действия наркотика, так, чтобы у тебя не осталось никаких других впечатлений от первой пробы. Третий тайный способ», - продолжал маг торжественным голосом, - «после первой же пробы героина надо сразу прийти ко мне и попросить, чтобы я превратил тебя в кипарис, баобаб или любое другое дерево. Деревья не становятся наркоманами, даже если их посыпать героином каждый день. Деревья любят только воду и солнце, солнце и воду...» «И это все?» – возмущенно вскричал молодой человек, не дав договорить магу, - «Это и есть три тайных способа?! Это же шарлатанство, ты меня обманул! Ты ответишь за свои махинации в суде по закону! Да моего собственного ума вполне хватит, чтобы придумать еще тридцать три таких же «секретных» способа! Эй ты, фальшивый маг, я не столь глуп, чтобы не понять, что меня обманули».

И тут в зале вдруг зажегся свет, исчез туман и все прочие атрибуты таинственности. А прямо перед лицом молодого человека появился спокойный и доброжелательно улыбающийся Известный Маг и целитель. Он протянул обескураженному молодому человеку деньги, заплаченные им, молча поклонился и пристально посмотрев ему в глаза, сказал: «Если тебе хватает собственного ума, чтобы понимать, когда тебя обманывают другие, найди в себе силы не обманывать самого себя».

Нередко подростки искренне верят, что наркотические вещества приносят в человеческую психику "Нечто" без чего не возможно достичь глубоких озарений, экстаических состояний и переживаний. Это один из наиболее устойчивых и распространённых мифов, причём не только среди подростков. В целях его "развенчания" можно предложить следующую историю.

"Представьте, что вся эта история была пережита вами во сне. Вам снится, что вы владеете огромным, роскошным замком, с многочисленными залами, старинной мебелью и картинами неизвестных мастеров - от пола до потолка. Но всё это внутреннее богатство замка вам почти неизвестно, вы толком не знаете чем владеете – вас интересует совсем другое. Целыми днями вы находитесь снаружи, на смотровой башне замка, смотрите по сторонам. Вас очень привлекает пёстрое разнообразие мира, городские ландшафты, снующие вдалеке люди и автомобили. Наблюдая за всем этим, *вы ждёте и верите, что однажды придёт "Некто", кто сделает вас мудрым, сильным и счастливым.* И вот однажды вечерней порой этот "некто" вдруг появляется у стен вашего замка. Он выдаёт себя за великого мудреца и волшебника, уверяя, что может достать все звёзды с неба или отправить вас на любую из них. Вы выпускаете его в свой замок, поначалу с некоторым недоверием – только на один день, чтобы проверить действительно ли он способен на нечто выдающееся. Но он не спешит сразу раскрыть перед вами все свои секреты и хитростью остаётся в замке на ночь, а потом ещё на день и ещё на ночь и т. д.. А по ночам, пока вы спите, он шарит по всем этажам, коридорам, залам и подвалам вашего замка и выискивает там все самые лучшие картины, диковинную утварь и старинные драгоценности о наличии которых вы даже не догадывались. На утро этот шарлатан предьявляет их вам и заявляет, что создал их силой своего волшебства за ночь, специально для вас в знак своей дружбы и уважения. И поскольку *вы не знали, что хранилось в дальних пределах вашего замка, так как всё время были снаружи – вы верите этому шарлатану.* С каждым днём вы всё более верите, что он создаёт всё это из уважения или из любви к вам, вы польщены его стараниями. Через некоторое время этот шарлатан предьявляя новые драгоценности и шедевры искусства, якобы созданные силой его волшебства уже не все из них дарит вам. Вы принимаете это как долж-



ное, как его право распоряжаться тем, что он создаёт. И так, вам кажется, что вас одаривают и вы богатеете, а на самом деле вас обкрадывают, пронося перед вашими глазами то, что изначально принадлежало вам. Наглость этого шарлатана превращается в ваших глазах в его щедрость, по мере того как вы всё более верите ему. А он, всё обещает раскрыть в будущем все свои секреты и сделать вас таким же великим магом. Вы уже готовы полностью ему подчиняться. Но вот в один из дней он заявляет, что за одну ночь превратил ваш старый замок в дым и построил свой – новый более крепкий. Он говорит, что из-за любви к вам сделал свой новый замок внешне похожим на ваш прежний замок. Но теперь вы живёте в его замке. И вы начинаете догадываться, что за этими словами кроется некий страшный замысел, но вам трудно опровергнуть их, ведь до этого дня вы верили каждому его слову. Поэтому вы не находите в себе силы прямо сказать ему, что это не так. Между тем его наглость не знает предела. Он заявляет: либо вы повинуетесь ему во всём, как своему учителю, либо он выбросит вас на улицу, как не годного ученика. Вы становитесь, по сути, его рабом, не потому что слабее его, а потому что, морально сломлены его уловками и предательством.

Кто или что теперь вызовет вас из этого положения? В завершение этого не слишком приятного сновидения, вы слышите голос: "Только вы сами в состоянии помочь себе. Вы должны будете обойти все пределы, внутренние пространства своего замка, чтобы увидеть все его несметные сокровища и понять, что все "дары" шарлатана никогда не были его творениями ибо они по праву принадлежат вам и только вам. *Когда вы увидите и поймёте всё это, вы найдёте в себе силы прогнать его из своих владений*".

Вы проснулись и почесали затылок: а вдруг этот сон - какое то послание или предупреждение. О чём предупреждает этот сон? Как вы думаете, что означает присутствующий в этом сновидении замок - огромный, богатый, и в то же время, не известный своему хозяину. Кого или что из реальной жизни напоминает вам шарлатан выдающий себя за великого волшебника?

Мы не рекомендуем в качестве метафор для профилактической работы использовать так называемые «наркоманские анекдоты», которые, по сути, являются продуктами наркогенной субкультуры и имеют характер сообщений, явно или скрыто рекламирующих измененные состояния сознания, вызванные употреблением ПАВ.

#### 4.5. Разработка и внедрение образовательных профилактических программ для специалистов средних учебных заведений

Разработка комплексной программы профилактики наркозависимости предполагает взаимодействие не только с учащимися и их родителями, но также с соответствующими специалистами средних учебных заведений. Для реализации данной задачи необходима разработка не занимающих слишком много времени спецкурсов, включающих как лекционные, так и практические занятия и позволяющих не только организовать систематическое обучение, но и оснащение учебно-методическими материалами, как педагогов-психологов (социальных педагогов) так и родителей.

Разработанный нами тематический план 16-ти часового спецкурса «Основы профилактики наркомании» для специалистов в занимающихся профилактикой наркомании в средних учебных заведениях дает возможность последовательно рассмотреть следующие темы и вопросы, представленные в виде таблицы.

Таблица 3

№	Темы	Кол-во часов
1.	Особенности подросткового возраста, способствующие развитию наркозависимости (особенности мышления, восприятия окружающего мира).	1
2.	Понятие «идентичность» и факторы, влияющие на личностную идентичность в подростковом возрасте.	1
3.	Социокультурные факторы, способствующие развитию наркотизации у подростков.	1
4.	Понятие созависимости. Семья как фактор наркотизации.	1
5.	Методы психолого-педагогического воздействия на сознание подростков в контексте групповой профилактики наркомании.	2
6.	Стадии групповой профилактической работы с подростками (психологические техники и упражнения, применяемые на каждой стадии).	6
7.	Подводные «риффы» и «ловушки» возникающие в профилактической работе с подростками и методы их нейтрализации.	2
8.	Психологическое сопровождение и индивидуальное консультирование подростков группы риска.	2
	Всего	16 час

Более продолжительный по времени учебный курс, включающий возможность чередования лекционных и семинарских занятий был разработан для специалистов образовательных и воспитательных учреждений работающих в непосредственном контакте с семьями подростков группы риска. Мы стремились к тому, чтобы содержание этого курса, с одной стороны отвечало узко профессиональным запросам и интересам данных специалистов, с другой стороны охватывало все возможные темы и вопросы, направленные на снижение внутрисемейных факторов риска возникновения аддиктивного поведения у детей.

При его реализации необходимо учитывать временные возможности, уровень подготовленности аудитории и соответственно сокращать или расширять изложение указанных ниже вопросов. Вопросы, изложенные в рамках каждого из трех разделов спецкурса, предлагались для группового обсуждения на практических семинарах, дискуссиях, а также круглых столах с участием родителей.

Предложенная в конце каждого раздела литература, была выбрана с учетом её доступности в случае возникновения у данных специалистов желания заняться самообразованием для совершенствования образовательно-профилактической работы с семьями. Тематический план курса включает следующие разделы:

### **Раздел 1. Семья в современном обществе: влияние научно-технического прогресса, урбанистической цивилизации и современной массовой культуры на институт семьи.**

- 1.1. Патриархальный уклад семейной жизни. История и современность.
- 1.2. Сильные и слабые стороны патриархального и эгалитарного типов семьи в современном обществе.
- 1.3. Урбанизированная эгалитарная семья как продукт социально-экономических отношений в постиндустриальном обществе.
- 1.4. Информационное давление на семью в современном обществе: виды и последствия информационного прессинга.
- 1.5. Условия и факторы, влияющие на динамику нарушений в семейном воспитании. Современная семья перед угрозой прогрессирующей наркотизации в обществе.

Литература:

1. Волков А.Г. Семья глазами демографа. М.,1989
2. Семенов Ю.И. Происхождение брака и семьи М., 1979.
4. Семейный кодекс Российской Федерации. М., 1996
5. Ковалев А.Г. Психология семейных отношений. М.,1987.
6. Харчев А.Г. Мацковский М.С. Современная семья и ее проблемы. М., 1978

## **Раздел 2. Внутрисемейные условия и факторы, снижающие риск возникновения и развития аддиктивного поведения у детей и подростков**

- 2.1. Психогигиенические основы поведения молодых супругов в период планирования и возможного зачатия ребенка.
- 2.2. Психогигиенические основы поведения матери и отца в период внутриутробного развития ребенка.
- 2.3. Воспитание ребенка в первые годы его жизни: проблема распределения функций и ответственности между супругами.
- 2.4. Поведение родителей по установлению отношений между ребенком и сверстниками, ребенком и общественными институтами воспитания.
- 2.5. Семейные стратегии в сфере питания: основы и принципы сбалансированной диеты, отвечающей потребностям и особенностям растущего организма ребенка.
- 2.6. Возникновение и разрешение межличностных конфликтов в семье; предупреждение хронических конфликтов между детьми и родителями.
- 2.7. Отношение к досугу и развлечениям в семьях разного типа.
- 2.8. Основы формирования полезных привычек и навыков психогигиены в процессе детско-родительских отношений.
- 2.9. Роль и место традиционных ценностей и религии в жизни семьи.

### Литература:

Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1987

1. Мелибруда Е.Я. Ты – Мы: психологические возможности улучшения общения. М., 1986.
2. Общение и развитие взаимоотношений в супружеской паре. //Общение и организация совместной деятельности. М., 1987. С. 140 - 152.
3. Скотт Д. Способы разрешения конфликтов. Киев. 1991
4. Винникотт Д.В. Разговор с родителями. М., 1994
5. Жутикова Н.В. Психологические уроки обыденной жизни. М., 1990
6. Раттер М. Помощь трудным детям. М., 1987
7. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.В. Семейная психотерапия. М., 1989
8. Фромм А. Азбука для родителей. М., 1994
9. Алешина Ю.Е., Волович А.С. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины. /Вопросы психологии. 1991, №4. С. 74-82.
10. Вейнигер О. Пол и характер. М., 1992
11. Джонсон Р. Она. Глубинные аспекты женской психологии. М., 1996
12. Джонсон Р. Он. Глубинные аспекты мужской психологии. М., 1997
13. Коган В.Е. Стереотипы мужественности - женственности и образ «Я» у подростков. / Вопросы психологии. 1989, № 3. С. 53-62.
14. Кочубей Б.И. Мужчина и ребенок. М., 1990.
15. Хрипкова А.Г., Штильба В.И. В семье сын и дочь. М., 1984.
16. Янкова З.А., Ачильдиева Е.Ф., Лосева О.К. Мужчина и женщина в семье. М., 1983

### Раздел 3. Исследования родительского поведения провоцирующего наркотизацию детей

- 3.1. Особенности отношения родителей к биологическому и личностному созреванию детей, провоцирующие их к аддиктивному поведению.
- 3.2. Особенности детско-родительских отношений при вступлении в подростковый период ребенка с выраженными аддиктивными установками.
- 3.3. Поведение родителей на латентной стадии наркоманической эволюции их ребенка.
- 3.4. Поведение родителей на стадии открытой наркотизации ребенка.
- 3.5. Поведение родителей при переходе на стадию реабилитации и ремиссии их детей-наркоманов.
- 3.6. Понятие созависимости: типы созависимых отношений в современных семьях.
- 3.7. Пути и методы прерывания созависимости. Повторяющиеся патологизирующие сценарии взаимодействия между родителями и детьми.
- 3.8. Проблема принятия и передачи «ответственности» за болезнь и выздоровление в семьях детей-наркоманов в процессе реабилитационных мероприятий.

#### Литература:

1. Алкоголь и другие наркотические вещества. М., 1994.
2. Березин С.В., Лисецкий К.С., Мотынга И.А. Психология ранней наркомании. Самара, 1997.
3. Березин С.В., Лисецкий К.С. Психология ранней наркомании. Самара: Изд-во «Самарский университет», 2000.
4. Братусь Б.С., Сидоров П.И. Психология и профилактика раннего алкоголизма. М., 1984.
5. Брюн Е.А. Проблемы детской и подростковой наркологии // Социальная дезадаптация - нарушение поведения у детей и подростков. М., 1996. С.10-15.
6. Дети группы риска. /Под ред. Г. Бордовского. СПб., 1998.
7. Дурандина А.И., Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Факторы формирования наркоманий и проблемы ранней диагностики //Алкоголизм и неалкогольные токсикомании. М.:МЗ РСФСР, 1980. С. 38-41.
8. Лисецкий К.С., Мотынга И.А. Психология и профилактика ранней наркомании. Самара, 1996.
9. Личко А.Е., Битенский В.С. Подростковая наркология. Л.: Медицина, 1991.
10. Макеева А. Молодежная наркогенная субкультура как социальный феномен //Практическая психология и психоанализ. №5-6, 1998.С. 42-48.
11. Макеева А. Над пропастью //Практическая психология и психоанализ. №2, 1999. С. 21-
12. Мельник Е.А. Этносоциальные и криминальные последствия вынужденной миграции //Этнополис. 1995. №2. С.117-127.
13. Мясищев В.Н. Личность и неврозы. Л., Медицина, 1960.
14. Наркомания и алкоголизм //В.Н. Квин. Прикладная психология. 4-е межд. Изд. СПб: Питер, 2000. С.330-332.

15. Психологические особенности наркоманов периода взросления (опыт комплексного экспериментально – психологического исследования) /Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого. Самара, 1998.
16. Пути и методы предупреждения подростковой и юношеской наркомании. / Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого, И.Б. Орешниковой. Самара, 1999.
17. Пятницкая И.Н. Наркомании. М.: Медицина, 1994.
18. Россия и наркотики. Международная ассоциация по борьбе с наркоманией и наркобизнесом // Прикладная психология и психоанализ. 1999. №3. С.29-40.
19. Сухарев А.В. Этнофункциональная психотерапия героиновой наркомании: анализ клинического случая //Московский психотерапевтический журнал. 1998. №3.
20. Сухарев А.В., Брюн Е.А. Сравнительное психологическое исследование этнофункциональной рассогласований у страдающих героиновой наркоманией, алкоголизмом и аффективными расстройствами / /Психол. Журнал. 1998. Т.19. №1.
21. Энциклопедия преступлений и катастроф //Наркотики и яды. Минск, 1996.
22. Целикова В.В. Групповое мышление как механизм влияния на личность в деструктивном культе //Журнал практического психолога. 1997.№1. С.98-102.

Обучение школьных психологов, социальных педагогов и специалистов муниципальных центров социально-психологической поддержки населения по программе данного учебного курса можно проводить как без отрыва от основных профессиональных обязанностей - в пролонгированном режиме (например, по 2 часа в неделю) , так и с отрывом от них - на курсах повышения квалификации т.е. в более интенсивном режиме.

## Заключение

Пособие было подготовлено как некий «сухой остаток» довольно значительных по времени и затраченным усилиям научно – практических разработок. Большой частью это была командная работа в области профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди учащихся младшего и старшего подросткового возраста.

Опора на материал прикладных исследований построенных на групповых профилактических занятиях позволила нам предметно описать как некоторые трудности возникающие при работе с подростками, так и возможности для более продуктивной работы в данном направлении. Но, поскольку тренинг – программы и другие формы групповой работы с неизбежностью описываются в подобных пособиях как некие обобщенные модели, вопрос адекватности применения того или иного упражнения к предельно заданному подростку из 7 «б» класса определяется уровнем профессионализма работающего с ним специалиста.

Автор постарался минимизировать до разумного предела объём научной терминологии, теоретических вступлений и отступлений в каждой главе пособия и в тоже время в ряде мест сохранена оригинальная лексика и словесные обороты, отражающие особенности мышления подростков. При изучении данного пособия целесообразно проводить параллельный анализ подходов и точек зрения других современных авторов, работающих в рамках данной проблематики. Часть их работ из числа наиболее доступных приведена на следующих страницах.

## Литература

1. Баймухаметов С.Т. Сны золотые: Исповеди наркоманов. - М.: Знание, 1998.- (Педагогический факультет, № 4).
2. Березин С.В., Лисецкий К.С. Психология ранней наркомании – Самара, 1997.
3. Василевский Ю.Л. Исследование ценностных ориентаций различных возрастных групп // Журнал прикладной психологии. – 1999. – №3. – С. 51-71.
4. Васильева О.С., Андрущенко И.Е. Смысл жизни и отношение к смерти в старшем школьном возрасте // Школа Здоровья. – №1. – М., 2000.
5. Данилин А., Данилина И. Героин. - М.: Центрополиграф, 2000.
6. Данилин А., Данилина И. Как спасти детей от наркотиков М.: Центрополиграф, 2000.
7. Данилин, Данилина И. Марихуана М.: Центрополиграф, 2000.
8. Дети группы риска: Материалы международ. семинара / Рос. гос. пед. ун-т им. А. И.Герцена; Международ. центр образоват. инноваций; Бордовский Г. А., Гороховатская Н.В., Казакова Е.И. и др. – С-Пб., 1998.- 178с.
9. Дольто Ф. На стороне подростка. — СПб.: Петербург-XXI век, 1997. – 278 с.
10. Еникеева Д. Д. Как предупредить алкоголизм и наркоманию у подростков: Учебное пособие для студентов средних и высших учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 1999
11. Зыков О.В., Артемчук А.Д., Баушева И.Л., и др. Защита прав ребенка. Социальные и юридические аспекты. — М.: Российский благотворительный фонд "Нет алкоголизму и наркомании" (НАН), 2000. — 184с.
12. Зыков О.В., Максудов Р.Р., Флямер М.Г., Хананашвили Н.Л. Ювенальная юстиция: правовые и технологические аспекты. Сб. статей / Под общ. Ред. Зыкова О.В., Хананашвили Н.Л., — М.: Российский благотворительный фонд "Нет алкоголизму и наркомании" (НАН), 2000. — 124с.
13. Колесов Д. В. Не допустить беды: О сущности и профилактике наркомании и токсикомании. - М.: Педагогика, 1988. -160 с - (Педагогика - родителям)
14. Колесов Д.В. Учителю о наркомании: Учебное пособие / Академия педагогики и социальных наук; Московский психолого-социальный институт – М.: Издательство МПСИ, 1999. – 32 с.
15. Концептуальная программа профилактики злоупотребления наркотиками и другими психоактивными веществами среди подростков и молодежи М.: Российский Благотворительный Фонд «НАН», 1999.



16. Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде: Приказ от 28 февраля 2000г. № 619 // Вестник образования. – 2000.- № 8. – С.3-53.
17. Крайг Г. Психология развития. – СПб.: Издательство "Питер", 2000.
18. Латышев Г.В., Орлова М.В., Яцышин С.М., Титова О.А., Речнов Д.Д. Смотри по жизни вперед: Руководство по работе с подростками. – СПб., 2001. – 112 с.
19. Левин Б.М., Левин М.Б. Наркомания и наркоманы: Книга для учителя М.: Просвещение, 1991. – 160с.
20. Легальные и нелегальные наркотики. В 2ч.: Росс.-герм. учеб. пособие: практич.рук. по проведению междунаро. молодеж. контактов. Ч.1/ Под ред. Ананьева В.А.; Пер. Лобанова Г.Н., Урываева О.Ю., Эшмеева К.В.- С-Пб.: Иматон , 1996. – С.55.
21. Литвак М.Е. Принцип сперматозоида / Учебное пособие. – Ростов н /Д.: издательство «Феникс», 1998.
22. Макеева А. «Над пропастью» // Прикладная психология и психоанализ №2, 1999. – М.: МПА, 1999.
23. Макеева А.Г. Педагогическая профилактика наркомании в школе. – М.: «Сентябрь», 1999. – 144 с.
24. Максимова Н.Ю. Психологическая профилактика алкоголизма и наркомании несовершеннолетних: Учеб. Пособие. – Ростов н/Д: Феникс, 2002. – 160 с.
25. Максимова Н.Ю., Милютин Е.Л. Курс лекций по детской патопсихологии: Учебное пособие – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000.
26. Малюченко Г.Н. специфика распространения наркотизма в регионе / Цивилизация на пороге тысячелетия: Сб. научн. статей. Вып.2., Т.2. Балашов: Изд-во "Николаев", 2001. – С.141.
27. Матосян А. А. Вставай страна... — М.: МАБНН, 1999.
28. Надель-Червинская М.А., Червинский А.П., Червинский П.П. Мать наркомана и путь наркомана, Часть 2 – Ростов-на-Дону: «Феникс», 1996.
29. Николаева Л.П., Колесов Д.В. Уроки профилактики наркомании в школе: Пособие для учителя. - М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: издательство НПО "МОДЕК", 2000.
30. Петракова Т.И. и др. Ситуационная мотивация употребления наркотиков у подростков / Петракова Т.И., Лимонова Д.Л., Меньшикова Е.С // Вопросы психологии. 1999. – № 5. – С. 31-36.
31. Подросток на перекрестке эпох / Под ред. Кривцовой С.В. – М.: Генезис, 1997. – 287 с.

32. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании / Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого, И.Б. Орешниковой. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2000. – 256 с.
33. Программа «Основы здорового образа жизни». Сост. Орлова М.М. и др. – Саратов: Областной центр планирования семьи и репродукции, 1998.
34. Профилактика наркомании. Сост. Шатылко И.В. – Саратов: Региональное общественное учреждение «Народный дом», 1998.
35. Проценко Е.Н. Наркотики и наркомания. – М., 1999. – 111 с.
36. Пятницкая И.Н. Злоупотребление алкоголем и начальная стадия алкоголизма. – М, 1998.
37. Пятницкая И.Н. Наркомании. – М.: Медицина, 1997.
38. Петрушин С.В. Психологический тренинг в многочисленной группе — М: академический проект, — 2000. —256 с.
39. Равич Р.Д. Копилка семейного здоровья. М.: Линка-пресс, 1998.
40. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – 624 с.
41. России не нужна наркоигла: Государство берет наркотики под неослабный контроль: Новейшие законы. Нормативные акты. Комментарии / Отв. Ред. А.Т.Гаврилов. – М., — 160с.
42. Российская федерация. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» // Психологическая защита №5 (31), 1998.
43. Россия: риски и опасности "переходного" общества / Российская академия наук; Институт социологии // Под ред. Яницкого О.Н., - 2-е издание. – М.: Издательство института социологии РАН, 2000. – 238с.
44. РФ Министерство образования. Об утверждении плана мероприятий Министерства образования Российской Федерации по выполнению федеральной целевой программы "Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 1999-2001 годы". Приказ от 17 декабря 1999г. № 1226 // Вестник образования. – 2000. – № 3. – С.69-71.
45. РФ Министерство общественного и профсоюзного образования. О мерах по предупреждению злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних и молодежи в 1999-2000 годах: Приказ от 23 марта 1999 г. № 718 // Вестник образования . - 1999. - № 5. - с.65-69.
46. Свит К. Соскочить с крючка: Как избавиться от вредных привычек и пристрастий С-Пб.: Питер Пресс, 1997.

47. Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Хажилина И.И., Видерман Н.С. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. – М.: Генезис, 2001. – 216 с.
48. Скворцова Е.С., Сулаберидзе Е.В. О распространенности алкоголизации, курения и наркотизации среди старшеклассников Нижнего Новгорода: (По материалам анонимного анкетирования) // Социологические исследования. – 1997. – № 4. – С.117-121.
49. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками / Пер. с англ. – М.: Генезис, 1999. – 272 с.
50. Снайдер Д. Практическая психология для подростков, или Как найти свое место в жизни. – М.: АСТ-ПРЕСС, 1998. – 288 с.
51. Соловов А.В. О раннем распознавании употребления детьми и подростками наркотических средств // Школа здоровья №2, 1999. – С.20-34.
52. Социальная психология личности / Под ред. М.И. Бобневой, Е.В. Шороховой. М.: Изд. «Наука», 1979.
53. Тархова Л. «Профессионал по пристрастиям» в действии // «Нарконет» №2-3, 2000, с.39.
54. Флямер М.Г., Максудов Р.Р. Комиссия по делам несовершеннолетних (КНД): реалии и перспективы / Под общ. Ред. Зыкова О.В., Хананашвили Н.Л., — М.: Российский благотворительный фонд "Нет алкоголизму и наркомании" (НАН), 2000. — 56с.
55. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М., 1990.
56. Шабанов П.Д., Штагельберг О.Ю. Наркомании: патопсихология, клиника, реабилитация / Под ред. А.Я. Гриненко. Серия "Мир медицины" – С-Пб.: Издательство "Лань", 2000.
57. Шакиров М. Наркобизнес в России М.: Центрполиграф, 1998.
58. Шостром Э. Анти-Карнеги или человек-манипулятор. Минск, 1994.
59. Эйдемиллер Э.М., Юстицкис В.Я. Психология и психотерапия семьи. – С-Пб: Питер, 1999.
60. Элиаде М. Аспекты мифа. М.: Академический проект, 2000.
61. Энрайт Дж. Гештальт, ведущий к просветлению. – С-Пб., 1992.
62. Эриксон Э. Юность: идентичность и кризис. – М.: «Прогресс», 1996.
63. Юнг К.Г. Собрание сочинений. Психология бессознательного. М.: Канон, 1994.
64. Юнг К.Г. Структура психики и процесс индивидуации. М.: Наука, 1996.
65. Ялтонский В.М., Сирота Н.А. Анализ современных подходов к профилактике употребления наркотиков // Вопросы наркологии. – 1996. – №3. – С. 91-97.



## Приложения

Приложение 1.

### Методика диагностики индивидуальной предрасположенности к интроекции наркогенных мифов Г. Н. Малюченко.

Поскольку современные подростки и подростковая субкультура, в целом, не защищены от воздействия многообразных наркогенных мифов, мы можем исследовать индивидуальную предрасположенность подростков к интроекции (т.е. некритичному восприятию) такого рода мифов.

Инструкция: «В приведённой ниже таблице представлены в неравном количестве верные (истинные) и ложные суждения о воздействии наркотиков и наркомании как таковой. Прочитайте каждое из представленных суждений и дайте свою оценку относительно его истинности/ложности. Старайтесь фиксировать ту оценку, которая первой приходит Вам в голову. Оценка может быть следующей:

1. истинно (верно);
2. скорее истинно, чем ложно (скорее верно, чем ложно);
3. скорее ложно, чем истинно (скорее ложно, чем верно);
4. ложно.

Суждения	истинно	скор. истинно	скор. ложно	ложно
1. Если у Вас сильная воля и трезвый взгляд на мир, Вы никогда не станете наркоманом, даже попробовав на себе пару раз действие сильных наркотиков.				
2. Многие знаменитости (актеры кино, музыканты и т.п.) балуются самыми разными наркотиками время от времени, но при этом у них нет зависимости, и они остаются в отличной физической форме.				
3. Многие из тех, кому сейчас за 30, в юности и молодости периодически употребляли самые разные наркотики, однако, физически зависимыми от них стали только единицы из них.				
4. Употребление анаши и других производных от конопли в течение долгого времени отражается на здоровье не более, чем курение табака и не вызывает зависимости.				
5. Если употреблять сильный наркотик (например, героин) не более, чем раз в два-три месяца, то благодаря большим перерывам между дозами зависимость не возникает.				
6. Некоторые наркотики развивают мышление, воображение, раскрывают в человеке таланты и приносят творческое вдохновение художникам, поэтам.				
7. Во многих странах востока подавляющее большинство мужского населения курит «травку» в течение всей жизни.				

8. В России приняты неоправданно жестокие законы в отношении лиц, употребляющих наркотики.				
9. Внутренний мир наркомана, как правило, более утончённое и богаче по сравнению с внутренним миром алкоголика.				
10. Употребление человеком «слабых» наркотиков, в той или иной степени повышает риск его перехода на более сильные наркотики.				
11. Если человек, употребляющий наркотики, полностью уверен в том, что он в любой момент, когда захочет, может бросить, значит так и будет.				
12. Существуют способы употребления опиума и героина без возникновения зависимости, известные некоторым людям и успешно применяемые ими.				
13. Если героин не вкалывать в вену, а вдыхать через нос (нюхать), то зависимость от него, как правило, не возникает.				
14. Каждый человек имеет право сам решать, употреблять ему наркотики или нет - это его сугубо личное дело.				
15. Да, наркотики очень опасны, но с их помощью можно глубже проникнуть в свой внутренний мир и достичь мистических переживаний.				
16. Можно всю жизнь курить анашу и не переходить на более сильные наркотики.				
17. Употребление наркотиков не снижает волевых качеств человека, иными словами, волевые личностные остаются такими же волевыми.				
18. Тем, у кого есть "большие" деньги, всегда намного легче бросить употреблять наркотики, даже если возникла зависимость.				
19. Всегда можно вовремя почувствовать, когда у тебя начинает возникать зависимость и прекратить употребление.				
20. Принудительное лечение наркоманов в специальных закрытых учреждениях не является нарушением международных законов в области прав человека.				
21. Кроме героина все остальные наркотики не вызывают быстрого привыкания и от них не возникает "ломка".				
22. Слабые алкогольные напитки – пиво, баночные коктейли, типа джин-тоника являются почти безвредными, поэтому они свободно рекламируются и употребляются во всех цивилизованных странах мира.				

**Обработка результатов** должна строиться следующим образом:

Сначала подсчитывается сумма баллов по *"шкале предрасположенности к интроспекции наркогенных мифов"*. Сумма баллов составляется из ответов "истинно" (2 балла) или "скорее истинно, чем ложно" (1 балл). Чем больше набранный респондентом суммарный балл, тем больше его индивидуальная предрасположенность к интроспекции наркогенных мифов.

Затем подсчитывается *"шкала критичного отношения к наркогенным мифам"*. Сумма баллов по данной шкале составляется из ответов "ложно" (2 балла) или "скорее

ложно, чем истинно" (1 балл). Чем выше сумма, набранная по данной шкале, тем выше уровень критичности респондента по отношению к наркогенным мифам.

Суждения 10, 20 являются истинными, поэтому подсчет баллов по ним производится в обратном порядке (т.е. "истинно" — 2 балла, "скорее истинно, чем ложно" — 1 балл).

Максимальная набранная сумма баллов по каждой шкале может быть равна 44 баллам, но чем выше сумма баллов по одной из шкал, тем ниже будут набранные баллы по другой.

#### **Анализ результатов:**

1. Превышение суммы баллов по шкале *"предрасположенность к интроекции"* над суммой баллов по шкале *"критичное отношение"* на 3 и более баллов свидетельствует о том, что респондент находится в группе актуального высокого риска наркотизации.

2. Если суммы баллов по двум шкалам одинаковы, либо разница между ними не превышает 2-х баллов, значит, респондент не имеет устойчивую позицию по отношению к воздействию наркосреды, а значит находится в группе имеющих потенциальный риск наркотизации.

3. Если превышение суммы баллов по шкале *"критичное отношение"* составляет не более 18-ти баллов, то респондента следует отнести к группе, имеющих относительно низкий уровень устойчивости к воздействию наркосреды.

4. Если превышение по данной шкале составляет более 18-ти баллов, то респондент относится к группе, имеющих высокий уровень устойчивости к воздействию наркосреды, а, следовательно, и к употреблению ПАВ.

***После проведения методики специалисту необходимо проинформировать всех респондентов о том, какие из представленных в опроснике суждений являются истинными (верными), а какие ложными и почему они являются таковыми.***

**Методика диагностики степени готовности к риску М. Шуберта**

**(в модификации Г.Н. Малюченко).**

<b>ВОПРОСЫ</b>	Нет	Скорее нет, чем да	Трудно сказать	Скорее да, чем нет	Да
1. Превысили бы вы установленную скорость, чтобы быстрее оказать необходимую медицинскую помощь тяжелобольному человеку?					
2. Согласились бы Вы ради хорошего заработка участвовать в опасной и длительной экспедиции?					
3. Стали бы Вы на пути убегающего опасного взломщика?					
4. Могли бы Вы ехать на подножке товарного вагона при скорости 100 км./час?					
5. Можете ли Вы на другой день после бессонной ночи нормально работать?					
6. Стали бы Вы переходить очень холодную реку?					
7. Одолжили бы Вы другу большую сумму денег, будучи не совсем уверенным, что он сможет Вам вернуть эти деньги?					
8. Вошли бы Вы в клетку со львом вместе с укротителем при его заверении, что это безопасно?					
9. Могли бы Вы под чьим-то руководством залезть на высокую фабричную трубу?					
10. Могли бы Вы без тренировки управлять парусной лодкой?					
11. Рискнули ли бы Вы схватить за уздечку бегущую лошадь?					
12. Могли бы Вы совершить прыжок с парашютом?					
13. Могли бы Вы при необходимости проехать без билета на поезде дальнего следования?					
14. Могли бы Вы совершить автотурне, если за рулем сидел Ваш знакомый, который совсем недавно был в тяжелом дорожном происшествии?					
15. Могли бы Вы с 10 метровой высоты прыгнуть на тент пожарной команды?					
16. Могли бы Вы, чтобы избавиться от тяжелой болезни с постельным режимом пойти на опасную для жизни операцию?					
17. Могли бы Вы, спрыгнуть с подножки товарного вагона, движущегося со скоростью 50 км/час?					



18. Могли бы Вы в виде исключения вместе с семьей другими людьми подняться на лифте, рассчитанном на шесть человек?					
19. Могли бы Вы за большое вознаграждение перейти с завязанными глазами оживленный уличный перекресток?					
20. Взялись бы Вы за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо платили?					
21. Могли бы Вы по указанию Вашего руководителя взяться за высоковольтный провод, если бы он заверил Вас, что провод обесточен?					
22. Могли бы Вы после некоторых предварительных объяснений управлять вертолетом?					
23. Могли бы Вы, имея билеты, но без денег и продуктов предпринять поездку на дальнем поезде?					
24. Могли бы Вы попробовать "сильный" наркотик, если бы уважаемые вами люди заверили Вас о том, что единственная проба не опасна для здоровья?					

**Инструкция:** Оцените степень своей готовности совершить данные действия.

Обработка данных теста производится только после того, как будут получены ответы по каждому из 24 вопросов.

2 балла — "Да";

1 балл — "Скорее да, чем нет";

0 баллов — "Трудно сказать";

1 балл — "Скорее нет, чем да";

2 балла — "Нет".

Оценка результатов:

меньше -20 баллов — слишком осторожны, склонность к перестраховке;

от -10 до +10 баллов — средние значения (норма);

свыше +20 — склонность к неоправданному риску.

*Список возможных Даров*

1. Способность (Дар) понимать другого
2. Дар предвидения последствий тех или иных поступков, действий (своих и чужих).
3. Дар–способность к самоотдаче в заботе о другом (близком человеке).
4. Дар сильной Воли (способность преодоления препятствий, способность к волевой саморегуляции и т.п.).
5. Дар смелости, мужества (бесстрашие, умение всегда постоять за себя).
6. Дар рукоделия (вязание, вышивание, кройка, шитьё).
7. Дар технического творчества (умение чинить радиоаппаратуру, сложные приборы).
8. Дар понимания природных явлений (умение видеть признаки погодных изменений).
9. Дар врачевания (умение чувствовать время сбора трав, умение лечить людей прикосновением).
10. Дар оратора (умение точно и красиво говорить на глазах многолюдной аудитории и т.д.).
11. Дар коллекционера (умение кропотливо собирать что-либо, выискивать ценные образцы).
12. Дар организатора массовых мероприятий (массовик-затейник).
13. Дар житейской мудрости (разрешения семейных ссор, проблемных ситуаций).
14. Дар строителя (архитектора, зодчего).
15. Дар учёного, исследователя.
16. Дар путешественника (первооткрывателя).
17. Дар воспитателя, учителя, наставника.
18. Дар справедливого судейства (умение по заслугам воздать каждому).
19. Дар юмориста (умение дарить людям радость, смех).
20. Дар духовного подвижничества.

Список возможных предназначений

1. Ты должен стать образцовым родителем двум сыновьям и одной дочери.
2. Ты должен дать людям пример бескорыстного служения.
3. В жизни тебе предстоит победить страшную, тяжёлую болезнь
4. В жизни тебе предстоит пройти испытание Славой.
5. В предстоящей жизни Тебе подлежит пройти испытание пленом
6. Тебе предстоит испытание богатством
7. В будущей жизни ты будешь скромным простым и добросовестным работягой (строителем). Проживешь долго и умрёшь с легкой душой
8. Тебе предстоит научиться прощать своих врагов
9. Тебе предстоит пробудить свой народ от духовной спячки
10. Тебе необходимо будет научиться ценить свою свободу, своё здоровье.
11. Тебе надо будет научиться преодолевать соблазны большого города
12. Тебе подлежит овладеть искусством разрешения споров, конфликтов
13. Стать защитником закона, прав и достоинств других людей.
14. Тебе предстоит пройти испытание Властью
15. Тебе необходимо развить способность к состраданию другим
16. Познать премудрость (секреты) древних книг, древних писаний
17. Проработать всю жизнь на земле, постигая законы выращивания полезных плодов и растений.
18. Научиться лечить людей от тяжелых недугов, болезней.



25 %	25 %
Духовно-психическое здоровье	
Физическое здоровье	
25 %	25 %

25 %	25 %
Духовно-психическое здоровье	
Физическое здоровье	
25 %	25 %

25 %	25 %
Духовно-психическое здоровье	
Физическое здоровье	
25 %	25 %

25 %	25 %
Духовно-психическое здоровье	
Физическое здоровье	
25 %	25 %

25 %	25 %
Духовно-психическое здоровье	
Физическое здоровье	
25 %	25 %

25 %	25 %
Духовно-психическое здоровье	
Физическое здоровье	
25 %	25 %

