

5.4. Разработка и реализация индивидуальных и групповых профилактических и коррекционных оздоровительных программ, в том числе профилактика зависимого поведения и социально обусловленных болезней

Проблема зависимого поведения в современном мире оказалась едва ли не самой запутанной и трудноразрешимой из всех стоящих перед человечеством. Большинство людей имеют травмирующий опыт тяготящей зависимости, начиная от сладостей, желания погрузиться с головой в интересную компьютерную игру и заканчивая никотиновой, алкогольной и наркотической зависимостью.

У детей младшего школьного возраста встречаются аддикции вида нехимического (интернет - аддикция, аддикция отношений) и химического (наркомания, токсикомания, прием лекарственных средств в дозах, превышающих терапевтические).

Так же спровоцировать аддиктивное поведения могут личностные качества ребенка, такие как:

- низкая самооценка;
- неуверенность в себе;
- склонность к агрессии;
- низкая эмоциональная устойчивость;
- несобранность;
- враждебность

Основными проблемами зависимого поведения являются следующие:

- нарушение эмоциональных связей с другими людьми и формирование взамен их эмоциональных связей с предметами, неодушевленными системами и т.д.;
- нерешение проблем, а их углубление;
- снижение воли, способности к волевым действиям и поступкам;
- потеря чувства реальности и равновесия в окружающей среде;
- неспособность испытывать человеческие чувства и радости от общения с близкими, с друзьями и т.д.;
- отсутствие приспособленности к внешним влиянием, в том числе в отношениях с людьми;
- прекращение душевного развития аддикта;
- изменение личностных характеристик, таких как: познавательные потребности, моральные нормы, эстетическое восприятие, коммуникативный компонент и др.

Еще одной проблемой является игнорирование и осуждение аддикта обществом, что усугубляет его проблемы.

Самое эффективное средство – это профилактика, которая очень важна в нелегкий период переходного возраста подростков. Профилактика будет тем более эффективной, чем раньше ее начать. В 594 школе профилактическая работа проводится с помощью следующих методов: переубеждение, переключение, вовлечение в деятельность; стимулирование; сотрудничество; доверие; открытый диалог; увлечение полезным видом деятельности; личный пример

В 594 школе проводятся с подростками беседы, лекции, классные часы, так, чтобы они включались в работу, в обсуждение, а не были просто пассивными слушателями. Например, вместе с обучающимися можно выработать советы как воздержаться от табака. Подросткам необходимо приводить примеры, которые могут повлиять на решение остановиться или, что лучше, не начать принимать наркотики. Например, приводятся примеры знаменитостей, ставших жертвами пагубной страсти. (Михаил Горшенев, Линдси Лохан, Уитни Хьюстон, Хит Леджер).

Очень важно для современного общества популяризации иных видов досуга, например, спортивных секций. Интернет-зависимость оказывает сильное влияние на личность человека. Учитывая, что количество подростков, попадающих в эту зависимость, растет с каждым днем, а интернет-аддикты имеют проблемы в межличностном взаимодействии и социальной адаптации, то предпочтительнее групповые формы работы. Несмотря на то, что каждый случай интернет-зависимости по-своему уникален, существуют и проблемы, общие для всех или большинства аддиктов, что делает групповые занятия еще более необходимыми.

Исходя из этого необходимо формирование устойчивой и позитивной самооценки, уверенности в себе:

- развитие коммуникативных навыков и восстановление межличностных отношений;
- ориентация на благоприятные межличностные отношения;
- адекватное восприятие критики;
- умение слушать и понимать собеседников.

Тренинги и групповые занятия

Примером служит упражнение «Модель зависимого человека». Данное упражнение направлено на изменение внутренней оценки своего опыта и имеющейся информации и возникло активное нежелание повторить игровую ситуацию «вживую», по – настоящему. Эмоциональная и ассоциативная память у человека является самой устойчивой, а именно

эмоции и ассоциации в первую очередь включаются при переработке полученного материала через различные упражнения.

Процесс индивидуального сопровождения можно описать через последовательную реализацию следующих шагов:

- 1) проведение квалифицированной диагностики сути проблемы, ее истории и потенциальных носителей;
- 2) информационный поиск методов и ресурсов, которые могут помочь решить проблему;
- 3) обсуждение возможных вариантов решения проблемы со всеми заинтересованными людьми и выбор наиболее целесообразного пути решения;
- 4) оказание первичной помощи ребенку и другим носителям проблемы на начальных этапах реализации плана действий.

Этапы процесса сопровождения:

- диагностика сущности проблемы;
- построение программы сопровождения: проектирование путей решения проблемы; отбор содержания, средств; распределение ролей и функциональных обязанностей;
- реализация программы;
- анализ качества программы индивидуального сопровождения.

Рассмотрим эти этапы подробнее. На этапе получения сигнала о проблеме фиксируется запрос на сопровождение от субъекта или субъектов проблемы. Как уже отмечалось ранее, инициатором взаимодействия может быть сам носитель проблемы, представитель его ближайшего окружения, сотрудник службы сопровождения. В качестве сигнала о наличии проблемной ситуации могут выступать: состояние общего неблагополучия, испытываемого ребенком/подростком; данные скрининговых исследований; прогностический анализ потенциальных трудностей. Принципиально важным является вопрос о доверии ребенка (подростка) - носителя проблемы - к сопровождающему взрослому. Получение «мандата доверие» возможно только при соблюдении строгой конфиденциальности, этических норм, при наличии взаимного уважения со стороны сопровождающего и сопровождаемого. Принцип «всегда на стороне ребенка» гарантирует защиту его интересов даже в тех случаях, когда педагог сталкивается с негативным поведением учащегося.

Целью диагностического этапа является осознание сути проблемы, определение ее носителей и потенциальных возможностей решения.

Сбор информации предполагает поиск различных источников информации о возможных в данной ситуации путях преодоления проблемы. На этом этапе специалисты по сопровождению обсуждают со всеми заинтересованными лицами возможные варианты

решения, выявляют позитивные и негативные стороны разных решений, строят прогнозы эффективности. На данном этапе важнее всего проявить внимание к любым способам решения проблемы, которые называет сам ребенок/подросток. Стимулирование самостоятельной активности носителя проблемы - одна из важнейших задач правильно организованного процесса сопровождения.

На этапе разработки программы сопровождения в результате анализа полученной информации о путях и способах решения проблемы, создаются условия для осознания проблемы самим сопровождаемым, распределяются обязанности по реализации плана действий, определяется последовательность шагов, уточняются сроки исполнения и возможность корректировки программы.

На этапе реализации программы сопровождения особенно важной является первичная помощь ребенку/подростку, всем участникам проблемной ситуации в реализации плана действий со стороны специалистов ППМС-центра. Необходимо фиксировать любые, даже минимальные, успехи на пути к поставленной цели.

Разрешение проблемы часто требует оказания помощи на третьем уровне, то есть активного вмешательства внешних служб. В этой ситуации специалист сопровождения принимает на себя координационные функции.

Оценочные этапы. Сопровождение предполагает выделение двух этапов оценки: промежуточной, которая позволяет выявить общую целесообразность выбранного плана решения проблемы и итоговую, которая позволяет оценить, приобрел ли сопровождаемый опыт решения подобных проблем. Этот этап может стать заключительным в отношении программы индивидуального сопровождения, а может стать стартовым в проектировании специальных методов предупреждения и решения проблем, типичных для значительных групп учащихся.

На заключительном этапе индивидуального сопровождения необходимо предоставить возможность ученику - носителю проблемы - реализовывать приобретенный собственный опыт, укрепляя уверенность в своих силах в процессе дальнейшего развития.

Карта индивидуального сопровождения заводится на каждого ученика школы в момент его первого знакомства со школой и пополняется данными диагностики, проводимой на определенных этапах обучения. Однако карту сопровождения нельзя рассматривать только лишь как «копилку информации» о ребенке. Если ученик нуждается в индивидуальной программе сопровождения, то сама программа и мониторинг ее эффективности найдут свое отражение в карте (см. Приложение).

Детальный анализ проблемы, сбор информации позволяют разработать программу индивидуального сопровождения, включающую планирование конкретных шагов, направленных на оказание помощи ребенку в решении проблемы.

Процесс индивидуального сопровождения можно описать через последовательную реализацию следующих шагов:

- 1) проведение квалифицированной диагностики сути проблемы, ее истории и потенциальных носителей;
- 2) информационный поиск методов и ресурсов, которые могут помочь решить проблему;
- 3) обсуждение возможных вариантов решения проблемы со всеми заинтересованными людьми и выбор наиболее целесообразного пути решения;
- 4) оказание первичной помощи ребенку и другим носителям проблемы на начальных этапах реализации плана действий.

Основные методы сопровождения:

- диагностический,
- информационный,
- проектировочный,
- консультативный.

Участниками процесса индивидуального сопровождения выступают: сопровождающий, сопровождаемый и его ближайшее окружение.

Этапы процесса сопровождения:

- диагностика сущности проблемы;
- построение программы сопровождения: проектирование путей решения проблемы; отбор содержания, средств; распределение ролей и функциональных обязанностей;
- реализация программы;
- анализ качества программы индивидуального сопровождения

Рассмотрим эти этапы подробнее. На этапе получения сигнала о проблеме фиксируется запрос на сопровождение от субъекта или субъектов проблемы. Как уже отмечалось ранее, инициатором взаимодействия может быть сам носитель проблемы, представитель его ближайшего окружения, сотрудник службы сопровождения. В качестве сигнала о наличии проблемной ситуации могут выступать: состояние общего неблагополучия, испытываемого ребенком/подростком; данные скрининговых исследований; прогностический анализ потенциальных трудностей. Принципиально важным является вопрос о доверии ребенка (подростка) - носителя проблемы - к сопровождающему взрослому. Получение «мандата доверие» возможно только при соблюдении строгой конфиденциальности, этических норм,

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 594 Московского района Санкт-Петербурга

при наличии взаимного уважения со стороны сопровождающего и сопровождаемого. Принцип «всегда на стороне ребенка» гарантирует защиту его интересов даже в тех случаях, когда педагог сталкивается с негативным поведением учащегося.

Целью диагностического этапа является осознание сути проблемы, определение ее носителей и потенциальных возможностей решения.

Сбор информации предполагает поиск различных источников информации о возможных в данной ситуации путях преодоления проблемы. На этом этапе специалисты по сопровождению обсуждают со всеми заинтересованными лицами возможные варианты решения, выявляют позитивные и негативные стороны разных решений, строят прогнозы эффективности. На данном этапе важнее всего проявить внимание к любым способам решения проблемы, которые называет сам ребенок/подросток. Стимулирование самостоятельной активности носителя проблемы - одна из важнейших задач правильно организованного процесса сопровождения.

На этапе разработки программы сопровождения в результате анализа полученной информации о путях и способах решения проблемы, создаются условия для осознания проблемы самим сопровождаемым, распределяются обязанности по реализации плана действий, определяется последовательность шагов, уточняются сроки исполнения и возможность корректировки программы

На этапе реализации программы сопровождения особенно важной является первичная помощь ребенку/подростку, всем участникам проблемной ситуации в реализации плана действий со стороны специалистов ППМС-центра. Фиксируются любые, даже минимальные, успехи на пути к поставленной цели.

Разрешение проблемы часто требует оказания помощи на третьем уровне, то есть активного вмешательства внешних служб. В этой ситуации специалист сопровождения принимает на себя координационные функции.

Оценочные этапы. Сопровождение предполагает выделение двух этапов оценки: промежуточной, которая позволяет выявить общую целесообразность выбранного плана решения проблемы и итоговую, которая позволяет оценить, приобрел ли сопровождаемый опыт решения подобных проблем. Этот этап может стать заключительным в отношении программы индивидуального сопровождения, а может стать стартовым в проектировании специальных методов предупреждения и решения проблем, типичных для значительных групп учащихся.

На заключительном этапе индивидуального сопровождения необходимо предоставить возможность ученику - носителю проблемы - реализовывать приобретенный собственный опыт, укрепляя уверенность в своих силах в процессе дальнейшего развития.

Приложение 1

Вопросы зависимого (аддиктивного) поведения у детей и подростков.

Уважаемые родители!

Педагогический коллектив и администрации школы проводит социологическое исследование с целью выявления информированности и отношения родителей к проявлениям у детей и подростков зависимостей (**аддиктивного поведения**) и выработки возможных путей сотрудничества родителей и школьного коллектива по профилактике и предотвращению данных явлений.

Заполнение анкеты не займет много времени. Опрос проводится анонимно. Внимательно прочитайте вопрос и варианты ответа на него. Обведите кружком один или несколько вариантов ответа наиболее подходящих Вам.

На те вопросы, где не предлагается готовый вариант ответа, отвечать нужно подробно.

1. Как Вы понимаете выражение - «здоровый образ жизни»?

- а. не пить, не курить, не употреблять наркотики.
- б. заниматься спортом.
- в. иметь полноценную духовную жизнь.
- г. другое _____.

2. Считаете ли необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?

- а. считаю, что это необходимо.
- б. считаю, что это не главное в жизни.
- в. может быть стоит.
- г. эта проблема меня не волнует.

3. Какие виды зависимостей Вам известны? (перечислить) _____

_____.

4. Считаете ли Вы, что употребление наркотиков, алкогольная зависимость и табакокурение грозит только детям из неблагополучных семей?

- а. да, так как ребенок считает подобное поведение нормой.
- б. нет, так как большое влияние имеют такие факторы, как улица, школа, СМИ, реклама.
- в. эта проблема меня не волнует.

5. Считаете ли Вы опасными для здоровья ребенка такие зависимости, как:

- а. интернет зависимость.
- б. игровая зависимость.
- в. зависимость от азартных игр (карты).
- г. зависимость от сладкого, от еды (пищевая зависимость).
- д. зависимость от другого человека (любовная зависимость, мнимая «дружба»).
- е. потребность в экстриме (непреодолимая тяга к опасностям, риск, угрожающей жизни и здоровью ребенка).

6. По какой причине дети и подростки начинают употреблять наркотики, алкоголь, никотин?

- а. любопытство (благодаря высказыванию не очень умных людей «Все надо попробовать!»).
- б. за компанию (желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища).
- в. вынудили, заставили (боязнь быть отвергнутым в компании сверстников).
- г. для снятия стресса, напряжения.
- д. занять свободное время (безделье, отсутствие каких-либо занятий и обязанностей, в результате – эксперимент от скуки).
- е. способ привлечения внимания, как родителей и сверстников.
- ж. желание быть «плохим» в ответ на давление со стороны родителей.
- з. личный пример родителей (неблагополучие в семье, систематическое употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение).

7. Если бы Вы узнали, что Ваш ребенок употребляет наркотики, алкоголь, курит? Ваши действия?

- а. физическое наказание.
- б. соберу информацию о компании, где ребенок оказался втянутым в наркотики, в распитие алкоголя, табакокурение.
- в. обращаюсь в организации, где можно получить помощь, консультацию, поддержку в данной ситуации.
- д. попробую «напугать» ребенка, что сдам его в больницу.
- е. обращаюсь к психиатру - наркологу.

8. Какие последствия употребления наркотиков Вы знаете?

- а. смерть.
- б. различные заболевания.
- в. не знаю.
- г. не думал об этом.
- д. «чему быть того не миновать».

9. Интересуетесь ли Вы, как проводит свободное время Ваш ребенок, с кем дружит, чем увлекается?

- а. да, знаком со всеми друзьями своего ребенка и их родителями, всегда знаю, чем занят и где находится ребенок.
- б. я слишком занят на работе, совершенно нет времени на общение.
- в. «проголодается - сам домой придет».

10. В общении дома со своими детьми Вы затрагиваете проблему зависимости от наркотиков, алкоголя, табакокурения?

- а. нет, никогда, что бы не вызвать интерес попробовать.
- б. время от времени. Подросток должен владеть истиной информацией, а не получать ее на улице.
- в. такими вопросами должна заниматься школа.
- г. не считаю необходимым, человек должен сам сделать свой выбор путем проб и ошибок.

11. С какими бы специалистами Вы хотели бы встретиться, что бы больше узнать о возникновении у детей зависимостей и на какие другие темы хотели бы поговорить и задать вопросы? _____

12. Как Вы считаете, необходимо ли в школе проводить родительские собрания, лекции, «круглые столы» по данной теме?

ДА _____ НЕТ _____ МНЕ БЕЗРАЗЛИЧНО _____

13.Какая форма проведения информационной работы по профилактике зависимостей у детей Вас устроит?

а. родительские собрания.

б. в виде лекции.

в. «круглые столы» в виде вопросов и ответов с участием педагогов и специалистов различных областей профилактики зависимого поведения у детей (врачи различных специальностей, психологи, наркологи, правоохранительные органы и т.д.)

14.Считаете ли Вы, что существующего взаимодействия между родителями и школой достаточно для успешной профилактики зависимого поведения и воспитания детей?

а. нет, так как педагоги более подготовлены к данным ситуациям, владеют методиками воспитания детей, знаниями психологии и педагогики.

б. не уверен, дети все равно сделают по своему.

в. да, только совместными усилиями школы и семьи, едиными требованиями можно достичь успехов в воспитании детей.

Благодарим за участие в анкетировании!