



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ
КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Психолого-педагогическая коррекция аддиктивного поведения
подростков

Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность программы бакалавриата
«Психология образования»

Проверка на объем заимствований:
61,94 % авторского текста

Выполнила:
студентка группы ОФ-410/099-4-1
Генгер Александра Юрьевна

Работа рекомендована к защите
рекомендована / не рекомендована
« 30 » 05 2019 г.
зав. кафедрой ТиПП
Кондратьева О.А.

Научный руководитель:
к.псх.н., доцент кафедры ТиПП
Мельник Е.В.

Челябинск
2019

Оглавление

	Введение.....	3
Глава I.	Теоретическое исследование проблемы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков	
1.1.	Аддиктивное поведение личности как психологический феномен.....	6
1.2.	Особенности проявления, причины и последствия аддиктивного поведения подростков.....	14
1.3.	Модель психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков.....	22
Глава II.	Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков	
2.1.	Этапы, методы и методики исследования.....	32
2.2.	Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	39
Глава III.	Опытно-экспериментальная работа по психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков	
3.1.	Программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков.....	47
3.2.	Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	55
3.3.	Психолого-педагогические рекомендации по профилактике и коррекции аддиктивного поведения подростков.....	61
	Заключение.....	71
	Библиографический список.....	74
	Приложения.....	84

Введение

В настоящее время исследование аддикций достаточно популярно. Растущее число подростков с аддиктивными формами поведения является одной из серьезных проблем общества, ведь алкоголь, сигареты, наркотики и другие предметы зависимостей, находятся сейчас в легком доступе, что представляет серьезную опасность для физического и психического здоровья людей.

Приведем некоторые статистические данные, касающиеся аддиктивного поведения подростков в России.

По данным Минздрава РФ, среди подростков и детей проявляется тенденция к снижению пагубного употребления алкоголя, благодаря чему снизилось и количество преступлений, совершенных несовершеннолетними в состоянии алкогольного опьянения, что, несомненно, радует [9].

Однако, по данным статистики в России за 2017 год, средний возраст наркозависимых лиц составляет 15-17 лет. Это усугубляется тем, что стоимость дозы снизилась от нескольких тысяч до нескольких сотен рублей. К тому же, если раньше наркотические вещества доставали с большим трудом, то сейчас их продают практически в открытую [67].

Негласная статистика курения в мире среди подростков указывает на то, что регулярно употребляют сигареты среди несовершеннолетних всего 40 детей на 10 тысяч. Российские общественные организации указывают на то, что сейчас курят порядка 25% подростков, причем среди них 30% - это девушки. С каждым годом курение среди них распространяется все больше. Если рассматривать статистику курящих подростков в возрасте от 15 до 17 лет, то она ничем не отличается от взрослой, то есть сигаретами увлекаются 40% всех подростков, из которых 20% - девушки [66].

В настоящее время в России можно встретить пропаганду алкоголя, курения, игромании и т.д. как в семье, так и по телевидению. Если бы этого не происходило, то большинство подростков вели бы более здоровый образ

жизни. Важно, чтобы подростки сами понимали, что любая зависимость не ведет ни к чему хорошему.

Коррекция и профилактика аддиктивного поведения в подростковом возрасте важна, так как этот возраст характерен множеством кризисных явлений. Намного легче проводить психолого-педагогическую коррекцию и профилактику и выявлять склонность к аддикциям, чем лечить последствия зависимости [4, с. 125].

Различные аспекты зависимого поведения представлены в работах зарубежных (К. Янг, С.-С. Чен, Х. Айзенк, Д.Р. Меерс, Л.М. Доддс, Л. Вёсмер, Г. Марлат, М. Ландри и др.) и отечественных исследователей (Н.В. Дмитриева, Е.П. Ильин, Ц.П. Короленко, В.Д. Менделевич, Т.А. Донских, Е.В. Змановская, А.Е. Личко, Н.П. Фетискин и др.) [46, с. 129].

Важность и актуальность рассматриваемой проблемы обусловили выбор темы квалификационной работы: «Психолого-педагогическая коррекция аддиктивного поведения подростков».

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию аддиктивного поведения подростков.

Объект исследования: аддиктивное поведение подростков.

Предмет исследования: психолого-педагогическая коррекция аддиктивного поведения подростков.

Гипотеза исследования: склонность к аддиктивному поведению у подростков изменится в результате реализации разработанной нами коррекционной программы.

Задачи исследования

1. Изучить аддиктивное поведение личности как психологический феномен.
2. Выявить особенности проявления, причины и последствия аддиктивного поведения подростков.

3. Разработать модель психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков.

4. Определить этапы, методы и методики исследования.

5. Охарактеризовать выборку, провести констатирующий эксперимент и проанализировать его результаты.

6. Подготовить и реализовать программу психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков.

7. Провести опытно-экспериментальное исследование и проанализировать его результаты.

8. Разработать психолого-педагогические рекомендации по профилактике и коррекции аддиктивного поведения подростков для родителей и педагогов.

Методы исследования

1. Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы, синтез, обобщение, моделирование, целеполагание.

2. Эмпирические: констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, тестирование.

3. Математический: Т-критерий Вилкоксона.

Методики исследования:

1. Тест «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен);

2. Тест-опросник «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич);

3. Тест-опросник «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел).

База исследования. Исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ» №137 г. Челябинска. В исследовании принимали участие 26 подростков 7 «б» класса в возрасте 13-14 лет, из них 14 (54%) мальчиков и 12 (46%) девочек.

Структура работы: квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, библиографического списка и приложений.

Глава 1. Теоретическое исследование проблемы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

1.1. Аддиктивное поведение личности как психологический феномен

В психолого-педагогической литературе, аддиктивное поведение является одной из форм отклоняющегося или девиантного поведения с формированием у человека стремления ухода от реальности с помощью изменения своего психического состояния посредством злоупотребления различными веществами или одержимостью определенным видом деятельности с целью искусственного повышения своего эмоционального состояния (Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, 1988) [цит. по 47, с. 34].

Такое зависимое поведение нередко по своей структуре является девиантным. Вследствие чего логичным представляется изучение современного состояния проблемы отклоняющегося поведения [47, с. 27].

Аддиктивное или зависимое поведение имеет ряд подвидов, дифференцируемых в основном по объекту аддикции. Это могут быть абсолютно любые объекты и формы активности — химические вещества, интернет игры, работа, деньги, физические упражнения или секс [36, с. 134].

В настоящее время больше всего распространены такие объекты зависимости, как: 1) психоактивные вещества – ПАВ (легальные и нелегальные наркотики); 2) алкоголь (в большинстве классификаций относится к первой подгруппе); 3) игры; 4) пища; 5) секс; 6) религиозные культы.

В соответствии с перечисленными объектами выделяют следующие формы зависимого поведения: 1) химическая зависимость (курение, токсикомания, наркозависимость, лекарственная зависимость, алкогольная зависимость); 2) нарушения пищевого поведения (переедание, воздержание от еды); 3) гэмблинг — игровая зависимость (компьютерная зависимость, азартные игры); 4) сексуальные аддикции (зоофилия, фетишизм, пигмалионизм, трансвестизм, эксгибиционизм, вуайеризм, некрофилия,

садомазохизм); 5) религиозное деструктивное поведение (религиозный фанатизм, втянутость в секту) [30, с. 118].

Ведущим мотивом личностей с аддиктивными формами поведения — это активное изменение неудовлетворяющего их психического состояния, которое рассматривается ими как «серое», «скучное», «монотонное», «апатичное». У такого человека не получается найти в реальной жизни какие-либо направления деятельности, которые способны надолго задержать его внимание, обрадовать или породить иную выраженную эмоциональную реакцию. Жизнь видится ему неинтересной в силу ее обыденности и однообразности. Он не принимает то, что считается в обществе нормальным: необходимость что-либо делать, заниматься какой-нибудь деятельностью, придерживаться принятым в семье или обществе традициям и нормам. Можно говорить о том, что у индивида с аддиктивным поведением значительно снижена активность в обыденной жизни, наполненной требованиями и ожиданиями. При этом аддиктивная активность носит предпочтительный характер: в тех областях жизни, которые хоть ненадолго, однако приносят человеку удовлетворение и вырывают его из мира эмоциональной стагнации и бесчувственности, он может проявлять чрезмерную активность для достижения цели. В этом отношении показателен пример наркомана, для которого вся окружающая жизнь неинтересна и в ней он пассивен. При этом его желание ввести себе наркотическое вещество или получить его отражается в феноменальной энергии, активности и азарте [47, с. 34].

В развитии аддиктивного поведения играют роль средовые, конституционально-биологические, микросоциальные (семейные), половые и психологические факторы (Wurmsler L., 1987).

Ведущее значение в формировании аддиктивных расстройств играют определенные психологические особенности человека: непереносимости жизненных трудностей, наравне с хорошей переносимостью кризисных ситуаций; скрытый комплекс неполноценности, сочетающийся с внешне проявляемым превосходством; внешняя социальность, сочетающаяся со

страхом перед стойкими эмоциональными контактами; тенденция возлагать вину на других; попытки избежать ответственности в принятии решений; неоригинальность поведения; зависимость; беспокойность (Ц.П. Короленко, 1991; Г.Т. Красильников, Я.П. Гирич, 1999). Для аддиктов свойственно стремление к контролю, эгоцентризм, двойственность мышления, желание выдать ложное впечатление отсутствия проблем и благополучия [40, с. 56].

Макросоциальные факторы, которые влияют на формирование аддиктивного поведения, включают дезинтеграцию общества, происходящие в нем изменения, к которым плохо адаптируются отдельные члены общества. Микросоциальные факторы, которые влияют на возникновение аддиктивного поведения, определяют семейные, внесемейные взаимодействия, на основании которых определены отдельно взятые реакции, особенности общения, система предпочтений и пожеланий индивидуума. Они могут обладать как конструктивным, так и деструктивным действием. Развивается аддикция, когда нет чётких границ между всеми членами семьи, из-за чего не определён круг обязанностей, можно уйти от ответственности или избавиться от чувства вины при помощи аддиктивного поведения. В своей повседневной жизни, в любой ситуации, человек стремится достичь психологического комфорта, но когда этого стремления невозможно достичь, возникают определенные зависимости или же «пагубные привычки». Основой почти всех зависимостей является внутриличностный конфликт, противоречия, с которыми не справляется личность, если не уйти от реальности. Именно поэтому зависимость – это личностное нарушение [43, с. 781].

Базисной характеристикой аддиктивной личности является зависимость в любых ее проявлениях. Чтобы оценить, относится ли человек к данному типу людей, выделяют такие признаки.

1. Отсутствие способности принять решение, не прибегая к советам других людей;
2. Разрешить другим людям принять важные решения за отдельно

взятого человека;

3. Согласиться с другими людьми, по поводу принятых решений из-за страха быть отвергнутыми, даже осознавая их неправоту;

4. Затруднение начать определенное дело самостоятельно;

5. Добровольно выполнять унижительные или неприятные работы для того, чтобы приобрести поддержку, любовь со стороны окружающих;

6. Непереносимость одиночества – предпринятие значительных усилий во избежание его;

7. Чувство опустошенности, беспомощности, в момент, когда не поддерживается близкая связь;

8. Страх быть отвергнут;

9. Ранимость, податливость критике, неодобрению со стороны других людей [47, с. 36].

При зависимом поведении необязательно исходом будет заболевание или смерть, однако, есть место личностным изменениям и социальной дезадаптации. Немаловажным значением обладает процесс формирования аддиктивной установки – это когнитивные, эмоциональные, поведенческие особенности, на основании которых формируются аддиктивные взгляды к жизни [52, с. 111]:

1. У человека появляются мысли и разговоры об объекте аддикции;

2. Аддикт пытается оправдать свою зависимость («все курят», «без алкоголя нельзя снять стресс», «я могу себя контролировать», «все наркоманы хорошие люди» и др.);

3. Одновременно развивается недоверие ко всем другим людям, не таким, как они сами, в том числе и специалистам, старающимся оказать им помощь («они не могут меня понять, т. к. не знают, что это такое»). В результате — аддиктивная установка приводит к тому, что объект зависимости становится целью существования и образом жизни;

4. Желание слиться с объектом аддикции настолько доминирует, что человек готов преодолевать любые трудности на пути достижения своей

цели: ложь, изобретательность, упорство, защитно-агрессивное поведение, вплоть до противоправных действий;

5. Развивается отрицание болезни или ее тяжести (нежелание признавать свою зависимость — «я — не алкоголик», «захочу — брошу пить» и др.). Это приводит к осложнению взаимопонимания с окружающими, затрудняет оказание помощи, а нередко приводит к невозможности преодолеть зависимость.

Таким образом, зависимое поведение — аутодеструктивное по своей сути, поскольку неизбежно разрушает организм и личность человека [3, с. 63].

Зависимому поведению свойственны следующие признаки:

1) синдром измененной восприимчивости организма к действию данного раздражителя (защитные реакции, устойчивость к нему, форма потребления);

2) синдром психической зависимости (навязчивое влечение, психический комфорт в период потребления, будь то наркотик, алкоголь или игровой аппарат);

3) синдром физической зависимости (компульсивное влечение, потеря контроля над дозой, абстинентный синдром, физический комфорт в интоксикации).

Последний из приведенных признаков более выражен у людей, страдающих зависимостью от каких-либо химических веществ, но в меньшей степени он также может иметь место и у людей с нехимическими зависимостями. В любом случае эти три синдрома отличают человека, страдающего болезнью зависимости, от здорового [6, с. 16].

Этапы аддиктивного поведения (по Короленко Ц.П. и Донских Т.А.).

Первый этап — «Первые пробы». Первое знакомство с наркотиком, которое является эпизодическим, когда человек получает положительные эмоции и сохраняет контроль над всем происходящим.

Второй этап — «Аддиктивный ритм». Постепенное формирование

устойчивого индивидуального ритма употребления, с выполнением относительного контроля. Этот этап часто именуют как стадия психологической зависимости, когда при помощи наркотика действительно удается на определенное время улучшить свое физиологическое состояние. Постепенно организм привыкает к большим дозам наркотика, одновременно происходит накопление социально-психологических проблем, усиливаются дезадаптивные стереотипы в поведении.

Третий этап – «Аддиктивное поведение» (аддикция становится стереотипным механизмом реагирования). Учащается ритм употребления в максимальных дозах, проявляют себя признаки физиологической зависимости, интоксикации и полной утраты контроля. Выражение защитного механизма аддикта осуществляется за счет упорного отрицания имеющихся у него психологических проблем. Однако на подсознательном уровне возникают такие чувства, как тревожность, беспокойность, неблагополучие. Имеет место внутренний конфликт «Я - прежний» и «Я - аддиктивный».

Четвертый этап – преобладание аддиктивного поведения, когда разрушается исходное «Я». Наркотик прекращает приносить какое-либо удовольствие, его употребляют лишь для того, чтобы избежать страданий, боли. Это все сопровождается изменениями личности, сложно установить и поддерживать контакт с таким человеком.

Пятый этап – «Катастрофа». Полное разрушение личности и на психологическом, и на биологическом уровне. Это связано с тем, что из-за хронической интоксикации поражаются органы и системы жизнедеятельности организма.

Заключительный этап – это нарушение аддиктами общественного порядка, вымогательство денег, совершение краж. Всегда есть место риску свести счеты с жизнью. Основными мотивами являются, достижение грани отчаяния, безысходности, одиночества, изоляции от мира. Могут возникать эмоциональные срывы, агрессия, ярость, подавленность [цит. по 71, с. 70].

Представление о том, что такое природа зависимого поведения, развивалось параллельно с тем, как развивалась культура. Условно выделяют такие концепции формирования зависимого поведения:

1. Социально-гигиеническая концепция. Речь идет о природе зависимого поведения, условиях жизни, взаимоотношениях людей, характерах, обычаях социальной микросферы, отношениях производственного и экономического характера.

2. Социально-психологическая концепция. Зависимое поведение трактуется в качестве неспецифического показателя социально-психологической несостоятельности личности, когда не развиты ее нравственно-ценностные сферы, когда человек изолирован от социально-активной жизни.

3. Генетическая концепция. Основываясь на клинико-генеалогические и близнецовые методы исследования, убедительно видна роль наследственной предрасположенности к таким явлениям, как алкоголизм и наркомания.

4. Генетотрофическая концепция. Объяснение пристрастий к алкоголю, наркотикам как к наследственному фактору, что связано с нарушением обмена веществ, когда организм нуждается в определенных пищевых продуктах, это касается витаминов группы В, ненасыщенных жирных кислот, микроэлементов.

5. Этаноловая (наркоманическая) концепция. Главная причина алкоголизма, наркомании – это специфическое воздействие на организм непосредственно алкоголя или наркотика. На основании данной концепции, люди делятся на «алкоголеустойчивых» и «наркоустойчивых», «алкоголенеустойчивых» и «нарконеустойчивых».

Рассмотрим модели поведения при зависимостях от психоактивных веществ [6, с. 22].

1. Успокаивающая модель. ПАВ употребляют с целью снять напряжение, достичь расслабления, уйти от действительности, сложных

жизненных ситуаций. Основной мотив употребления наркотиков заключается в высоком уровне напряжённости, преобладании плохого настроения, раздражительности, мрачности. Отдельно взятые лица употребляют ПАВ для того, чтобы скорректировать свое эмоциональное состояние, снизить уровень тревоги, депрессии, апатии. Употребление ПАВ является способом самолечения на первых этапах развития и проявления эмоционального расстройства.

2. Коммуникативная модель. Зависимость возникает на основе неудовлетворенных потребностей в общении, доброжелательности, любви. При приеме ПАВ, общаться со сверстниками и противоположным полом становится легче. Пропадает замкнутость, стеснительность, появляется уверенность в себе. Этим средством, зачастую, пользуются замкнутые, тревожно-мнительные, эмоционально-ранимые подростки.

3. Активирующая модель. Применение ПАВ с целью подъема жизненных сил, бодрости. Таким же образом достигается выход из состояния скуки, душевной пустоты и бездействия.

4. Гедонистическая модель. Употребление ПАВ используется для получения приятных ощущений, создания психического и физического комфорта. Стремление уйти в фантазийный, галлюцинаторный мир с целью пережить состояние эйфории может привести к формированию болезненного пристрастия.

5. Конформная модель. «Быть со всеми, быть как все» (характерно для подростков). Стремление подростков подражать, быть принятыми группой, самоутвердиться в группе — все это может быть причиной употребления ПАВ. В большей степени эта модель относится к высококвнущаемым, тревожно-мнительным подросткам, которые слепо подражают своим лидерам, некритически перенимают все правила поведения группы.

6. Манипулятивная модель. Использование ПАВ для манипулирования другими, демонстрации своей исключительности. Для того чтобы привлечь внимание и завоевать авторитет употребляются наркотики или алкоголь.

7. Компенсаторная модель. Эта модель поведения определяется необходимостью компенсировать какую-то неполноценность личности, дисгармоничность характера. Жизненные трудности, конфликты в школе, дома могут выступать пусковыми факторами употребления ПАВ [6, с. 22].

Подведем итог: аддиктивное поведение является одной из форм отклоняющегося или девиантного поведения с формированием у человека стремления ухода от реальности с помощью изменения своего психического состояния посредством злоупотребления различными веществами или одержимостью определенным видом деятельности с целью искусственного повышения своего эмоционального состояния. Зависимое поведение различается по объектам аддикции. На его развитие влияют средовые, конституционально-биологические, микросоциальные (семейные), половые и психологические факторы. Аддиктивное поведение вызывает личностные изменения и социальную дезадаптацию, а также разрушает организм.

1.2. Особенности проявления, причины и последствия аддиктивного поведения подростков

Подростковый возраст обычно характеризуется как переломный, переходный, критический, трудный, возраст полового созревания [8, с. 76]. Подростковый период в развитии ребенка считают особенно трудным как для родителей и педагогов, так и для самих детей. В основе такой оценки лежат критические, психологические и физиологические состояния, объективно возникающие в процессе развития, которые называют «критическими периодами детства». Поэтому подростковый возраст иногда называют затянувшимся кризисом. Его хронологические границы совпадают с обучением детей в 6–9-х классах современной школы: от 11–12 до 15–16 лет.

Подростковый возраст - это период активного качественного перехода от детского состояния к взрослому, со сложнейшими противоречивыми

внутренними процессами преобразования всей личности от физиологии до высших форм самоосознания и своих взаимоотношений с миром. В этом возрасте как никогда остро проявляется антагонизм личности и социальности [61, с. 64].

Во многих странах мира проблема аддиктивности относится именно к лицам подросткового возраста. К появлению у подростков аддиктивного поведения следует относиться крайне внимательно, так как выделяют стремительный рост часто встречаемых форм проявления аддиктивности у подростков – алкоголизма и наркомании. Проблема аддиктивности у подростков – не только медицинская или морально-нравственная проблема, это высоко значимая социальная проблема, так как относится к здоровью, безопасности, сохранности генофонда страны и человечества [42, с. 126].

Распространение наркомании и алкоголизма в России в последние годы является одной из наиболее острых социально-психологических проблем современного общества. Наркомания представляет опасность не только для нации в целом, но и для отдельных индивидов, прежде всего для подрастающего поколения. Из-за неблагоприятной социально-экономической ситуации в стране, кризиса духовных ценностей и кризиса семьи, возникает давление на хрупкую личность подростка, а это, в свою очередь, способствует формированию аддиктивного поведения [35, с. 212].

Развитие личности, в современном обществе, осуществляется при больших стрессах, нагрузках, которые связаны с разными неблагоприятными факторами. Жизнь современных людей протекает в условиях, когда отсутствует традиционная семейная структура, нет эмоциональной, социальной и экономической поддержки за пределами ядерной семьи (Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева). Из-за этого происходит постепенное нарастание отчуждения, возникает потребность уйти от существующих проблем, психологического дискомфорта. Чаще всего, уйти от реальности получается, применяя аддиктивные формы поведения. Личность воспринимает их как приемлемые средства, чтобы снять стресс и решить

личные трудности [19, с. 65].

В структуре личности подростков, склонных к зависимому поведению, индивидуально-психологические особенности накладываются и усиливаются за счет возрастных и социально-психологических. Общение, значимое для всех подростков как источник особенного социального опыта, приобретает чрезвычайный смысл для тех молодых людей, которые в силу каких-либо причин испытывают трудности в регуляции своего эмоционального состояния [14, с. 480].

В последнее время, число несовершеннолетних, у которых обнаружено нарушение поведения, возросло. Часто встречаемой существенной формой аддиктивного поведения является химическая зависимость. Это связано с тем, что алкоголизм, наркомания, токсикомания и курение являются атрибутами молодежной культуры. Число подростков, не употребляющих алкоголь, гораздо меньше, чем тех, кто употребляет и употребляет регулярно. Это касается и мальчиков, и девочек. Непосредственно факт употребления спиртных напитков в подростковом возрасте является патологией, независимо от того, какое количество алкоголя употребляется.

Стоит отметить, что у больных ранним алкоголизмом наблюдаются возбудимость, агрессивность, сексуальные извращения, заостренность характерологических черт, депрессивные реакции, нарушения социальной адаптации, узость интересов, асоциальные тенденции, циничность, эмоциональная холодность, утрата привязанности к семье и т. д.

Кроме того, характерными особенностями являются подозрительность, недоверчивость, повышенная мнительность, необоснованная ревность, готовность к болезненной фиксации ошибочных утверждений. В мотивационной сфере изменяется содержание каждой потребности, перестраивается иерархия мотивов. Алкоголь выступает как ведущий мотив поведения, им же и обусловлена ранняя криминализация [12, с. 83].

Острее стоит проблема употребления наркотиков несовершеннолетними. Подростков, у которых наблюдается склонность к

злоупотреблению наркотиков, токсических веществ, делят условно на 3 основные группы. Первая группа – школьники, которые попробовали наркотические вещества из любопытства. Вторая группа – дети, проживающие в неблагоприятной семье, когда часто встречаются конфликты в семье, есть алкоголики, психически больные. Третья группа – это подростки, с органически пораженным головным мозгом. У них выделяют низкую критичность мышления, повышенный уровень внушаемости, из-за чего они легко поддаются разным негативным влияниям.

Распространенность наркомании и токсикомании у подростков, несмотря на проводимые профилактические мероприятия, остается высокой и часто заканчивается трагически. Злоупотребление чрезмерной дозой даже однажды вводимого вещества может привести к серьезным последствиям вследствие которых возникают необратимые изменения в головном мозге [34, с. 238].

В последнее время среди подростков стало модно и популярно курение. Современный российский школьник – подросток начинает курить в среднем в 13 лет, курящих среди учащихся школ - 45,5%.

Употребление табака в первую очередь отражается на физическом развитии (показатели длины и массы тела) подростков. Последствиями регулярного курения для подростков являются: 1) нервные расстройства: у подростков проявляется раздражительность, вспыльчивость, агрессивность, нарушение сна; 2) изменения в познавательной деятельности (ослабевают внимание и память, снижается умственная работоспособность); 3) повышается риск формирования эпилептиформных припадков и развития рака легких [42, с. 127].

Рассмотрим не менее редкую аддикцию такую как - интернет зависимость. Впервые компьютерную зависимость выявили в начале 80-х годов ученые из Америки. В наше время термин «компьютерная зависимость» еще не признан многими учеными, занимающимися проблемами психических расстройств, однако сам феномен формирования

патологической связи между человеком и компьютером стал очевиден и приобретает все больший размах. Помимо компьютерной зависимости, выделяют также родственные виды зависимостей: интернет-зависимость и игромания, которые связаны с проведением долгого времени за компьютером, а учитывая тот факт, что интернет и компьютер есть сейчас в каждом доме, не удивительно, что дети настолько сильно подвержены данной зависимости, как наиболее не зрелые члены нашего общества [59, с. 98].

Исследователи из Китайской академии наук, сделали вывод, что интернет-зависимость вызывает физические повреждения мозга, так же как и наркомания. Она наносит повреждения оболочке нервов в мозгу подростков — примерно такие же последствия возникают после длительного употребления тяжелых наркотиков, алкоголя или марихуаны.

Ученые из Китая также отметили, что интернет-зависимость наносит разрушительную силу относительно физического, а не психического здоровья человека. В исследовании участвовали 35 подростков, юношей и девушек в возрасте от 14 до 21 года. Все они должны были для начала ответить на вопросы, призванные выявить интернет-зависимость. По итогам предварительного тестирования «живущих в Сети» набралось семнадцать человек. Затем последовало МРТ-сканирование мозга. Сравнивая МРТ-снимки, ученые обратили внимание на различия в строении белого вещества орбитофронтальной коры и еще нескольких важных зон, отвечающих за формирование и обработку эмоций, концентрацию внимания, принятие решений и самоконтроль.

У интернет-зависимых также были нарушены проводящие пути, соединяющие между собой разные функциональные участки: информация между отделами мозга передавалась не в полной мере. Оказалось, что интернет-зависимость наносит существенный вред нервным волокнам, соединяющим жизненно важные части мозга, которые формируют процессы эмоций, принятие решений и самоконтроль. Исследователи подчеркнули, что

такие нарушения в проводящих структурах мозга реализуются у интернет-зависимых с помощью тех же неврологических и психологических механизмов, как у больных алкоголизмом или у людей с разными формами наркозависимости [68, с. 439].

Процессу появления и развитию аддиктивного поведения способствуют биологические, психологические и социальные влияния (Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева, 2000).

Биологические предпосылки - это определенный, своеобразный способ реагирования каждого отдельно взятого человека на различные воздействия, например, на алкоголь. Обратили внимание, что лица, которые изначально реагировали на алкоголь как на вещество, которое меняет психологическое состояние, более склонны к тому, чтобы развивалась алкогольная аддикция. Американскими учеными был выведен такой фактор, что есть место генетической предрасположенности к разным формам аддиктивного поведения, которые могут передаваться по наследству.

Социальные факторы, которые влияют на аддиктивное поведение, заключаются в дезинтеграции общества и нарастании изменений, при отсутствии возможности своевременно адаптироваться к ним.

Большим значением при возникновении аддикции обладает фактор психологической травмы детского возраста и насилия над детьми, отсутствия заботы, предоставление детей самим себе [60, с. 37].

Основные отклонения в поведении несовершеннолетних заключаются в проявлении безнадзорности, правонарушений, употреблении психоактивных веществ, в этом за основу принята лишь социальная дезадаптация, причины которой лежат в дезадаптированной семье.

Подросток с социальной дезадаптацией, находясь в трудной жизненной ситуации, является жертвой, чьи права на полноценное развитие грубо нарушили. Семьи, для которых характерны наиболее глубокие дефекты социализации, вольно или невольно провоцируют детей на раннее употребление психоактивных веществ и совершение правонарушений.

Криминологами выделяются следующие типы дисфункциональных, неблагополучных семей.

Псевдоблагополучная семья. Такая семья отличается ярко выраженным деспотическим характером, безоговорочным доминированием одного из родителей, полным подчинением ему остальных членов семьи, наличием жестоких взаимоотношений и применением физического наказания.

Неполная семья. Такая семья в современных условиях может отрицательно сказаться на формировании личности подростка и также способствуют его десоциализации.

Проблемная семья характеризуется соперничеством между родителями за главенствующее положение в семье, отсутствием всякого сотрудничества между членами семьи, разобщенностью, изоляцией между родителями и детьми.

Аморальная семья. В ней наблюдаются такие отрицательные факторы, как правонарушения, совершаемые родителями или иными членами семьи, пьянство и алкоголизм, систематические конфликты, выливающиеся в скандалы и драки, развратное поведение родителей.

Криминогенная семья. Такая семья, члены которой совершают преступления. Иногда приходится констатировать, что криминальная деятельность является основным видом деятельности конкретного лица или семьи в целом. К психологическим факторам относятся личностные особенности, отражение в психике психологических травм в различных периодах жизни [64, с. 301].

Последствием аддиктивного поведения может стать деградация личности. Деградация личности обнаруживается в морально-нравственном оскудении, утрате привычных интересов с последующим их полным исчезновением, эмоциональном уплощении, примитивизации эмоций, постепенном ослаблении семейных и общественных привязанностей, нарушении способности к адекватному поведению и коррекции своего поведения, а также к критической оценке окружающего.

Помимо личностной деградации происходят изменения и в познавательной деятельности. Мышление подростков с зависимым поведением утрачивает глубину, нарушается логичность и последовательность суждений, слабеют ассоциации, происходит сужение объема кратковременной и долговременной памяти. Такие подростки не могут долго сосредоточивать свое внимание, быстро истощаются, устают, допускают все больше ошибок при выполнении относительно несложной умственной работы. Отмечается отсутствие познавательной и учебной мотивации. Безусловно, все это закономерным образом сказывается на учебной продуктивности.

При сформированной деградации личности поведение несовершеннолетних может быть различным. В одних случаях, наряду с цинизмом, повышенной заражаемостью в условиях конфликта, возбудимостью и агрессивностью, подросток становится назойливым, придирается к окружающим, легко вступает в конфликт. В других случаях преобладает благодушный фон настроения, резко проявляется юмор в форме шаблонных стереотипных шуток. Это свидетельствует о полном отсутствии способности критически оценивать свое поведение и сложившуюся ситуацию. У третьих преобладает вялость, пассивность, отсутствие сколько-нибудь выраженных побуждений, инициативы [75, с.103].

Так изменения личности рассматриваются как психосоциальная деградация, которая включает в себя эмоциональную, волевою и интеллектуальную деградацию.

На основании того, что последствия, к которым приводит аддиктивное поведение обладают необратимым характером, следует обращать внимание на определение факторов, которые предрасполагают к формированию зависимости. К таким факторам относятся личностные особенности подростков [37, с. 40].

Среди личностных особенностей, которые предрасполагают к зависимости, относят психопатические особенности характера, психический

инфантилизм, вегетативную недостаточность. В большинстве случаев развитию наркомании предшествуют соматические заболевания с нарушением сна или выраженным болевым синдромом, когда больные прибегают к соответствующим лекарственным средствам по медицинским показаниям.

Большое значение в развитии зависимостей также придается влиянию референтной группы, склонности к подражанию и любопытству, свойственным подростковому возрасту [42, с. 129].

Таким образом, подростки больше склонны к формированию зависимости из-за различных причин, например: неблагоприятная среда для развития, низкая успеваемость в школе и низкая психологическая устойчивость, чувство одиночества, потребность в самовыражении, стремление к острым ощущениям и т.д. Аддикции могут нанести огромный ущерб здоровью человека, повлиять на физическое и психическое развитие подростка. Также могут произойти личностная деградация и изменения в познавательной деятельности. Поведение подростков с аддиктивным поведением может быть различным. Они легко вступают в конфликт, агрессивны, придираются к окружающим, или же наоборот, может преобладать благодушный фон настроения и проявляться юмор.

1.3. Модель психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

Неотъемлемой частью и наиболее распространенным методом решения теоретических и практических задач любой научной деятельности является моделирование.

Моделирование — построение моделей для исследования и изучения объектов, процессов, явлений [27, с. 38].

Существует достаточно большое количество определений понятия модели. Например:

— модель — это формализованное описание объекта, системы объектов, процесса или явления, выраженное математическими соотношениями, набором чисел и (или) текстов, графиками, таблицами, словесными формулами;

— модель — это аналог (схема, структура, знаковая система) определенного фрагмента природной или социальной реальности, порождения человеческой культуры, концептуально-теоретического образования и т. п. [28, с. 280].

Под моделью понимается – упрощенный мысленный или знаковый образ какого-либо объекта или системы объектов, представленный в качестве их «заместителя» и средство оперирования.

Исследователями выделяются три основных достоинства при использовании моделирования: удобство, наглядность, информационная емкость.

Первый этап процесса моделирования – это целеполагание.

Целеполагание - это процесс самостоятельного, осознанного, мотивированного выдвижения и формулирования целей деятельности, выбора средств их достижения и анализа условий, в которых этот процесс осуществляется [29, с. 97].

Основным видом деятельности целеполагания является этап построения иерархии взаимосвязанных и взаимообусловленных целей, иначе говоря – построение «дерева целей». «Дерево целей» лежит в основе теории граф и представляется, как траекторные, определяющие направление движения к заданным стратегическим целям, так и точечные, определяющие достижения тактических целей, характеризующиеся степенью приближения к заданным целям по заданной траектории [23, с. 215].

«Дерево целей» (иерархия целей) – структурированная, построенная по иерархическому принципу (распределённая по уровням, ранжированная) совокупность целей системы, программы, плана, в которой выделены:

генеральная цель («вершина дерева»); подчинённые ей подцели первого, второго и последующего уровней («ветви дерева»).

Существуют некоторые общие методологические приёмы и правила, которые позволяют упорядочить процесс построения дерева целей, что обусловлено свойствами структурных моделей.

Основные приёмы и правила:

1. Построение дерева целей начинается с формулирования общей цели нулевого уровня. Общая цель решения проблемы (развития системы) может быть определена достаточно широко путём синтеза целевых установок, отвечающих объективным потребностям. Тем не менее, цель должна иметь чёткую формулировку, не допускающую двусмысленных или произвольных толкований. Надо иметь в виду, что «большая» цель не есть сумма «маленьких целей».

2. Желательно, чтобы цели каждого уровня были «сопоставимы» по масштабу и значению.

3. Формулировка цели должна (желательно) обеспечивать возможность количественной или качественной оценки степени достижения цели.

4. Полнота целей – каждая цель данного уровня должна быть представлена в виде подцелей следующего уровня таким образом, чтобы совокупность подцелей полностью определяла исходную цель. Исключение хотя бы одной подцели лишает полноты понятие исходной цели или меняет его.

5. Следует стремиться к тому, чтобы между целями и её подцелями нельзя было включить промежуточные понятия [2, с. 121].

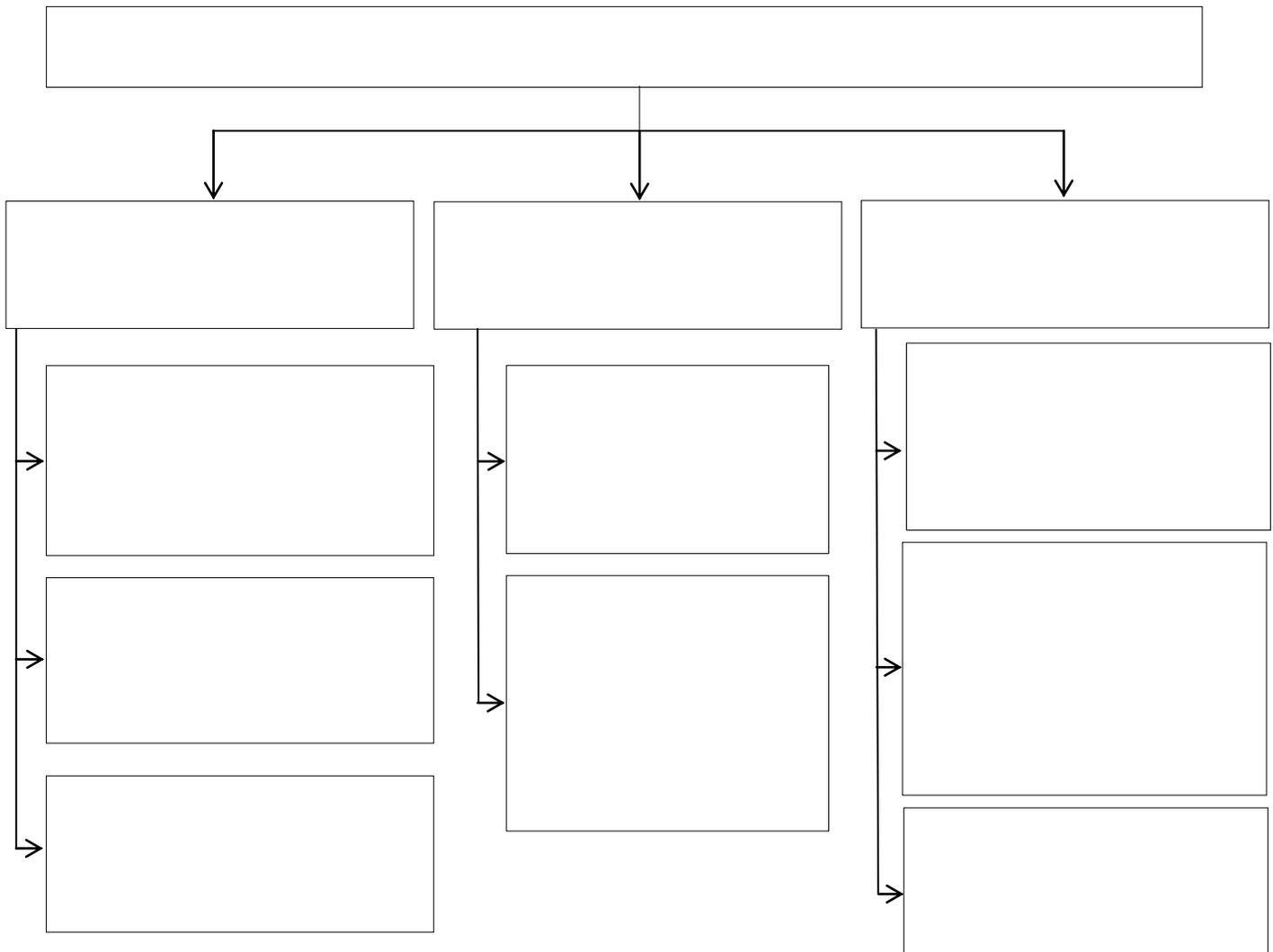
Графическое изображение задач в виде «дерева целей» помогает подробно продумать план достижения намеченного. Изобразив планы в виде графа, можно увидеть с какими проблемами есть вероятность столкнуться и какие дополнительные ресурсы потребуются, чтобы достичь задуманного.

Представим на рисунке 1 «дерево целей» по коррекции аддиктивного поведения подростков.

Генеральная цель нашего исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию аддиктивного поведения подростков.

Для реализации генеральной цели предлагается проведение исследования по трем основным направлениям.

1. Теоретически обосновать проблему аддиктивного поведения подростков.
2. Провести первичное диагностическое исследование.
3. Провести анализ опытно-экспериментального исследования.



Модель (в широком смысле) – как не усложненный знаковый или мысленный образ какого-либо объекта или системы объектов, которые используются в качестве их «заместителя» и средства оперирования, а процессы моделирования способствуют системному анализу проблемы; позволяют определить приоритетность; обеспечивают увеличение инновационного процесса от идеи решения проблемы к конкретному средству ее решения; позволяют определить приоритетные зоны развития процесса, разработать адекватную систему управления [22, с. 269].

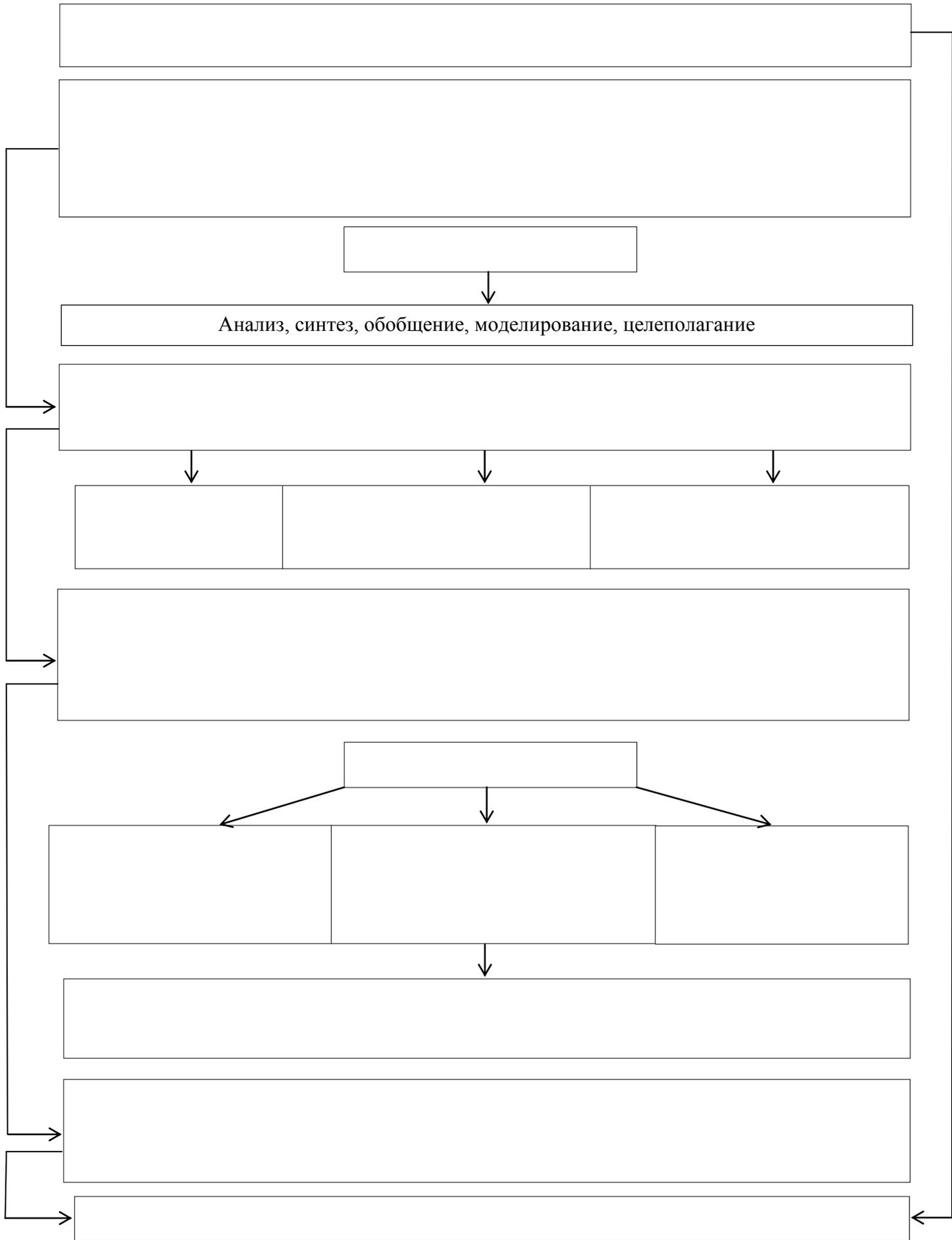
Представленная нами модель психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков (рисунок 2) включает в себя четыре взаимосвязанных блока: теоретический блок, диагностико-аналитический блок, коррекционный блок и блок оценки эффективности психолого-педагогической коррекции.

Теоретический блок включает в себя изучение аддиктивного поведения личности как психологического феномена в психолого-педагогической литературе. Выявление особенностей проявления, причин и последствий аддиктивного поведения подростков. Разработку модели психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков. Основные методы решения задач этого блока – анализ, синтез, обобщение, моделирование.

Диагностико-аналитический блок предполагает проведение диагностических исследований по определению склонности к аддиктивному поведению подростков. Первичная диагностика проводится по методикам.

1. Тест «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен);
2. Тест-опросник «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич);
3. Тест-опросник «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел).

После происходит обработка результатов констатирующего этапа исследования.



Коррекционный блок предусматривает проведение формирующего эксперимента посредством реализации программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков. Целью предложенной в исследовании программы является снижение склонности к аддиктивному поведению подростков.

Задачи программы:

1. Информировать о негативных действиях и последствиях зависимостей.
2. Направить осознание подростка на имеющиеся личностные ресурсы для формирования здорового образа жизни.
3. Развивать стратегии и навыки общения, ведущие к здоровому образу жизни.

Основными принципами психолого-педагогической коррекционной работы, на которых разработана программа, являются следующие.

1. Принцип единства диагностики и коррекции. Он отражает целостность процесса оказания психологической помощи как особого вида практической деятельности психолога. Подробно рассмотренный в трудах Д.Б. Эльконина, И.В. Дубровиной и др., этот принцип является основополагающим всей коррекционной работы, так как эффективность коррекционной работы на 90% зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующей диагностической работы.

2. Принцип нормативности развития. Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенетического развития.

3. Принцип коррекции «сверху вниз». Данный принцип, выдвинутый Л.С. Выготским, носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований.

4. Принцип коррекции «снизу вверх». При реализации этого принципа в качестве основного содержания коррекционной работы

рассматриваются упражнение и тренировка уже имеющихся психологических способностей.

5. Принцип системности развития психической деятельности. Этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач. Системность этих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и гетерохронность (т.е. неравномерность) их развития. Реализация принципа системности развития в коррекционной работе обеспечивает направленность на устранение причин и источников отклонения в психическом развитии. Успех такого пути коррекции базируется на результатах диагностического обследования, итогом которого становится представление системы причинно-следственных связей и иерархии отношений между симптомами и их причинами.

6. Деятельностный принцип коррекции. Согласно данному принципу основным направлением коррекционной работы является целенаправленное формирование обобщенных способов ориентировки клиента в различных сферах предметной деятельности, межличностных взаимодействий, в конечном счете, в социальной ситуации развития. Сама коррекционная работа строится не как простая тренировка навыков и умений, а как целостная осмысленная деятельность, естественно и органически вписывающаяся в систему повседневных жизненных отношений клиента [58, с. 9-12].

Блок оценки психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков направлен на проведение повторной диагностики склонности к зависимостям, в отношении которых была проведена психолого-педагогическая коррекция, сопоставление и анализ коррекционного этапа с использованием Т-критерия Вилкоксона, который позволяет проверить различия между двумя независимыми измерениями.

Таким образом, нами было дано определение таких понятий как: «моделирование», «модель», «целеполагание» и «дерево целей», а также представлены основные приёмы и правила его построения. На основании

целеполагания и моделирования были разработаны «дерево целей» и модель нашего исследования. Модель включает в себя четыре блока: теоретический, диагностико-аналитический, коррекционный и блок оценки психолого-педагогической коррекции.

Выводы по 1 главе

Проведя анализ психолого-педагогической литературы, у нас сформировалась общая картина исследуемой проблемы.

Аддиктивное поведение – это тип девиантного поведения с формированием стремления человека к уходу от реальности. Выделяют следующие формы зависимого поведения: химическая зависимость; нарушения пищевого поведения; игровая зависимость; сексуальные аддикции; религиозное деструктивное поведение. Основным мотивом аддиктов является активное изменение неудовлетворяющего их психического состояния. В развитии аддиктивного поведения играют роль средовые, конституционально-биологические, микросоциальные, половые и психологические факторы.

В настоящее время подростки больше всего подвержены возникновению аддикций, поэтому зависимости подростков приобретают статус высоко значимой социальной проблемы. В основном, из-за того, что подросток плохо переносит проблемные ситуации, имеет низкую успеваемость в школе и высокую тревожность, избегает ответственности, а также растет в неблагоприятной социальной среде, может возникать аддиктивное поведение. Курение, употребление алкоголя и принятие наркотиков приводит к серьезным изменениям в головном мозге, отражается на физическом и психическом развитии, а интернет-зависимость, как выяснили китайские ученые, наносит вред нервным волокнам мозга, которые отвечают за эмоции, самоконтроль и принятие решений. Также последствием аддиктивного поведения может стать деградация личности и изменения в познавательной деятельности.

Аддиктивное поведение является деструктивной формой поведения. Эта форма поведения присуща лицам, трудно адаптирующимся к меняющимся жизненным обстоятельствам, со слабой переносимостью психологических трудностей, низкой самооценкой. За счет применения психоактивных веществ они стремятся уйти от реальности, быстрее достигнуть психофизиологического комфорта. Профилактика аддиктивного поведения должна ориентироваться на изменение личностных особенностей, которые провоцируют употребление психоактивных веществ, в частности неадекватной самооценки.

Для осуществления психолого-педагогической коррекции были разработаны «дерево целей» и модель нашего исследования на основании целеполагания и моделирования. Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию аддиктивного поведения подростков. Модель включает в себя четыре блока: теоретический, диагностико-аналитический, коррекционный и блок оценки психолого-педагогической коррекции.

Глава 2. Организация опытно-экспериментального исследования психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

2.1. Этапы, методы и методики исследования

Для изучения аддиктивного поведения подростков, нами были определены следующие этапы исследования:

1 этап – поисково-подготовительный (2018 г.);

2 этап – опытно-экспериментальный (2018 г.);

3 этап – контрольно-обобщающий (2019 г).

На первом, поисково-подготовительном этапе была выбрана тема, определены объект и предмет исследования, сформулирована гипотеза, постановлены цель и задачи исследования, изучена и проанализирована психолого-педагогическая литература по проблеме исследования, раскрыт феномен аддиктивного поведения подростков, проанализированы понятие «аддиктивное поведение» и особенности его проявления, причины и последствия. Также была разработана модель психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков.

Для изучения психолого-педагогической литературы по проблеме исследования мы использовали следующие теоретические методы: анализ, синтез, обобщение, моделирование.

«Метод – это путь познания, это способ, посредством которого познается предмет науки» (С. Л. Рубинштейн) [41, с. 11].

Методы научных исследований – это средства, с помощью которых исследователи получают достоверные сведения, используемые для построения научных теорий и выработки практических рекомендаций.

В процессе исследования мы использовали такой теоретический метод как анализ.

Анализ – мысленное или реальное расчленение целостного предмета или объекта на составляющие части (стороны, признаки, свойства или

отношения) для их всестороннего изучения. Элементы анализа являются составной частью любого научного исследования и предстают в виде его первой стадии, когда ученый переходит от нерасчлененного описания изучаемого объекта к выявлению его структуры, свойств и признаков. Вместе с тем анализ присутствует и на других этапах научного исследования, выступая в единстве с другими процедурами исследования [27, с. 35].

В данной работе мы анализировали психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования, для того чтобы изучить накопленные знания об объекте и предмете исследования. Этот метод позволил нам зафиксировать установленные факты и понять изучаемую проблему.

Также нами был использован метод синтеза. Синтез – мысленное или реальное соединение ранее выделенных частей (сторон, признаков, свойств или отношений) предмета или объекта в единое целое. Синтез – не простое суммирование, а смысловое соединение [55, с. 80]. При помощи этого метода исследования мы объединили основные положения по изучаемой теме в единое целое.

Следующий метод – это обобщение. Обобщение – прием мышления, в результате которого устанавливаются общие свойства и признаки объектов. Операция обобщения осуществляется как переход от частного или менее общего понятия и суждения к более общему понятию или суждению. Функция обобщения состоит в упорядочении многообразия объектов, их классификации [55, с. 83].

Завершающий теоретический метод – моделирование. Метод моделирования активно используется в научном познании и в различных направлениях практической деятельности людей.

«Моделирование – опосредованное практическое и теоретическое исследование объекта, при котором непосредственно изучается не сам интересующий нас объект, а некоторая вспомогательная искусственная или естественная система (модель): а) находящаяся в некотором объективном соответствии с познаваемым объектом; б) способная замещать его на

определенных этапах познания и в) дающая при исследовании, в конечном счете, информацию о самом моделируемом объекте» [20, с. 23].

В психологии из всего многообразия термина «моделирование» можно выделить следующие наиболее часто встречающиеся определения, максимально отображающие всю многогранность этого понятия. Во-первых, моделирование как форма познавательной деятельности, включающая мышление и воображение. Во-вторых, моделирование как метод познания объектов и явлений через их модели. В-третьих, моделирование как процесс непосредственного создания и усовершенствования каких-либо моделей.

На опытно-экспериментальном этапе для эмпирического изучения проблемы аддиктивного поведения подростков мы выбрали следующие методы: констатирующий и формирующий эксперимент и тестирование.

Экспериментальный метод в психологии представляет собой фиксированную систему средств, приемов и процедур, позволяющих получать достоверное и надежное знание о психических явлениях [5, с. 9].

Эксперимент – это исследовательская деятельность, предназначенная для проверки выдвинутой гипотезы, разворачиваемая в естественных или искусственно созданных контролируемых и управляемых условиях, результатом которой является новое знание, включающее в себя выделение существенных факторов, влияющих на результаты педагогической деятельности.

В нашем исследовании были использованы констатирующий и формирующий эксперименты. Констатирующий эксперимент — это эксперимент, устанавливающий наличие какого-либо непреложного факта или явления. Констатирующий эксперимент ориентирован обычно на установление фактического состояния исследуемого объекта, констатацию исходных или достигнутых параметров. Главная цель — зафиксировать реалии.

Формирующий эксперимент, согласно психологическому словарю под редакцией А.В. Петровского, - метод прослеживания изменения психики

ребенка в процессе активного воздействия исследователя на испытуемого. Формирующий эксперимент не ограничивается регистрацией выявляемых фактов, а через создание специальных ситуаций раскрывает закономерности, механизмы, динамику, тенденции психического развития, становления личности, определяя возможности оптимизации этого процесса. В качестве синонимов используются: преобразующий, созидательный, воспитывающий, обучающий, генетико-моделирующий эксперимент, метод активного формирования психики.

В отечественной психологии возникновение метода формирующего эксперимента связано с именем Л.С. Выготского. В основе формирующего эксперимента лежит попытка искусственно воссоздать процесс психического развития. Целью является изучение условий и закономерностей происхождения того или иного психического новообразования.

Задача формирующего эксперимента - формирование новой для испытуемого способности. Исследователь сначала теоретически описывает необходимый результат, а потом подбирает подходящие эмпирические средства для его достижения [26, с. 32].

Тестирование – эмпирический метод, диагностическая процедура, заключающаяся в применении тестов (от английского test – задача, проба). Тесты обычно задаются испытуемым либо в виде перечня вопросов, требующих кратких и однозначных ответов, либо в виде задач, решение которых не занимает много времени и также требует однозначных решений, либо в виде каких-либо краткосрочных практических работ испытуемых.

После того, как были определены методы эмпирического исследования, нами были подобраны методики исследования.

Дадим краткую характеристику методик исследования.

1. Тест «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен) [44].

Опираясь на традиционный подход отечественной психодиагностики (качественного подхода к измерению), мы обратили свое внимание на тест CIAS (Шкала интернет-зависимости Чена). Тест позволяет параллельно

измерять специфические симптомы зависимости, среди которых: толерантность, симптом отмены, компульсивности, способность управлять собственным временем и наличие внутриличностных проблем. Суммарность измерений выражается в наличии интегративных показателей надшкального характера и показателя общего итога. Таким образом, тест учитывает системообразующие факторы зависимого поведения и имеет высокий диагностический потенциал.

Тест включает в себя 5 оценочных шкал:

- 1) шкала компульсивных симптомов;
- 2) шкала симптомов отмены;
- 3) шкала толерантности;
- 4) шкала внутриличностных проблем и проблем, связанных со здоровьем;
- 5) шкала управления временем.

Помимо пошкальной оценки, существуют 2 типа надшкальных критериев – Интегральные (ключевые) симптомы непосредственно самой И-интернет-зависимости, включающие в себя первые 3 шкалы и критерий негативных последствий использования интернета (последние 2 шкалы). Сумма всех шкал является интегральным показателем – общим показателем наличия интернет-зависимого поведения.

Таким образом, можно не просто диагностировать предполагаемый факт наличия / отсутствия интернет-зависимого поведения в дихотомическом делении на да / нет, но и качественно определить выраженность тех или иных симптомов, характеризующих паттерн зависимого поведения. Особым достоинством теста С.-С. Чена является его многогранность, способность измерять с нескольких точек единый континуум поведения, связанного с интернет-ресурсами [44].

2. Тест-опросник «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич).

Одним из информативных в плане диагностики склонности к различным видам зависимого поведения является тест «Склонность к зависимому поведению», который был создан как валидное и надежное средство многоосевой диагностики склонности к различным видам химической зависимости. Теоретическую основу теста составили положения концепции зависимой личности [48].

В классическом виде тест содержит две шкалы для оценки наркозависимости и алкогольной зависимости. В дальнейшем были разработаны новые шкалы – зависимость от компьютерных игр, музыкальный и спортивный фанатизм. Шкалы реализованы в виде 116 утверждений, степень согласия с которыми предполагает 5 вариантов ответов:

- 1 – совершенно не согласен;
- 2 – скорее не согласен;
- 3 – ни то, ни другое;
- 4 – скорее согласен;
- 5 – совершенно согласен.

3. Тест-опросник «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел).

Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению является стандартизированным тест-опросником, предназначенным для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения. Опросник представляет собой набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на измерение готовности (склонности) к реализации отдельных форм отклоняющегося поведения.

Методика предполагает учет и коррекцию установки на социально желательные ответы испытуемых.

Шкалы опросника делятся на содержательные и служебную. Содержательные шкалы направлены на измерение психологического

содержания комплекса связанных между собой форм девиантного поведения, то есть социальных и личностных установок, стоящих за этими поведенческими проявлениями.

Служебная шкала предназначена для измерения предрасположенности испытуемого давать о себе социально-одобряемую информацию, оценки достоверности результатов опросника в целом, а также для коррекции результатов по содержательным шкалам в зависимости от выраженности установки испытуемого на социально-желательные ответы [57].

Обследование может проводиться как фронтально — с целым классом (или группой), так и индивидуально.

Для выполнения выбранных нами методик, психологу необходимо подготовить бланки с заданиями [Приложение 1, Таблица 1, 2 и 3]. Задача испытуемых — внимательно прослушать или прочесть инструкции и действовать в соответствии им. Выполнение каждой методики займет 10-20 минут.

При проведении подобранных методик необходимо помнить, что подростки должны подписать выданные им бланки, а исследователю необходимо учитывать принцип конфиденциальности.

На третьем, контрольно-обобщающем этапе, мы проводим обработку и интерпретацию полученных нами результатов исследования с помощью Т-критерия Вилкоксона. Мы выбрали данный математический метод потому, что он применяется для сопоставления показателей изменений в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых. С его помощью мы можем определить, является ли сдвиг показателя в каком-то одном направлении более существенным, чем в другом.

После проведенного анализа мы делаем обобщение и формулируем вывод исследования.

Таким образом, нами были определены этапы исследования: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и обобщающий. Также были выбраны теоретические (анализ, синтез, обобщение, моделирование),

эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование) и математический (Т-критерий Вилкоксона) методы и подобраны методики для изучения склонности к аддиктивному поведению у подростков: тест «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен); тест-опросник «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич); тест-опросник «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел).

2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента

Исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ» №137 г. Челябинска. В исследовании принимали участие 26 подростков 7 «б» класса в возрасте 13-14 лет, из них 14 (54%) мальчиков и 12 (46%) девочек.

Класс был сформирован в 2012 году и на протяжении всей начальной школы был под руководством одного учителя. В 2016 году учащиеся поступили в среднюю школу и к классу прикрепили нового классного руководителя, которая занимается воспитательной, учебной и внеучебной работой с учащимися. Стиль руководства демократический, характеризующийся доброжелательным отношением к учащимся в сочетании с высокой требовательностью. Классный руководитель активно вовлекает всех детей в общественную жизнь класса и школы, а также следит за успеваемостью и посещаемостью. Класс участвует во всех олимпиадах и спортивных соревнованиях. К классному руководителю подростки относятся уважительно.

На данный момент в классе 31 ученик (16 мальчиков и 15 девочек), которые воспитываются в благополучных семьях. Класс имеет президента, который уведомляет одноклассников об изменениях в расписании и о домашнем задании. В классе ярко выражено разделение на несколько микрогрупп, которые были образованы еще в начальном звене. Есть 2-3 «одиночек». Также в классе выделяется около 15 активистов.

Успеваемость класса средняя. Больше половины класса (16 человек) учатся в основном на «3», 4 человека – «отличники», а остальные – «хорошисты».

Класс иногда конфликтует с учителями, были случаи, когда подростки даже срывали уроки. В целом, класс дружелюбный и довольно сплоченный.

С учащимися 7 «б» класса было проведено исследование с использованием теста-опросника «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел).

Результаты диагностики представлены на рис. 3 [Приложение 2, Таблица 1]:

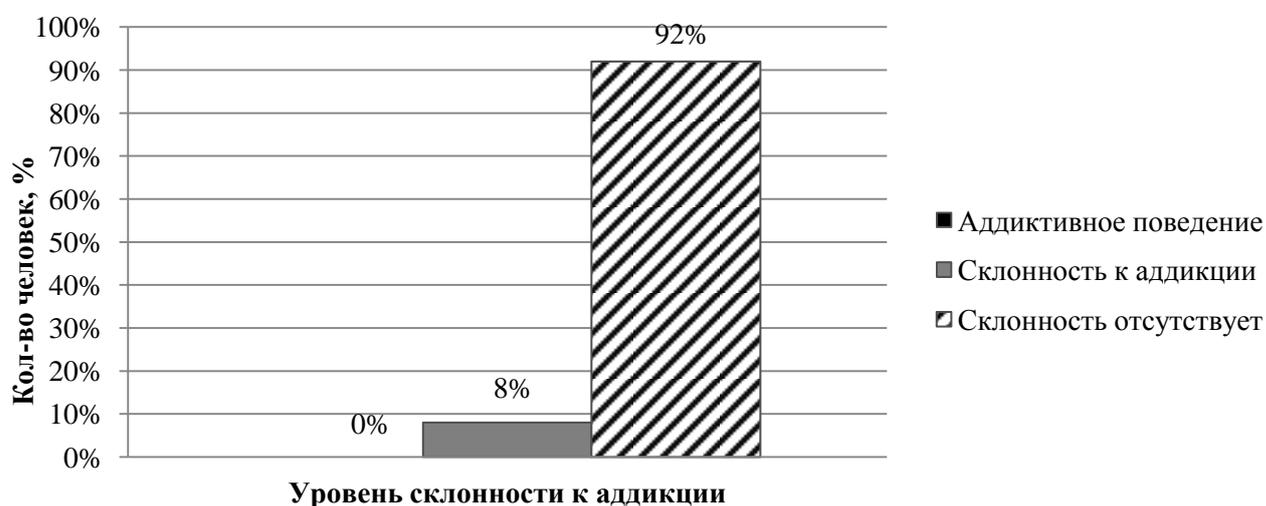


Рис. 3. Результаты исследования склонности к аддикции у подростков по методике «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел)

Суть аддиктивного поведения заключается в том, что встречая психологический дискомфорт, человек стремится уйти от реальности, пытается искусственным путем изменить свое психическое состояние так, что создается иллюзия безопасности, восстановления равновесия. Такие люди обладают низкой переносимостью фрустраций.

По результатам исследования с использованием шкалы склонности к аддиктивному поведению выраженные признаки склонности к аддиктивному поведению не были выявлены ни у одного из испытуемых (0%).

Склонность к зависимому поведению была выявлена у 2 испытуемых (8%). Возможно, у них имеется предрасположенность к уходу от реальности посредством изменения своего психического состояния, склонности к иллюзорно-компенсаторному способу решения личностных проблем. Кроме того, эти результаты могут свидетельствовать об ориентации на чувственную сторону жизни, о наличии «сенсорной жажды», о гедонистически ориентированных нормах и ценностях.

Аддиктивная склонность не была выражена у 24 испытуемых (92%). У учащихся отсутствуют вышеперечисленные тенденции, либо они обладают хорошим социальным контролем своих поведенческих реакций.

Есть вероятность того, что полученные результаты по данному тесту-опроснику показывают недостоверную информацию, так как нами была использована только одна шкала из семи. Потому, будем ориентироваться в большей степени на результаты следующих двух методик.

Следующей методикой был тест-опросник «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич).

Результаты диагностики представлены на рисунках 4 и 5 [Приложение 2, Таблица 2]:

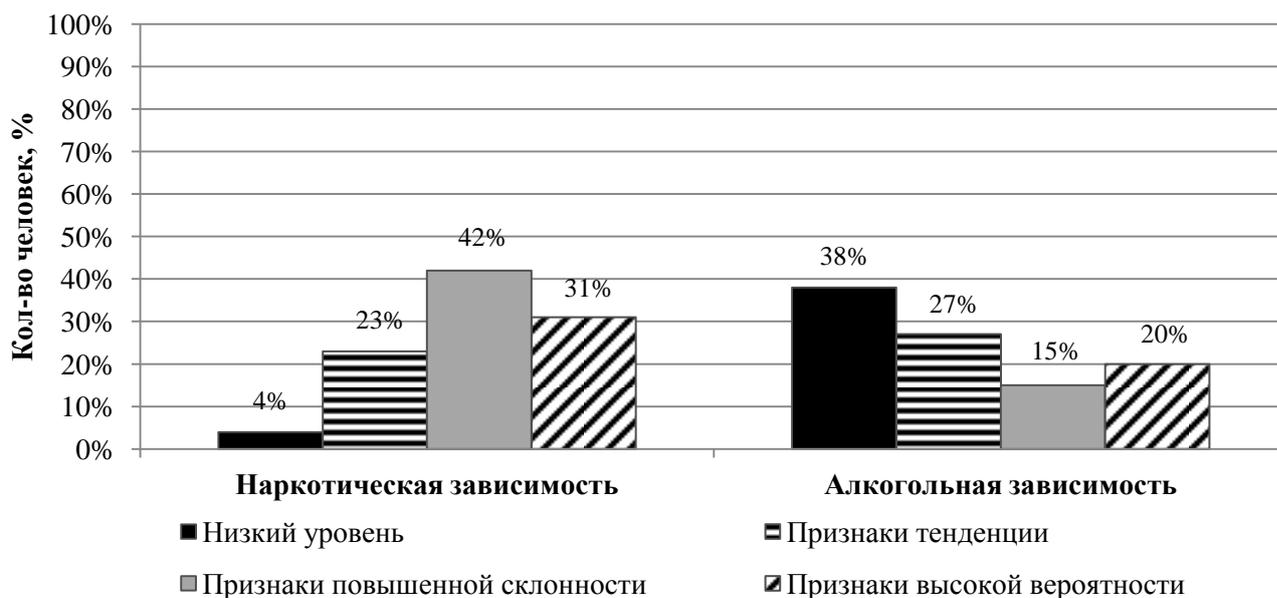


Рис. 4. Результаты исследования склонности к наркотической и алкогольной зависимостям у подростков по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич)

Алкоголь занимает высокое место в иерархии ценностей зависимого человека; употребляемое количество спиртных напитков всегда или в большинстве случаев превосходит предполагаемое или планируемое, т.е. происходит утрата контроля дозы алкоголя; употребление алкоголя продолжается вопреки возникающим препятствиям со стороны окружения, профессиональным и социальным интересам личности.

По результатам диагностики низкий уровень имели 10 подростков (38%): данная категория характеризуется малой вероятностью развития зависимости, отсутствием личностных качеств, способствующих формированию зависимости (аддикции).

Признаки тенденции были обнаружены у 7 школьников (27%): испытуемые, отнесенные к данной группе, имеют склонность к зависимому поведению средней выраженности. Это говорит о том, что у испытуемых при определенных социальных условиях имеется риск развития зависимости.

Признаки повышенной склонности наблюдались у 4 человек (15%): у испытуемых данной группы склонность к зависимому поведению выше средней, то есть у них преобладают те качества, которые в большей степени свидетельствуют о риске развития психологической зависимости.

Признаки высокой вероятности имелись у 5 испытуемых (20%): данная категория характеризуется высокой склонностью к зависимому поведению. У испытуемых наблюдается позитивное отношение к зависимости и черты личности, которые значительно увеличивают риск зависимого поведения.

Наркотическая зависимость – это болезненное состояние, характеризующееся настоятельной потребностью в повторном многократном употреблении психоактивных средств, принимающей форму непреодолимого влечения. По мере развития зависимости отмечаются быстрые нарастающие расстройства психики и поведения. Зависимые от наркотиков систематически не выполняют взятые на себя обязательства.

По результатам диагностики были выявлены следующие показатели по наркотической зависимости: низкий уровень имелся у 1 испытуемого (4%),

признаки тенденции наблюдались у 6 подростков (23%), признаки повышенной склонности – у 11 человек (42%), признаки высокой вероятности – у 8-ми (31%).

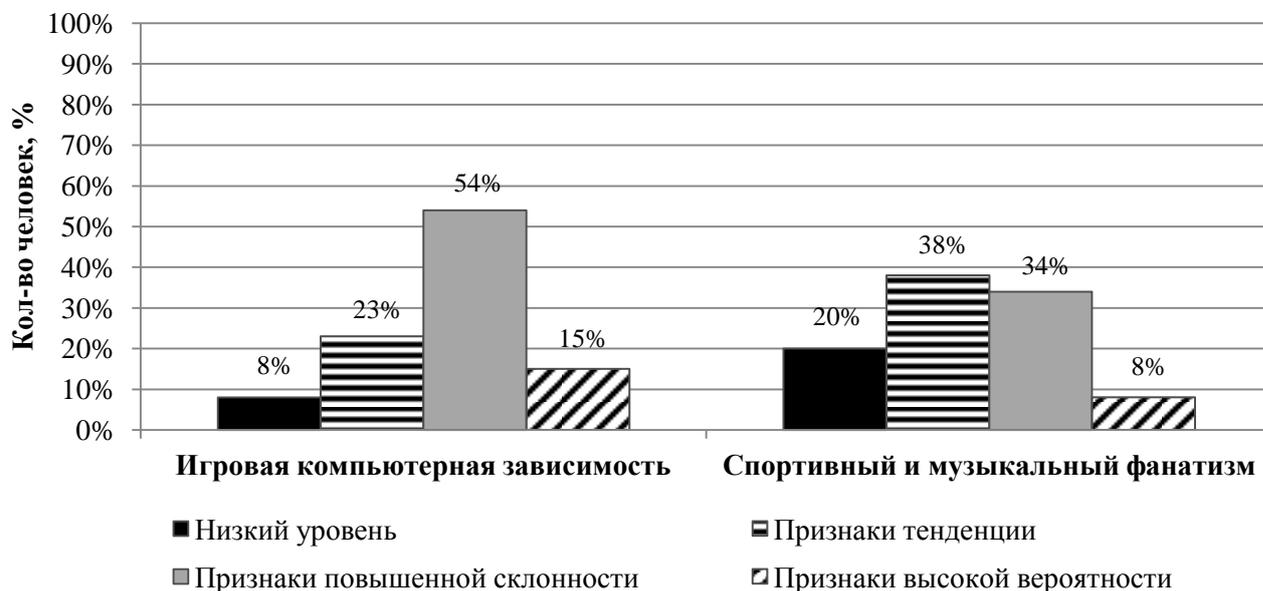


Рис. 5. Результаты исследования склонности к игровой компьютерной зависимости и спортивному и музыкальному фанатизму у подростков по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич)

Признаки игровой компьютерной зависимости: компьютерный мир воспринимается как более важный, яркий и реальный, чем жизнь без компьютера; наблюдается полное погружение в виртуальную реальность; зачастую такой человек выглядит как неряшливый, присутствуют очевидные проблемы в общении с реальными людьми; склонность к изоляции, самозащите. Показатели по игровой компьютерной зависимости: низкий уровень был обнаружен у 2 испытуемых (8%), признаки тенденции – у 6-ти (23%), признаки повышенной склонности наблюдались у 14 подростков (54%), признаки высокой вероятности – у 4 человек (15%).

Спортивный и музыкальный фанатизм – это увлечение какой-либо деятельностью (в нашем случае – спортом и музыкой), достигающей высокой степени выраженности с формированием культа и создания идолов, с подчинением человека и растворением индивидуальности.

На поддержание своего здоровья человек не жалеет ни сил, ни денег,

ни времени. В результате подобной гонки за здоровым образом жизни нарушаются отношения с окружающими, семьей, возникают проблемы в профессиональной деятельности, а применение методов самооздоровления и самолечения без контролируемого надзора специалиста могут привести к негативным последствиям для психического и физического здоровья зависимого человека.

Общей характеристикой музыкального фанатизма являются выработка человеком стереотипа подчинения собственных интересов и устремлений интересам музыкального коллектива, группы, сосредоточение внимания и сил на поддержке кумира, неспособность критично отнестись к высказываниям и поведению кумира.

Показатели по данной шкале: низкий уровень был выражен у 5 человек (20%), признаки тенденции наблюдались у 10 школьников (38%), признаки повышенной склонности – у 9 (34%), признаки высокой вероятности были обнаружены у 2 подростков (8%).

Завершающей методикой был тест «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен). Результаты диагностики представлены на рисунке 6 [Приложение 2, Таблица 3]:

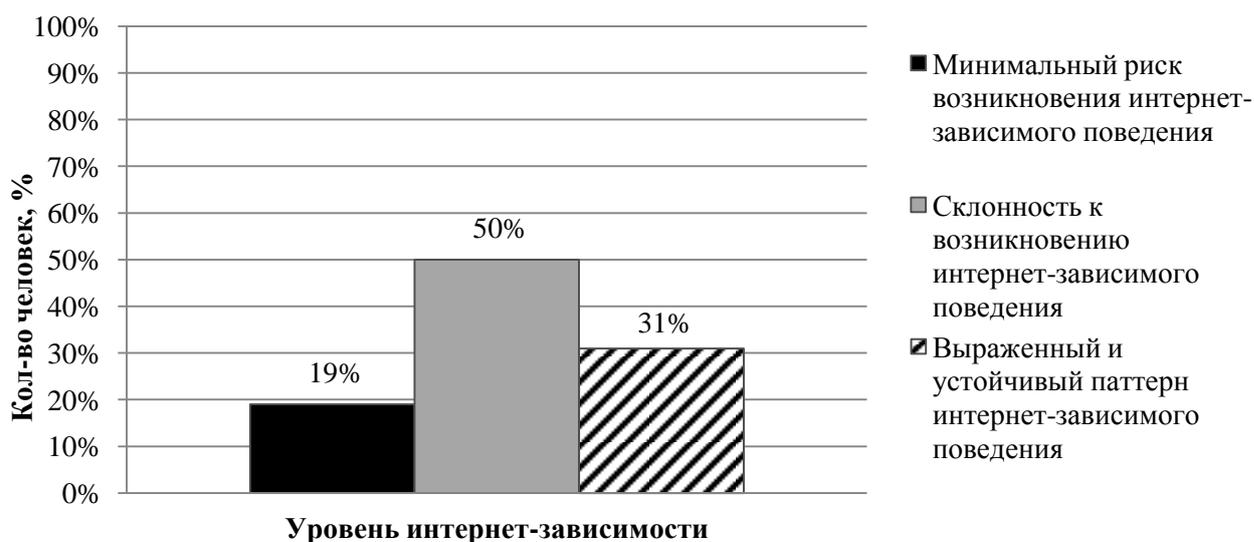


Рис. 6. Результаты исследования уровня интернет-зависимости у подростков по тесту «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен)

Интернет-зависимость характеризуется психическим расстройством, навязчивым желанием подключиться к интернету и болезненной неспособностью вовремя отключиться от него. Интернет-зависимость способствует формированию целого ряда психологических проблем: конфликтное поведение, хронические депрессии, предпочтение виртуального пространства реальной жизни, трудности адаптации в социуме, частые перепады эмоций, настроения [17, с. 33].

По данным нашего исследования, минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения имели 5 подростков (19%), склонность к возникновению интернет-зависимого поведения наблюдался у 13 школьников (50%), выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения был выражен у 8 испытуемых (31%).

Таким образом, мы провели исследование аддиктивного поведения подростков и получили важные результаты. По методике «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел) мы выявили, что 92% испытуемых не имели выраженных признаков склонности к аддиктивному поведению. По тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) самый высокий процент имела шкала «игровая компьютерная зависимость» – у 54% подростков были выявлены признаки повышенной склонности. По тесту «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен), мы выявили, что 50% испытуемых имели склонность, а у 31% уже была выявлена интернет-зависимость. Нами было принято решение, что психолого-педагогическую коррекцию следует проводить лишь с 14 испытуемыми, так как именно у них была выявлена выраженная склонность к аддиктивному поведению. Данные испытуемые отмечены в Приложении 2, Таблицах 4-6 серым цветом.

Выводы по 2 главе

Исследование аддиктивного поведения подростков проходило в три этапа. Были выбраны теоретические, эмпирические и математический методы и подобраны методики для изучения склонности к аддиктивному поведению у подростков.

По тесту-опроснику «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел) мы получили следующие результаты: аддиктивное поведение – 0 (0%); склонность к аддикции – 2 (8%); склонность отсутствует – 24 (92%).

Результаты по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич). Наркотическая зависимость: низкий уровень – 1 (4%), признаки тенденции – 6 (23%), признаки повышенной склонности – 11 (42%), признаки высокой вероятности – 8 (31%). Алкогольная зависимость: низкий уровень – 10 (38%), признаки тенденции – 7 (27%), признаки повышенной склонности – 4 (15%), признаки высокой вероятности – 5 (20%). Игровая компьютерная зависимость: низкий уровень – 2 (8%), признаки тенденции – 6 (23%), признаки повышенной склонности – 14 (54%), признаки высокой вероятности – 4 (15%). Спортивный и музыкальный фанатизм: низкий уровень – 5 (20%), признаки тенденции – 10 (38%), признаки повышенной склонности – 9 (34%), признаки высокой вероятности – 2 (8%).

Результаты по тесту «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен): минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения – 5 (19%), склонность к возникновению интернет-зависимого поведения – 13 (50%), выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения – 8 (31%).

Также нами было принято решение, что психолого-педагогическую коррекцию следует проводить лишь с 14 испытуемыми, так как именно у них была выявлена выраженная склонность к аддиктивному поведению. Данные испытуемые отмечены в Приложении 2, Таблицах 4-6 серым цветом.

Глава 3. Опытнo-экспериментальная работа по психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

3.1. Программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

Цель программы: снизить склонность к аддиктивному поведению у подростков.

Задачи программы:

- 1) сформировать у подростков систему понятий и представлений, необходимых для реализации безопасных и конструктивных стратегий поведения;
- 2) выявить и укрепить у подростков ресурсы противостояния факторам риска возникновения зависимости;
- 3) дать возможность показать свои слабые и сильные стороны во взаимодействии с другими людьми;
- 4) формировать умение организовывать оптимальное общение, контролировать эмоциональные и поведенческие реакции;
- 5) развивать навыки рефлексии и обратной связи.

Организационные аспекты программы.

Форма проведения: групповая.

Количество участников: 14 человек.

Периодичность занятий: 2 раза в неделю.

Продолжительность одного занятия: 45-60 минут.

Занятие № 1. Вводное.

Цель: познакомиться с группой.

Задачи:

- Обозначить цели и задачи программы.
- Установить правила работы в группе.

- Адаптировать к рабочей атмосфере в группе.

1. Упражнение «Правила группы».

Цель: установить правила работы в группе.

2. Упражнение «Социометрия».

Цель: познакомиться и создать доверительную атмосферу.

3. Упражнение «Поиск общего».

Цель: проявлять внимания к своей личности и личности другого.

4. Упражнение «Знакомство по парам».

Цель: познакомиться с участниками группы.

5. Упражнение «Мне сегодня».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №2. «Представление о себе».

Цель: осознать собственное «Я», особенности своей личности, формировать положительный образа «Я».

Задачи:

- Сформировать у подростков навыки самоанализа.

- Обсудить понятие «самооценка».

- Определить свои психологические границы.

- Дать возможность каждому члену группы узнать, как его воспринимают другие участники.

1. Упражнение «Что мне нравится в себе».

Цель: формировать навыки самоанализа у подростков.

2. Обсуждение понятия «самооценка».

Цель: познакомить подростков с понятием «самооценка».

3. Игра «Скажи стоп».

Цель: осознать свои физические и психологические границы.

4. Упражнение «Я глазами других».

Цель: способствовать самоанализу подростков, развивать умение анализировать и определять психологические характеристики – свои и окружающих людей.

5. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №3. «Организация времени и досуга».

Цель: повышать компетентность подростков в организации времени и досуга.

Задачи:

- Обучать структурировать свободное время.
- Находить различные варианты и способы организации досуга, альтернативного аддикции.
- Обсудить проблему выбора хобби, увлечения, раскрытие таланта, призвания.

1. Упражнение «Моя минута».

Цель: диагностировать работоспособность группы.

2. Упражнение «Мое настоящее».

Цель: обучать структурировать свободное время.

3. Обсуждение способов структурирования времени.

Цель: находить различные варианты и способы организации досуга, альтернативного аддикции.

4. Упражнение «Идеальный день».

Цель: обсудить проблему выбора хобби, увлечения, раскрытие таланта, призвания.

5. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №4. «Дружба».

Цель: формировать представления о качествах необходимых в дружбе.

Задачи:

- Формировать чувство доверия и эмпатии.
- Осознать собственную потребность и способность к дружескому общению.
- Формировать понятия о наиболее ценимых человеческих достоинствах, о значении дружбы и о тех качествах, которые необходимо развивать в себе, чтобы быть достойным дружбы.
- Способствовать определению качеств, которые привлекают и отталкивают в друзьях.

1. Упражнение «Слепец-поводырь».

Цель: формировать чувство доверия и эмпатии.

2. Упражнение «Ищу друга».

Цель: формировать понятия о наиболее ценимых человеческих достоинствах, о значении дружбы и о тех качествах, которые необходимо развивать в себе, чтобы быть достойным дружбы.

3. Обсуждение «Лучшее объявление».

Цель: определить качества, которые привлекают и отталкивают в друзьях.

4. Упражнение «Разговор о дружбе и рефлексия собственных качеств».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №5. «Давление сверстников».

Цель: в ходе специально организованной игры продемонстрировать школьникам необходимость выработки специальных навыков, которые могли бы им помочь уберечься от нежелательных форм поведения.

Задачи:

- Информировать о способах противостояния прямому давлению сверстников, побуждающих подростка к аддикции.
- Формировать навыки заботы о себе и защиты своего Я.
- Формировать умение говорить «нет».

1. Упражнение «Да – нет».

Цель: формировать умение отказываться.

2. Ролевая игра «Отказ».

Цель: информировать о способах противостояния давлению и формировать их путем проигрывания.

3. Обсуждение навыков защиты своего «Я».

Цель: информировать о важности навыков заботы о себе и защиты своего Я.

4. Упражнение «Нет, не буду».

Цель: формировать умение говорить «нет».

5. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №6. «Конфликтные ситуации».

Цель: формировать умения эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

Задачи:

- Формировать навыки эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

- Научить анализировать и разрешать конфликты.

- Научить защищать собственную позицию.

- Формировать умение отстаивать собственное мнение.

1. Упражнение «Встреча на узком мостике».

Цель: активизировать внимание участников на теме занятия.

2. Видео-презентация о конфликтах.

Цель: информировать о том, что такое конфликт, о причинах конфликтов, о стратегиях поведения и способах выхода из конфликтных ситуаций.

3. Ролевая игра «Куда пойдём?».

Цель: формировать умение конструктивно решать конфликты.

4. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №7. «Зависимость от гаджетов и интернета».

Цель: просветить участников относительно влияния гаджетов и интернета на сознание и организм человека.

Задачи:

- Информировать о вреде гаджетов и интернета на организм и психику человека.

- Создать условия для формирования собственного отношения к проблеме.

- Продвигать к здоровью.

1. Упражнение «Привет, я рад тебя видеть...».

Цель: создать доброжелательную атмосферу в группе.

2. Беседа с группой на тему интернет-зависимости.

Цель: определить отношение участников к проблема интернет-зависимости.

3. Видео-презентация об интернет-зависимости.

Цель: информировать о вреде и последствиях интернет-зависимости.

4. Упражнение «Я могу заменить Интернет...».

Цель: активизировать внимание группы на других видах деятельности.

5. Упражнение «Незаконченное предложение».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №8. «Зависимость от алкоголя и табака».

Цель: информировать подростков о пагубности влияния вредной привычки к курению и алкоголизма на здоровье.

Задачи:

- Информировать подростков о воздействии алкоголя и табака на организм и психику человека.

- Создать условия для формирования собственного отношения к проблеме.

- Продвигать к здоровью.

1. Упражнение «Подарок».

Цель: создать доброжелательную атмосферу в группе.

2. Видео-презентация о вреде алкоголя и табака.

Цель: информировать о последствиях употребления алкоголя и курения.

3. Ролевая игра «Давай с нами!».

Цель: формировать навыки противостояния группе.

4. Упражнение «Мы сами о себе».

Цель: формировать навыки, позволяющие отказаться от употребления алкоголя; познакомиться с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения.

5. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №9. «Информирование о наркотиках».

Цель: обозначить проблемы, связанные с наркоманией и предупреждение первого употребления наркотиков и других психоактивных веществ.

Задачи:

- Информировать подростков о воздействии наркотиков на организм и психику.

- Создать условия для формирования собственного отношения к проблеме.

- Продвигать к здоровью.

1. Упражнение «В чем мне повезло в этой жизни».

Цель: повышать уровень жизненного оптимизма, создать хороший настрой на работу.

2. Видео-презентация о вреде наркотиков.

Цель: информировать о последствиях употребления наркотиков.

3. Игра «Спорные утверждения».

Цель: дать возможность каждому участнику высказать свои взгляды на проблему наркомании.

4. Упражнение «Ассоциации».

Цель: формировать собственное мнение о проблеме.

5. Упражнение «Я надеюсь, что...».

Цель: получить обратную связь.

Занятие №10. «Завершающее занятие».

Цель: получить отзыв о программе.

Задачи:

- Настраивать на дальнейшую самостоятельную работу.
- Подготовить переход участников группы в повседневную жизнь вне группы, учитывая, что для многих это непростой процесс.

1. Упражнение «Воображаемый подарок».

Цель: улучшить настроение участников и атмосферу в группе.

2. Упражнение «Ладонка».

Цель: получить позитивную обратную связь, активизировать личностные ресурсы.

3. Заключительное обсуждение тренинговой программы.

Цель: получить отзыв о программе.

4. Анкета «Отзыв о программе».

Цель: получить обратную связь о программе.

Таким образом, нами была разработана программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков. Программа состоит из 10 занятий, направленных на снижение склонности к аддиктивному поведению у подростков. Занятия проводятся 2 раза в неделю в групповой форме, продолжительностью – 45-60 минут.

3.2. Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После проведения программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков необходимо провести анализ проделанной работы, чтобы выявить ее эффективность, увидеть слабые и сильные стороны программы, увидеть динамику коррекционного процесса и определить, в отношении каких параметров коррекция показала себя как менее эффективная. В этом параграфе представлены результаты после проведения психолого-педагогической коррекции.

Следует отметить, что психолого-педагогическая коррекция проводилась не с целым классом, а лишь с 14 испытуемыми, так как именно у них была выявлена выраженная склонность к аддиктивному поведению. Данные испытуемые отмечены в Приложении 2, Таблицах 4-6 серым цветом.

Рассмотрим на рисунке 7 результаты исследования склонности к аддикции у подростков по методике «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел) до проведения программы и после [Приложение 4, Таблица 7]:

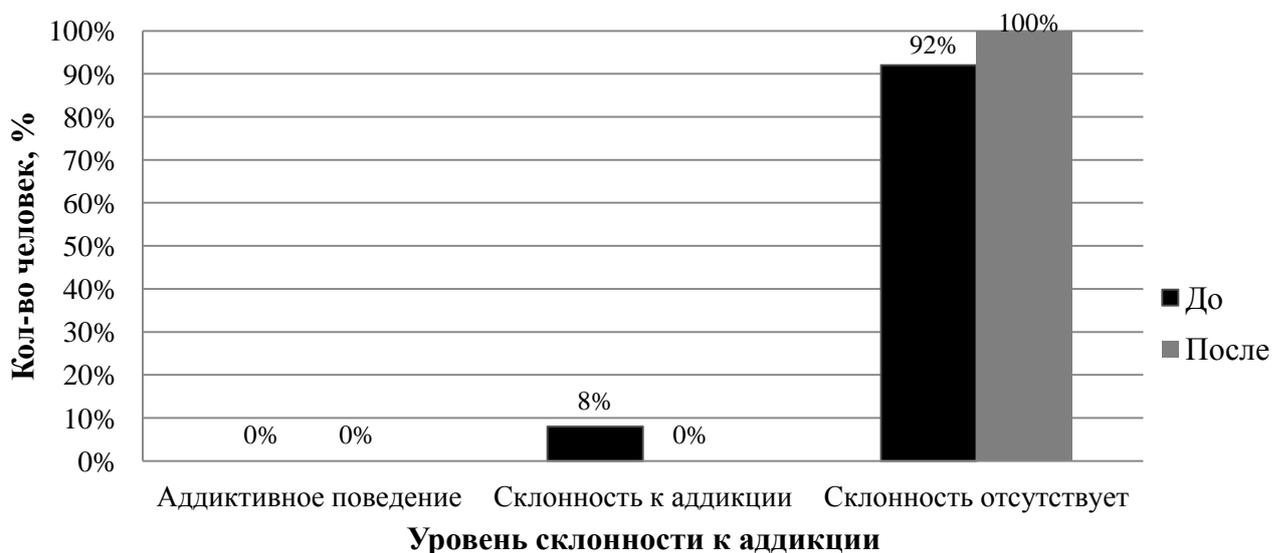


Рис. 7. Результаты исследования склонности к аддикции у подростков по методике «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел) до и после проведения коррекционной программы

По результатам повторного исследования с использованием шкалы склонности к аддиктивному поведению подростков выраженные признаки

склонности не были выявлены после коррекционной программы ни у одного из испытуемых (0%).

Склонность к зависимому поведению до проведения формирующего эксперимента была выявлена у 2 испытуемых (8%). После проведения программы склонность к аддикции была снижена до 0%.

После проведения программы у всех 14 испытуемых было выявлено отсутствие аддиктивной склонности (100%).

По тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) были получены следующие результаты (рисунки 8-11) опытно-экспериментального исследования [Приложение 4, Таблица 8]:



Рис. 8. Результаты исследования склонности к наркотической зависимости у подростков по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) до и после проведения коррекционной программы

Шкала наркотической зависимости: низкий уровень не изменился; признаки тенденции теперь наблюдаются у 3 испытуемых (21%); признаки повышенной склонности изменились с 43% (6 испытуемых) до 58% (8 испытуемых); признаки высокой вероятности снизились с 50% (7 испытуемых) до 21% (3 подростка).

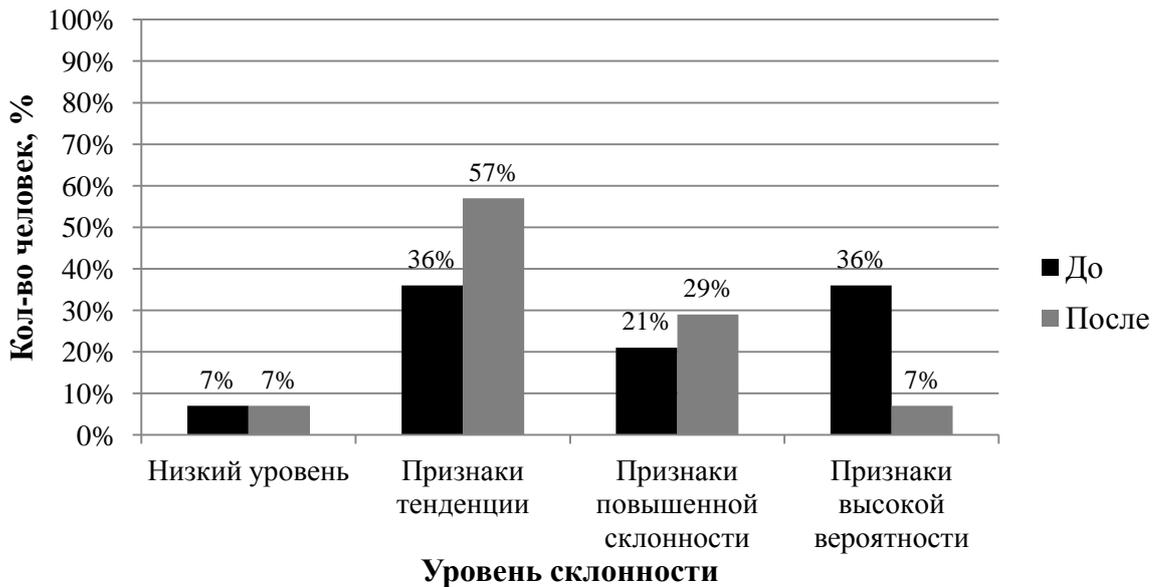


Рис. 9. Результаты исследования склонности к алкогольной зависимости у подростков по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) до и после проведения коррекционной программы

Шкала алкогольной зависимости: низкий уровень не изменился; признаки тенденции теперь наблюдаются у 8 подростков (57%); признаки повышенной склонности изменились с 21% (3 испытуемых) до 29% (4 человека); признаки высокой вероятности, после проведения психолого-педагогической коррекции снизились до 7% (1 человек).



Рис. 10. Результаты исследования склонности к игровой компьютерной зависимости у подростков по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) до и после проведения коррекционной программы

Шкала игровой компьютерной зависимости: низкий уровень и до, и после обнаружен не был (0%); признаки тенденции теперь наблюдаются у 3 подростков (21%); признаки повышенной склонности с 64% (9 человек) снизились до 58% (8 подростков); признаки высокой вероятности выявлены у 3 подростков (21%).

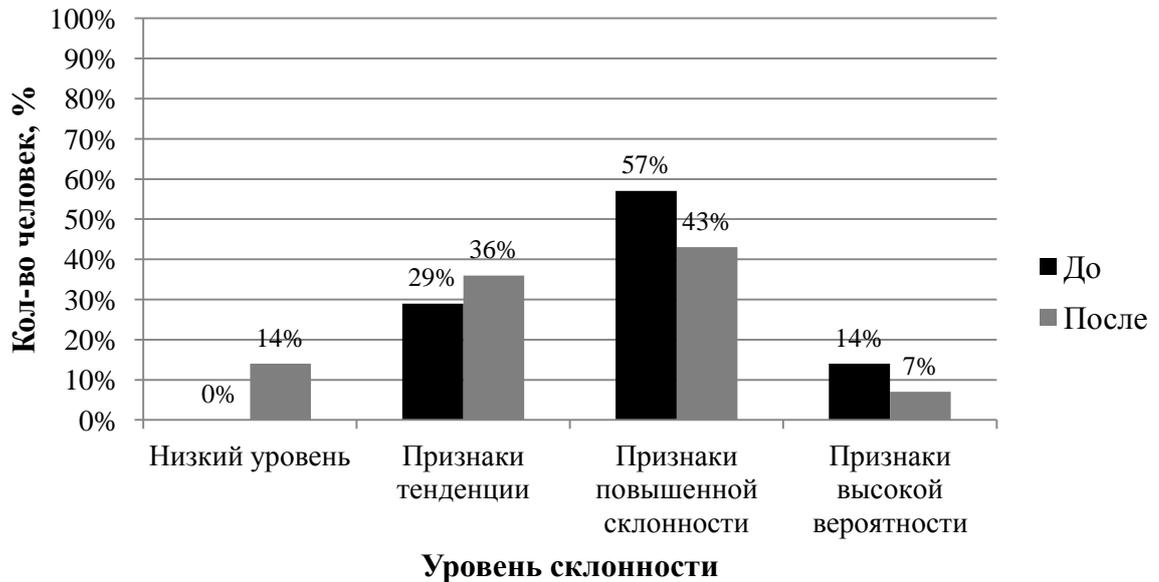


Рис. 11. Результаты исследования склонности к спортивному и музыкальному фанатизму у подростков по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) до и после проведения коррекционной программы

Шкала спортивного и музыкального фанатизма: низкий уровень изменился с 0% до 14% (у 2 испытуемых отсутствует склонность к фанатизму); признаки тенденции теперь наблюдаются у 5 подростков (36%); признаки повышенной склонности снизились с 57% (8 испытуемых) до 43% (6 человек); признаки высокой вероятности были обнаружены у 1 испытуемого (7%).

Таким образом, наша программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения была эффективна в отношении каждой шкалы теста-опросника «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич).

Завершающей методикой был тест «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен).

Результаты повторной диагностики представлены на рисунке 12 [Приложение 4, Таблица 9]:

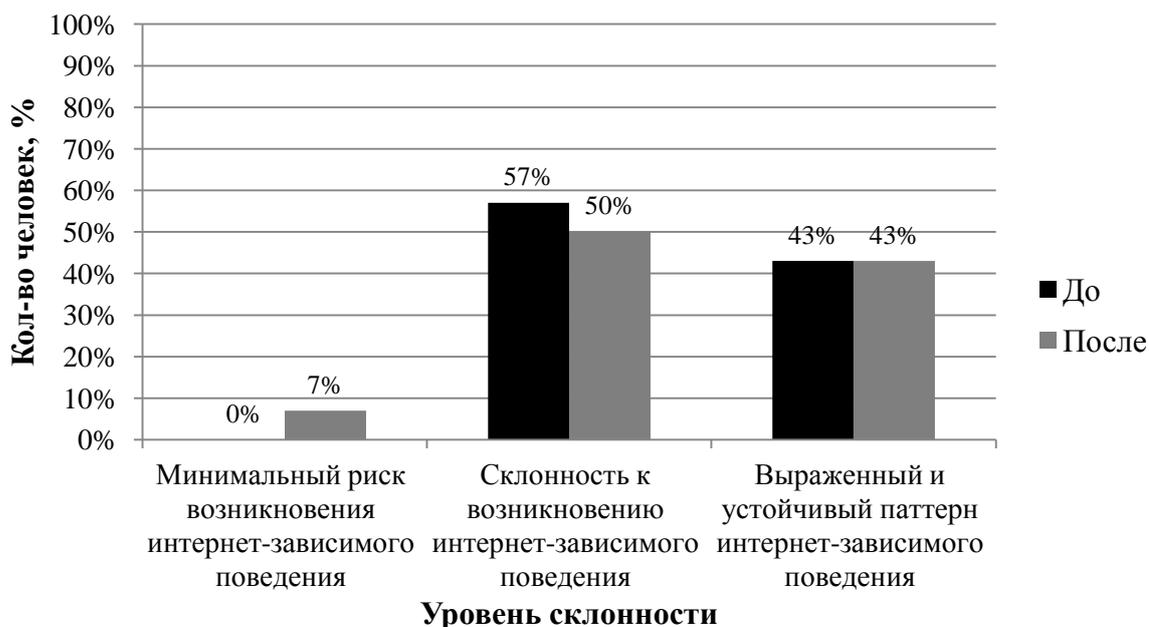


Рис. 12. Результаты исследования уровня интернет-зависимости у подростков по тесту «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен) до и после проведения коррекционной программы

По данным нашего повторного исследования, минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения после коррекции имел 1 подросток (7%), склонность к возникновению интернет-зависимого поведения снизилась с 57% (8 испытуемых) до 50% (7 подростков), выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения и до, и после проведения коррекционной программы не изменился – 6 человек (43%).

Проведем математическую обработку результатов исследования по тесту «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен) с использованием Т-критерия Вилкоксона.

Сформулируем гипотезы и проведем подсчеты.

Н₀: Интенсивность сдвигов в сторону снижения уровня склонности к аддиктивному поведению подростков не превосходит интенсивность сдвигов в сторону его повышения.

Н₁: Интенсивность сдвигов в сторону снижения уровня склонности к аддиктивному поведению подростков превосходит интенсивность сдвигов в сторону его повышения.

Алгоритм подсчета Т-критерия Вилкоксона:

1. Составляем список испытуемых в любом порядке.
2. Вычисляем разницу между замерами до проведения программы психолого-педагогической коррекции и после. Определяем, что будет считаться «типичным» сдвигом (в нашем случае – это уменьшение значения), формулируем гипотезы.
3. Переводим разности в абсолютные величины.
4. Ранжируем абсолютные величины разностей, начисляя меньшему значению меньший ранг.
5. Подсчитываем сумму рангов «нетипичных» значений (увеличение значения) по формуле: $T = \sum R$, где R - ранговые значения сдвигов с более редким знаком.
6. Определяем критические значения для $T_{\text{эмп.}}$.
7. Строим ось значимости.

Расчет Т-критерия Вилкоксона полностью представлен в Приложении 4, Таблице 10.

$$T_{\text{эмп.}} = 13,5$$

Критические значения T при $n=14$:

$$T_{\text{кр}} = 15 \quad (p \leq 0,01)$$

$$T_{\text{кр}} = 25 \quad (p \leq 0,05)$$

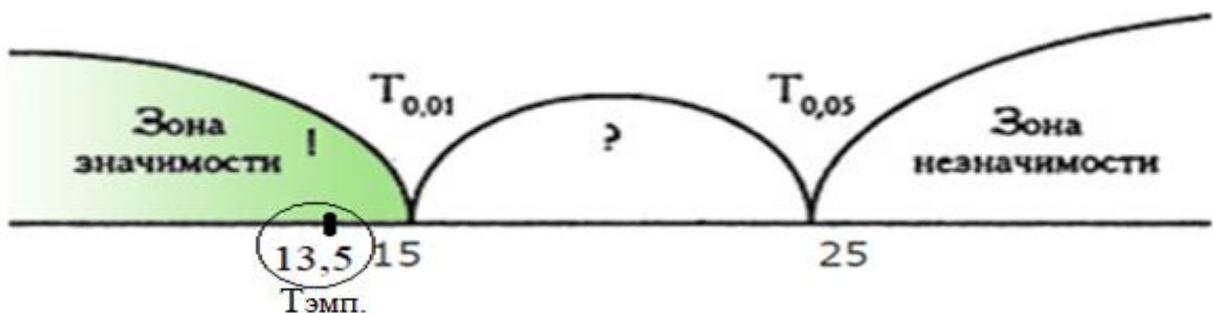


Рис. 13. Ось значимости

Полученное эмпирическое значение $T_{\text{эмп.}}$ находится в зоне значимости ($T_{\text{эмп.}} < T_{\text{кр}} (0,01)$), следовательно, интенсивность сдвигов в сторону снижения уровня склонности к аддиктивному поведению подростков превосходит интенсивность сдвигов в сторону его повышения.

Гипотеза Н0 отвергается, принимается гипотеза Н1. Это значит, уровень склонности к аддиктивному поведению подростков снизился после проведения коррекционной программы.

Таким образом, в этом параграфе мы описали результаты повторной диагностики наших испытуемых по всем трем методикам, пытаясь выявить разницу между результатами до и после коррекции. По результатам всех трех методик было выявлено снижение склонности к аддиктивному поведению подростков. Благодаря чему, можно сделать вывод, что наша программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков эффективна.

3.3. Психолого-педагогические рекомендации по профилактике и коррекции аддиктивного поведения подростков

Жертвой зависимости (аддикции) может стать человек любого возраста и социального положения. Но самые уязвимыми всегда останутся дети. В связи с этим, профилактика аддиктивного (зависимого) поведения подростков – это актуальная проблема современного общества.

Поясним для начала, что же такое аддиктивное поведение. Аддиктивное поведение включает в себя множество форм девиантного (отклоняющегося) поведения, но чаще всего термин аддикция связывают с употреблением психоактивных веществ, таких как употребление алкоголя, наркотических веществ и табакокурение. Однако существуют и другие трактовки этого термина.

По нашему мнению, самое полное определение дали Ц.П. Короленко и Т.А. Донских. Они считают, что аддиктивное поведение является одной из форм отклоняющегося или девиантного поведения с формированием у человека стремления ухода от реальности с помощью изменения своего психического состояния посредством злоупотребления различными

веществами или одержимостью определенным видом деятельности с целью искусственного повышения своего эмоционального состояния [38, с. 55].

В большинстве стран мира проблема аддиктивности в большей степени касается подросткового возраста, так как подростки являются наиболее уязвимым звеном общества, которые подвергаются под воздействие негативных факторов социума.

Почему же профилактика аддиктивного поведения приобретает особую значимость в подростковом возрасте? Первая причина это непростой кризисный период развития, который отражает не только субъективные явления процесса становления, но и кризисные явления общества. Вторая причина - именно в подростковом возрасте начинаются формирование важных качеств личности, обращение к которым могло бы стать одной из важнейших составляющих профилактики аддикции: стремление к развитию и самосознанию, интерес к своей личности и ее потенциалам, способность к самонаблюдению. Важными особенностями подросткового периода являются появление рефлексии и формирование нравственных убеждений. Подростки начинают осознавать себя частью общества и обретают новые общественно значимые позиции; делают попытки самоопределения [50, с. 9].

Подросток начинает познавать себя и окружающий его мир в частности благодаря своим сверстникам. Он, попадая в компании более взрослых авторитетов, становится подобным им и пытается не выходить за рамки принятых убеждений данного сообщества.

Попадая во взрослый мир, подросток не может отличить хорошее от плохого и начинает интересоваться всеми запрещенными предметами и действиями.

Желая изменить свое настроение по аддиктивному механизму, подросток использует различные аддиктивные агенты. Такими агентами являются вещества, которые изменяют психическое состояние: алкоголь, наркотики, лекарства и др.

Искусственное изменение настроения достигается вовлеченностью в какие-либо виды активности или деятельности: азартные игры, компьютерные игры, секс, переедание или голодание, работа, длительное прослушивание ритмичной музыки [33, с. 1252].

Таким образом, именно в подростковом возрасте профилактика аддиктивного поведения имеет большое значение, так как данный возрастной период характерен множеством кризисных явлений. Всегда легче заранее выявлять склонность к аддикциям, проводить психолого-педагогическую коррекцию и профилактику, чем лечить последствия зависимости.

Современный подход к решению проблемы злоупотребления психоактивными веществами предполагает приоритет профилактической работы, ведение которой должно начинаться до наступления «критического возраста» - т.е. основным объектом профилактической работы становятся дети школьного возраста, при этом особое внимание уделяется профилактической работе в условия образовательного учреждения.

Профилактика аддиктивного поведения подростков является одним из звеньев комплексной работы школы по выполнению Закона Российской Федерации «О системе работы по профилактике безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних» [76].

Но, несмотря на то, что в России появилась сеть специальных медицинских учреждений, занимающихся вопросами профилактики и лечения аддиктивной зависимости детей, следует отметить отсутствие специально организованного взаимодействия всех участников воспитательно-образовательного процесса: педагогов, психологов, родителей [1, с. 16].

Прежде всего, профилактика подростковых аддикций должна проводиться в образовательных учреждениях. Именно образовательное учреждение обладает рядом уникальных возможностей для ее проведения. В частности, имеет огромное влияние на формирование и развитие личности ребенка, доступ к семье ребенка и механизмы воздействия на семейную

ситуацию, располагает квалификационными специалистами, способными обеспечить ведение в образовательном учреждении эффективной работы по профилактике аддиктивного поведения.

Этапы профилактической работы:

1. Диагностический. Проведение диагностики личностных особенностей.
2. Получение информации о семье подростка, о семейных взаимоотношениях, об интересах и способностях ребенка, знать контингент друзей.
3. Информационно-просветительский этап. Проведение ряда бесед и классных часов.
4. Работа с психологом, проведение тренингов с целью коррекции отдельных личностных особенностей подростков [24].

Используют такие формы профилактической работы: организация социальной среды; информирование; активное обучение социально-важным навыкам; организация здорового образа жизни; снижение негативных последствий зависимого поведения.

Основными компонентами профилактической работы являются: изучение личности учащихся, особенностей их психического развития, изучение их семей с целью определения типа воспитания ребенка, выявление тех семей, где взрослые злоупотребляют спиртными напитками.

Просветительская деятельность должна быть направлена на родителей, детей и педагогов. Она может выливаться в любые формы работы: родительские собрания, тематические классные часы для школьников, семинары для педагогов, можно представить информацию на стенде и т.д.

Чтобы добиться положительного результата в этом направлении, целесообразно сочетать коллективные и индивидуальные формы работы с родителями: посещение семьи школьника, беседы и лекции для родителей, консультации, анкетирование. Очень важно проводить просветительскую работу среди школьников как на уроках, так и во внеурочное время. Можно

включать в план воспитательной работы проведение Дня здоровья, конкурсов рисунков, плакатов, сочинений на темы здорового образа жизни [54].

Таким образом, профилактика должна включать в себя не только информирование о вреде психоактивных веществ для организма, формирование ценностного отношения к своему здоровью, но и профилактику социальной дезадаптации.

Какие бы внешние причины не провоцировали аддиктивное поведение несовершеннолетних, в основе любого зависимого поведения лежит психологическая привязанность к предмету зависимости, который называется аддиктивный агент. Любой аддиктивный агент формирует иллюзию решения внутренних психологических проблем. Это опасно тем, что подросток отрывается от реальности, постепенно разрушая свою жизнь. Единственным путем решения этой проблемы является – предоставление альтернативы, решение тех психологических проблем, что подталкивают его к зависимому поведению.

Большим потенциалом для проведения профилактики зависимого поведения обладают различные формы творческой деятельности.

Для этого важно использовать позитивно ориентированную профилактическую работу с элементами творчества, так как она поможет в формировании здоровой и свободной личности. Творческая деятельность обучает подростков умениям противостоять сложившимся в обществе стереотипам, учит их самостоятельно мыслить и не поддаваться давлению группы. Занятия творчеством развивают важное качество, как самостоятельность. Самостоятельность – это качество личности, которое выражается в способности мыслить, анализировать ситуации, вырабатывать собственное мнение, принимать решение и действовать по собственной инициативе, независимо от навязываемых взглядов и способов разрешения тех или иных проблем [54].

Профилактическая работа должна проводиться с помощью следующих методов: переубеждение; переключение; вовлечение в деятельность; стимулирование; сотрудничество; доверие; открытый диалог; увлечение полезным видом деятельности; личный пример.

Проведение профилактических работ должно быть направлено на сотрудничество школы и семьи, так как они занимают ведущее место в социальном становлении личности подростка.

Профилактика аддиктивного поведения подростков в школе будет продуктивной, если она ведется в школе системно, в союзе школа-ребенок-родитель. Если в этом треугольнике взаимоотношений, вершиной является ребенок, и присутствует гармоничная взаимообратная связь, вовремя оказывается помощь подростку в трудной ситуации, то у многих ребят будет отсутствовать характеристика зависимый.

Психологическая профилактическая программа должна решать несколько групп задач:

1. Создание возможностей для удовлетворения в социально-приемлемых формах тех потребностей, которые могут подтолкнуть к аддикции.
2. Воспитание личностных качеств, отрицательно коррелирующих со склонностью к аддиктивному поведению.
3. Выработка навыков противодействия социальному давлению, формирование уверенности в себе, совершенствование саморегуляции.
4. Структурирование досуга, формирование привычки рационально распоряжаться свободным временем.
5. Формирование ценности здоровья и личностной установки о неприемлемости аддиктивного поведения.

Очевидно, что для решения такого круга задач организации информационных бесед совершенно недостаточно. Профилактика, во-первых, должна осуществляться в разных организационно-методических формах (групповые дискуссии, социально-психологические тренинги,

ознакомление с информационно-методическими материалами и их обсуждение, проведение культурно-массовых мероприятий, приобщение к занятиям спортом и другими формами активного досуга). Во-вторых, ведущая роль в профилактической деятельности должна отводиться не приглашенным специалистам-экспертам, а специалистам первичного звена, взаимодействующим с подростками на регулярной основе. В-третьих, рассчитывать на действенность профилактики можно тогда, когда она рассматривается более широко, чем формирование установки на недопустимость аддиктивного поведения, подразумевает воспитание личностных качеств, позволяющих конструктивно выстроить собственную жизнедеятельность без прибегания к аддиктивным агентам [16, с. 106].

Педагоги же в свою очередь должны уделять внимание нравственно-этическому развитию подростков; предоставлять ученикам и их родителям информацию о вреде аддиктивного поведения; своевременно оказывать помощь школьникам в решении эмоциональных проблем (общение, разрешение конфликтных ситуаций, преодоление стресса, принятие решений, планирование будущего); информировать детей и родителей о центрах психолого-педагогической-медико-социальной помощи, кризисных службах и т.д.

Педагогам и родителям также важно знать, что сможет уберечь подростка от обращения его к аддикции:

1. Необходимо занимать свободное время подростка, какими-либо конструктивными формами досуга, ориентируясь на его увлечения и интересы;

2. Включать подростка в различные сферы жизнедеятельности (секции, кружки, физкультурно-оздоровительные мероприятия, организации акций по профилактике аддиктивного поведения);

3. Понимание подростка, умение выслушать, принятие его таким, какой он есть;

4. Дружба с родителями (открытость, эмоциональная близость, доверие);

5. Занятие общим делом, как способ объединения семьи (семейный поход или спорт, то есть - это любая совместная деятельность, которая позволит наладить отношения между членами семьи и создать теплую, благоприятную, психологическую атмосферу);

6. Привлекать к участию в молодежных, детско-подростковых организациях, в которых негативно относятся к употреблению ПАВ, на базе школ важно поддерживать и привлекать к профилактической деятельности лидеров подростков групп, активно создавать волонтерское движение, в стенах общеобразовательных школ.

Можно предупредить последствия зависимостей на стадии их возникновения и формирования. Поэтому родителям не нужно откладывать беседу с ребенком, ссылаясь на нехватку времени. Ведь именно на начальных этапах времени больше, чем в конце, так как в конце родители будут вкладывать усилия, чтобы помочь ребенку выздороветь.

Предупреждение возникновения аддикций зависит напрямую от взрослого, следовательно, представим некоторые рекомендации для родителей детей подросткового возраста.

1. Необходимо уделять больше внимания своим детям, а именно проводить с ними минимум по 1,5-2 часа в день, общаясь не как с ребенком, а как со взрослым человеком.

2. Родитель должен делиться своими чувствами и переживаниями с детьми, тогда они начнут доверять свои чувства взрослым.

3. Нужно разговаривать с детьми и интересоваться его кругом общения, ежедневно узнавать о том, как прошел его день. Создать максимально доверительные отношения.

4. Подростковый возраст очень тяжелый период в семейной жизни, поэтому родители должны попытаться дать своим детям свободу и увеличить ответственность.

5. Можно рассказать подросткам истории, связанные с последствиями зависимостей в более мягкой форме, но так, чтобы он понял негативную сторону [33, с. 1253].

Чем более открытыми, ответственными и зрелыми будут родители, тем меньше вероятности, что у них вырастет зависимый ребенок [53, с. 115].

Таким образом, любое образовательное учреждение обладает следующими возможностями для организации профилактической работы с подростками, молодежью: привитие навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контроля; влияние на личность обучающихся в ходе организации учебно-воспитательной работы с ними; организация профилактической работы группой специалистов: педагогами, психологом, социальным педагогом, медицинским работником; организация работы по выявлению детей «групп риска» и коррекционной работы с ними. Но не только образовательное учреждение может повлиять на ребенка, но и родители. Поэтому им важно придерживаться сформированных нами рекомендаций.

Выводы по 3 главе

В третьей главе были реализованы следующие задачи: сформирована программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков, проанализированы результаты опытно-экспериментального исследования, разработаны психолого-педагогические рекомендации по профилактике и коррекции аддиктивного поведения подростков для педагогов и родителей.

Разработанная нами программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков состоит из 10 занятий, направленных на снижение склонности к аддиктивному поведению у подростков. Занятия проводились 2 раза в неделю в групповой форме, продолжительностью – 45-60 минут.

Проведя повторную диагностику, мы получили следующие результаты.

По тесту-опроснику «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел) ни у одного испытуемого склонности к аддикции не выявлено. По тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) в каждой шкале было выявлено снижение склонности к аддикции. Однако, у большинства присутствуют признаки повышенной склонности. По тесту «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен) также улучшились результаты. Средний показатель по методике снизился на 2 балла, в сравнении с первичной диагностикой.

Мы описали результаты повторной диагностики наших испытуемых по всем трем методикам, пытаясь выявить разницу между результатами до и после коррекции. По результатам всех трех методик было выявлено снижение склонности к аддиктивному поведению подростков. Благодаря чему, можно сделать вывод, что наша программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков была эффективной.

После проведения математической обработки результатов психолого-педагогического исследования нами были составлены рекомендации для родителей и педагогов по профилактике и коррекции аддиктивного поведения подростков.

Заключение

В нашем исследовании мы провели подробный анализ психолого-педагогической литературы: изучили аддиктивное поведение личности как психологический феномен; выявили особенности проявления, причины и последствия аддиктивного поведения подростков, что позволило сделать нам следующие выводы.

Аддиктивное поведение – это тип девиантного поведения с формированием стремления человека к уходу от реальности. Выделяют следующие формы зависимого поведения: химическая зависимость; нарушения пищевого поведения; игровая зависимость; сексуальные аддикции; религиозное деструктивное поведение. Основным мотивом аддиктов является активное изменение неудовлетворяющего их психического состояния.

В настоящее время подростки больше всего подвержены возникновению аддикций, поэтому зависимости подростков приобретают статус высоко значимой социальной проблемы. В основном, из-за того, что подросток плохо переносит проблемные ситуации, имеет низкую успеваемость в школе и высокую тревожность, избегает ответственности, а также растет в неблагоприятной социальной среде, может возникать аддиктивное поведение.

Аддиктивное поведение является деструктивной формой поведения. Эта форма поведения присуща лицам, трудно адаптирующимся к меняющимся жизненным обстоятельствам, со слабой переносимостью психологических трудностей, низкой самооценкой. За счет применения психоактивных веществ они стремятся уйти от реальности, быстрее достигнуть психофизиологического комфорта.

Также нами была разработана модель психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков. Были разработаны «дерево целей» и модель нашего исследования на основании целеполагания и

моделирования для осуществления психолого-педагогической коррекции. Генеральная цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить психолого-педагогическую коррекцию аддиктивного поведения подростков. Модель включала в себя четыре блока: теоретический, диагностико-аналитический, коррекционный и блок оценки психолого-педагогической коррекции.

Далее мы определили этапы, методы и методики исследования. Исследование аддиктивного поведения подростков проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и обобщающий. Были выбраны теоретические (анализ, синтез, обобщение, моделирование), эмпирические (констатирующий и формирующий эксперимент, тестирование) и математический (Т-критерий Вилкоксона) методы и подобраны методики для изучения склонности к аддиктивному поведению у подростков: тест «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен); тест-опросник «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич); тест-опросник «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел).

Нами была охарактеризована выборка, был проведен констатирующий эксперимент и проведен анализ его результатов.

Исследование проводилось на базе МБОУ «СОШ» №137 г. Челябинска. В исследовании принимали участие 26 подростков 7 «б» класса в возрасте 13-14 лет, из которых мы выделили 14 испытуемых с выраженной склонностью к аддиктивному поведению для коррекционной работы с ними.

После нами была подготовлена и реализована программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков. Разработанная программа состояла из 10 занятий, направленных на снижение склонности к аддиктивному поведению у подростков. Занятия проводились 2 раза в неделю в групповой форме, продолжительностью – 45-60 минут.

Затем нами было проведено опытно-экспериментальное исследование и анализ его результатов. Мы провели математическую обработку по результатам двух исследований по Т-критерию Вилкоксона для определения

оценки различия между экспериментами. Для этого мы сформулировали две статистические гипотезы H_0 и H_1 , согласно которым интенсивность сдвигов в сторону снижения уровня склонности к аддиктивному поведению подростков не превосходит или превосходит интенсивность сдвигов в сторону его повышения. Итогом обработки стало подтверждение статистической гипотезы H_1 , и, как следствие, подтверждение основной гипотезы, которая была указана вначале нашего исследования: склонность к аддиктивному поведению у подростков изменится в результате реализации разработанной нами коррекционной программы.

После проведения математической обработки результатов психолого-педагогического исследования нами были составлены рекомендации для родителей и педагогов по профилактике и коррекции аддиктивного поведения подростков.

Таким образом, нам удалось достигнуть цели работы, выполнить задачи и подтвердить гипотезу исследования.

Библиографический список

1. Абакун Е.В., Ферцер В.Ю. Социально-педагогическая профилактика аддиктивного поведения в подростковом возрасте в условиях общеобразовательной организации // Студенческая наука Подмосковья, материалы Международной научной конференции молодых ученых. 2017. С. 16-18. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29889594> (дата обращения 29.12.2018).
2. Адамовская М.В., Шеметов П.В. Декомпозиция целей или построение дерева целей в организации // Сибирский международный. 2014. № 16. С. 119-122. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21511530> (дата обращения 13.10.2018).
3. Азарова Л.А. Психология девиантного поведения: учеб.-метод.комплекс. – Минск: ГИУСТ БГУ, 2009. – 164 с.
4. Алешина Л.И., Маринина М.Г., Федосеева С.Ю. Аддиктивное поведение и меры его профилактики // Грани познания. 2016. № 2 (45). С. 124-127. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26240685> (дата обращения 29.09.2018).
5. Барабанщиков В.А. Экспериментальный метод в психологии // Экспериментальная психология. 2011. Т.4. №1. С. 4-16. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15593650> (дата обращения 10.11.2018).
6. Белов В.Г. Профилактика аддиктивного поведения: учеб. пособие. – СПб.: Издательство РХГА, 2013. – 260 с.
7. Блинова Л.А., Басалаева Н.В. Проблема диагностики и профилактики аддиктивного поведения у подростков // Молодёжь Сибири - науке России Международная научно-практическая конференция. 2014. С. 39-41. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23903267> (дата обращения 29.12.2018).
8. Бурмистрова Е.В. Детская возрастная психология: младенчество, раннее детство, дошкольное детство, младший школьный возраст,

подростковый возраст // Вестник практической психологии образования. 2015. № 2 (43). С. 71-82. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25013730> (дата обращения 16.01.2017).

9. Ващенко В. Дети стали меньше пить. URL: <https://www.gazeta.ru/social/2017/07/10/10780976.shtml> (дата обращения 29.09.2018).

10. Воробьева Т.В. Профилактика зависимости от ПАВ. Руководство по разработке и внедрению программ формирования жизненных навыков у подростков группы риска. – М.: УНП ООН. 2008. 64 с.

11. Галяутдинова С.И., Ахмадеева Е.В. К проблеме понимания аддикции и зависимости отечественными и зарубежными исследователями // Вестник Башкирск. ун-та. 2013. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-probleme-ponimaniya-addiktsii-i-zavisimosti-otechestvennymi-i-zarubezhnymi-issledovatelyami> (дата обращения 29.12.2018).

12. Гарганеев С.В. Современный подросток с зависимым поведением: проблематика, вопросы превенции и психотерапии // Сибирское медицинское обозрение. 2011. №4 (70). С. 82-85. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=16494368> (дата обращения 16.01.2017).

13. Гасанова Т.Н. Профилактика аддиктивного (зависимого) поведения у подростков. URL: <http://ccenter.68edu.ru/metodrazrab/tezisi2.pdf> (дата обращения 29.12.2018).

14. Гнедова С.Б. Социальные и индивидуально-психологические предпосылки «зависимости от отношений» у старшеклассников // Категория «социального» в современной педагогике и психологии (материалы 4-й всероссийской научно-практической конференции (заочной) с международным участием). 2016. С. 478-482. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26171529> (дата обращения 16.01.2017).

15. Гнездилов Г.В., Кокорева Е.А., Курдюмов А.Б. Возрастная психология и психология развития: Учебное пособие. М.: Изд-во СГУ, 2013.

204 с. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23915105> (дата обращения 13.10.2018).

16. Грецов А.Г. Теоретические предпосылки разработки и реализации программ профилактики аддиктивного поведения // Профилактика зависимостей. 2014. № 1-2. С. 106-108. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29001922> (дата обращения 29.12.2018).

17. Григорьева О.В., Ванюхина Н.В. Психозэмоциональная сфера подростков с зависимостью от интернета // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2014. №3 (8). С. 32-35. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22467894> (дата обращения 17.11.2018).

18. Гулов Д.М. Подростковый возраст как проблема в психологической науке // Внедрение результатов инновационных разработок: проблемы и перспективы. 2016. С. 223-226. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27375340> (дата обращения 16.01.2017).

19. Дмитриева Н.В., Левина Л.В. Психологические механизмы развития аддиктивного поведения // Сибирский педагогический журнал. 2012. № 9. С. 65-72. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18486365> (дата обращения 16.01.2017).

20. Дмитриева Ю.А., Грязева-Добшинская В.Г. Метод моделирования в социальной психологии // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2013. Т. 6. № 1. С. 18-26. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18899622> (дата обращения 10.11.2018).

21. Долганов Д.Н. Система личностных конструкторов при аддиктивном поведении // Саарбрюкен, 2012. С. 165. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22608853> (дата обращения 14.01.2017).

22. Долгова В.И., Капитанец Е.Г., Гладышев Д.И. Моделирование психолого-педагогической коррекции самооценки у лиц с аддиктивным поведением в условиях реабилитационного центра // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016. №5 (135). С. 267-272. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26188631> (дата обращения 13.10.2018).

23. Долгова В.И., Рокицкая Ю.А., Балакина К.А. Моделирование процесса развития профессионального самоопределения студентов педагогического колледжа // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2018. №2. С. 213-221. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=35061555> (дата обращения 13.10.2018).
24. Дорошенко Н.С. Аддиктивное поведение подростков. URL: <http://ccenter.68edu.ru/metodrazrab/tezisi2.pdf> (дата обращения 29.12.2018).
25. Дьячкова М.Г., Мордовский Э.А. Аддиктивное поведение молодежи и подростков как социальное явление // Современные проблемы науки и образования. 2011. № 6. С. 20. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17388213> (дата обращения 16.01.2017).
26. Егоров Д.В. Использование формирующего эксперимента в учебном процессе вуза // Вестник ТИУиЭ. 2010. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-formiruyuschego-eksperimenta-v-uchebnom-protsesse-vuza> (дата обращения 10.11.2018).
27. Едренова В.Н., Овчаров А.О. Система методов в научных исследованиях // Экономический анализ: теория и практика. 2013. № 10 (313). С. 33-47. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18844614> (дата обращения 13.10.2018).
28. Ермаченков А.В. Современные подходы к моделированию педагогического процесса // Мир образования - образование в мире. 2016. № 3 (63). С. 279-282. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28865570> (дата обращения 13.10.2018).
29. Ерохина Л.Ю. Педагогические условия формирования готовности подростков к целеполаганию в учебной деятельности // Вестник Череповецкого государственного университета. 2011. Т. 2. № 2 (30). С. 97-100. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=16519433> (дата обращения 13.10.2018).

30. Змановская Е.В. Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения): учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: «Академия», 2008. 288 с.
31. Илларионова Н.А. Понятие и сущность подросткового возраста в психологии // Научные итоги года: достижения, проекты, гипотезы. 2016. № 6. С. 74-78. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28096058> (дата обращения 16.01.2017).
32. Ильясова И.И. Хрестоматия по возрастной и педагогической психологии. – М.: Изд-во МГУ, 2011. 304 с.
33. Карманова Ж.А., Смагулова Т.Г. Аддиктивное поведение подростков // Конференциум АСОУ: сборник научных трудов и материалов научно-практических конференций. 2017. №2. С. 1250-1255. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=30771784> (дата обращения 29.12.2018).
34. Колотилова И.В. Особенности формирования зависимого поведения у подростков // Социальная политика и социология. 2011. № 7 (73). С. 234-244. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17741272> (дата обращения 16.01.2017).
35. Кондрашова Е.Н. Формирование склонности к аддиктивному поведению у старших подростков с разными типами акцентуации характера // Вестник учебно-методического объединения по профессионально-педагогическому образованию. 2013. № 1 (47). С. 212-219. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22831120> (дата обращения 16.01.2017).
36. Костенко Г.А. Аддиктивное поведение как аспект девиации поведения // Чрезвычайные ситуации: промышленная и экологическая безопасность. 2015. №1 (21). С. 133-137. URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?id=34055117> (дата обращения 14.01.2017).
37. Кулганов В.А., Семенова О.Ю., Богданова Н.В. Психологические особенности подростков с выраженной предрасположенностью к аддиктивному поведению // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2011. Т. 16. №

2. С. 38-42. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17927571> (дата обращения 16.01.2017).

38. Левченко Л.И. Первичная профилактика аддиктивного поведения среди учащихся общеобразовательной школы // Научные исследования и разработки молодых ученых, Материалы Международной (заочной) научно-практической конференции: в 2-х томах. 2016. С. 54-57. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=28782342> (дата обращения 29.12.2018).

39. Леонова Л.Г. Вопросы профилактики аддиктивного поведения в подростковом возрасте: Учебно-методическое пособие. – Новосибирск, 2014. 156 с.

40. Литвишков В.М. Аддиктивное поведение // Тенденции развития науки и образования. 2018. Т.40. №1. С. 55-57. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36298169> (дата обращения 29.12.2018).

41. Макарова И.В. Психология: конспект лекций. – М.: Издательство Юрайт, 2010. 237 с.

42. Максименкова Л.И. Аддиктивное поведение в подростковом возрасте как психологическая проблема // Вестник Псковского государственного университета. 2008. №5. С. 126-130. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=16357553> (дата обращения 14.01.2017).

43. Малкина-Пых И.Г. Виктимология. Психология поведения жертв. – М.: Эксмо, 2010. 1150 с.

44. Малыгин В.Л. Интернет-зависимое поведение: критерии диагностики. – М.: МГМСУ, 2011. 32 с.

45. Манохина О.А. Психологические особенности понятия и причины девиантного поведения подростков // Ученые записки Российского государственного социального университета. 2011. №1. С.106-112. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=16534062> (дата обращения 16.01.2017).

46. Мелох А., Семкина И.А. Проблема аддиктивного поведения в подростковой среде // Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер сборник научных статей.

Витебск, 2016. С. 129-132. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29174921> (дата обращения 29.09.2018).

47. Менделевич В.Д. Руководство по аддиктологии. – СПб.: Речь, 2007. 768 с.

48. Менделевич В.Д. Многоосевая психодиагностика склонности к зависимому поведению // Психологическое здоровье. 2007. №8. С. 72-78.

49. Молчанова Н.В., Галагузов А.Н. Социально-педагогическая деятельность по профилактике аддиктивного поведения у детей и подростков // Сибирский педагогический журнал. 2015. №3. С. 33-37. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23703269> (дата обращения 29.12.2018).

50. Назарова Н.Б. Профилактика аддиктивного поведения детей и подростков "группы риска" // Интеграция образования. 2009. № 1 (54). С. 7-12. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=12858042> (дата обращения 29.12.2018).

51. Наумова А.А. Феномен подростка в истории философии и психологии // Вестник психотерапии. 2012. №43. С. 64-80. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17956071> (дата обращения 29.12.2018).

52. Никитина Ю.А., Арутюнян А.А. Аддиктивное поведение подростков // Актуальные направления научных исследований: перспективы развития. Сборник материалов V Международной научно-практической конференции. 2018. С. 111-112. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=34980507> (дата обращения 29.12.2018).

53. Николаева Е.И. Зависимое поведение: причины, последствия, профилактика // Социальная педагогика. 2012. №5. С. 111-122. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=18028127> (дата обращения 29.12.2018).

54. Никулина С.В. Организация педагогической профилактики зависимого поведения среди школьников. URL: <http://ccenter.68edu.ru/metodrazrab/tezisi2.pdf> (дата обращения 29.12.2018).

55. Новиков А.М., Новиков Д.А. Методология научного исследования. – М.: Либроком, 2010. 280 с.

56. Новикова Г.П. Аддиктивное поведение личности: анализ психологических теорий // III Международный пенитенциарный форум «преступление, наказание, исправление» (к 20-летию вступления в силу Уголовно-исполнительного кодекса Российской Федерации): Сборник тезисов выступлений и докладов участников Международной научно-практической конференции. Академия ФСИН России. 2017. С. 93-95. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=32511084> (дата обращения 29.09.2018).

57. Орел А.Н. Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению: руководство // Ярославль: НПЦ «Психодиагностика». 2015. 32 с. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-testov-sovremennyh-kompyuternyh-tehnologiy-i-obrabotki-informatsii-v-sisteme-diagnostiki-i-profilaktiki-addiktivnogo> (дата обращения 10.11.2018).

58. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие. – М.: Сфера, 2012. 510 с.

59. Патракиева А.А. Интернет-девиация как научная и социальная проблема // Вестник Челябинского государственного университета. Образование и здравоохранение. 2015. №1 (3). С. 97-101. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23480928> (дата обращения 16.01.2017).

60. Ральникова Л.А. Девиантное поведение несовершеннолетних: причины и проявления // Северо-Кавказский психологический вестник. 2015. № 3 (13). С. 34-41. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=24309380> (дата обращения 16.01.2017).

61. Сапогова Е.Е. Психология развития человека. - М.: Аспект пресс, 2007. 460 с.

62. Свяцкая Л.С. Аддиктивное поведение подростков как социальная проблема современного общества // Повышение качества профессиональной подготовки специалистов социальной и образовательной сфер сборник научных статей. Витебск, 2016. С. 173-176. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=29174934> (дата обращения 10.11.2018).

63. Сиденко А.С. Педагогический эксперимент: понятие и этапы деятельности // Эксперимент и инновации в школе. 2008. № 2. С. 21-25.
64. Симонов М.С., Симонова Д.Л. Аддиктивное поведение: факторы риска и условия формирования // Вестник Тамбовского университета. Серия: Естественные и технические науки. 2011. Т.16. №1. С. 300-303. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=16330651> (дата обращения 16.01.2017).
65. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Эффективные программы профилактики зависимости от наркотиков и других форм зависимого поведения // ООО «Центр полиграфических услуг «Радуга», 2007. 192 с.
66. Соломко А. Какова статистика курения в России на 2015 год? URL: <http://nekuru.com/vred/kurenie-statistika-2015.html> (дата обращения 29.09.2018).
67. Статистика наркомании в России 2017. URL: <http://stranaprotivnarkotikov.ru/statistika-narkomanii-v-rossii-2017/> (дата обращения 29.09.2018).
68. Сычова О.В. Компьютерная аддикция как фактор социальной дезадаптации несовершеннолетних // Вестник ТОГИРРО. 2014. № 3 (30). С. 438-441. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=24041639> (дата обращения 16.01.2017).
69. Уварова Л.Н., Даминова А.И. Аддиктивное поведение подростков как психологическая проблема // Современные научные исследования и разработки. 2016. №7 (7). С. 539-540. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=27539407> (дата обращения 16.01.2017).
70. Уйменова Е.Ю. Профилактика аддиктивного (зависимого) поведения у подростков. URL: <http://ccenter.68edu.ru/metodrazrab/tezisi2.pdf> (дата обращения 29.12.2018).
71. Усова Е.Б. Психология девиантного поведения: учеб.-метод. Комплекс. — Минск: Изд-во МИУ, 2010. 180 с.
72. Фоницева М.В. Аддиктивное поведение. Основы профилактической деятельности // Психология и педагогика: методика и

проблемы практического применения. 2012. № 24-1. С. 84-87. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=20801444> (дата обращения 29.12.2018).

73. Фортунатова Л.И. Теоретические аспекты проблемы возникновения аддиктивного поведения в подростковом возрасте // Современное социально-гуманитарное знание в России и за рубежом Пермский государственный национальный исследовательский университет, ООО «Учебный центр "Информатика"». 2013. С. 21-27. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22438162> (дата обращения 10.11.2018).

74. Чабанова В.В. Особенности личности у лиц, зависимых от интернета // Бюллетень медицинских интернет-конференций. 2014. Т. 4. № 5. С. 538. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=21598405> (дата обращения 17.11.2018).

75. Шаломова Е.В. Особенности аддиктивного поведения подростков // Современные проблемы науки и образования. 2014. № 5. С. 143. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=22566482> (дата обращения 16.01.2017).

76. Шарко С.Н. Профилактика аддиктивного поведения подростков в школе. URL: <http://ccenter.68edu.ru/metodrazrab/tezisi2.pdf> (дата обращения 29.12.2018).

77. Шишкина К.М. Мотивация подростков с девиантным поведением // Альманах Казанского федерального университета 2016. С. 138-143. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=26671242> (дата обращения 17.11.2018).

Приложения

Приложение 1

Методики диагностики

Таблица 1

Тест-опросник «Определение склонности
отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел)

Цель: измерение готовности (склонности) подростков к реализации различных форм отклоняющегося поведения.

Инструкция: Перед вами имеется ряд утверждений. Они касаются некоторых сторон вашей жизни, вашего характера, привычек. Прочтите первое утверждение и решите верно ли данное утверждение по отношению к вам. Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, в квадратике под обозначением «да» поставьте крестик или галочку. Если оно неверно, то поставьте крестик или галочку в квадратике под обозначением «нет».

		Да	Нет
1	Если человек в меру и без вредных последствий употребляет возбуждающие и влияющие на психику вещества – это вполне нормально.		
2	Человек должен иметь право выпивать столько, сколько он хочет.		
3	Некоторые правила и запреты можно отбросить, если испытываешь сильное сексуальное (половое) влечение.		
4	Если бы я мог свободно выбирать профессию, то стал бы дегустатором вин.		
5	Я часто испытываю потребность в острых ощущениях.		
6	Среди моих знакомых есть люди, которые пробовали одурманивающие токсические вещества.		
7	Правы люди, которые в жизни следуют пословиц: «Если нельзя, но очень хочется, то можно».		
8	Бывало, что я случайно попадал в драку после употребления спиртных напитков.		
9	Бывали случаи, когда мои родители, другие взрослые высказывали беспокойство по поводу того, что я немного выпил.		
10	Когда люди стремятся к новым необычным ощущениям и переживаниям – это нормально.		
11	Чтобы получить удовольствие, стоит нарушить некоторые правила и запреты.		
12	Мне нравится бывать в компаниях, где в меру выпивают и веселятся.		
13	Мне нравится состояние, которое наступает, когда в меру и в хорошей компании выпьешь.		
14	Бывало, что у меня возникало желание выпить, хотя я понимал, что сейчас не время и не место.		
15	Сигарета в трудную минуту меня успокаивает.		
16	Удовольствие – это главное, к чему стоит стремиться в жизни.		
17	Вредное воздействие на человека алкоголя и табака сильно преувеличивают.		
18	Секс должен занимать в жизни молодежи одно из главных мест.		
19	Я бы попробовал какое-нибудь одурманивающее вещество, если бы твердо знал, что это не повредит моему здоровью и не повлечет наказания.		
20	Я считаю, что люди должны полностью отказаться употребления спиртных напитков.		

Тест-опросник «Склонность к
зависимому поведению» (В.Д. Менделевич)

Цель: количественно оценить склонность к разнообразным видам зависимостей у подростков.

Инструкция: Пользуясь данной шкалой, укажите, в какой степени Вы согласны или не согласны с каждым из следующих утверждений.

		совершенно не согласен	скорее не согласен	ни то, ни другое	скорее согласен	совершенно согласен
		1	2	3	4	5
1	Я склонен разочаровываться в людях.					
2	Верить в приметы глупо.					
3	Часто бывает, что я обижаюсь на родителей или друзей.					
4	Нередко я опаздываю на учебу или на встречу из-за непредвиденных случайностей в пути.					
5	Окружающие часто удивляют меня своим поведением.					
6	Мои родители часто пытаются обращаться со мной как с маленьким ребенком.					
7	Я люблю планировать свое время до мелочей и с точностью до минут.					
8	Мне кажется, что я чувствую происходящее вокруг более остро, чем другие.					
9	Родители сами виноваты в том, что их дети начинают принимать наркотики.					
10	Для меня не существует абсолютных авторитетов.					
11	В детстве был период, когда я страстно любил что-либо подсчитывать (количество окон, ступеней, номера машин).					
12	Если бы родители или другие взрослые больше говорили с детьми о вреде наркотиков, то мало кто становился бы наркоманом.					
13	Мне легче перенести скандал, чем однообразную размеренную жизнь.					
14	Я верю в порчу и сглаз.					
15	Прежде чем что-либо предпринять, я стараюсь предусмотреть все опасности, которые могут подстергать меня.					
16	Если я чем-то увлеченно занят, то часто даже не замечаю, что происходит вокруг.					
17	Я живу и поступаю в соответствии с поговоркой: «Надейся на лучшее, но готовься к худшему».					
18	Меня нелегко убедить в чем бы то ни было.					
19	Меня нередко обманывали (обманывают).					
20	Неизвестность для меня очень мучительна и тягостна.					

21	Меня раздражает, когда на улице, в магазине или в транспорте на меня пристально смотрят.					
22	Жизнь малоинтересна, когда в ней нет опасностей.					
23	Я не уважаю тех, кто отрывается от коллектива.					
24	Некоторые люди одним прикосновением могут исцелить больного человека.					
25	Жизнь должна быть радостной, иначе незачем жить.					
26	Я хорошо ориентируюсь во времени и, не глядя на часы, могу точно сказать, который сейчас час.					
27	Если я захочу что-нибудь сделать, но окружающие считают, что этого делать не стоит, то я готов отказаться от своих намерений.					
28	В детстве я часто отказывался оставаться один.					
29	Мне нередко бывает скучно, когда нечем себя занять.					
30	В жизни надо попробовать все.					
31	Я легко могу заснуть в любое удобное время (и ночью, и днем).					
32	После того, как я схожу в лес за грибами, у меня долго могут сохраняться воспоминания о грибах.					
33	Я люблю помечтать о том, на что я потрачу возможный будущий выигрыш в лотерее, как поступлю с обещанным подарком.					
34	Часто думаю: «Хорошо бы стать ребенком».					
35	Мне часто трудно находить правильные слова для моих чувств.					
36	Для меня несложно дать знакомому денег в займы на покупку спиртного.					
37	Я склонен жить, стараясь не отягощать себя раздумьями о том, что может произойти со мной в будущем.					
38	Я люблю, когда мне гадают на картах или по руке.					
39	Мне хорошо удается копировать мимику и жесты других людей.					
40	Когда меня будят ночью или рано утром, то я долго не могу понять, что происходит вокруг.					
41	Музыку я люблю громкую, а не тихую.					
42	У меня бывают чувства, которым я не могу дать вполне точное определение.					
43	Человек должен стараться понимать свои сны, руководствоваться ими в жизни и извлекать из них предостережения.					
44	Меня трудно застать врасплох.					
45	Все известные мне «чудеса» объясняются очень просто - обман и фокусы.					
46	Меня считают наивным человеком, поскольку мне часто случается попадать впросак.					
47	Наркотики бывают «легкими» и они не вызывают наркомании.					
48	Я иногда чувствовал, что кто-то посредством гипноза заставлял меня совершать какие-либо поступки.					
49	Мои знакомые считают меня романтиком.					
50	Я верю в чудеса.					

51	Даже психически здоровый человек иногда не может отвечать за свои поступки.					
52	Меня часто озадачивает поведение и поступки людей, которых я давно знаю.					
53	Никому нельзя доверять - это правильная позиция.					
54	Самое счастливое время жизни - это молодость.					
55	В детстве я боялся, что мама может бросить меня, уйти из дома и не вернуться.					
56	Я склонен лучше помнить реально произошедшие со мной неприятные события, чем собственные прогнозы по поводу возможности их появления.					
57	Я люблю советоваться с друзьями (или взрослыми) о том, как поступить в сложной ситуации.					
58	Я бы согласился пожить пусть мало, но бурно.					
59	Я бы мог на спор употребить наркотик.					
60	Часто меня не оценивали по заслугам.					
61	Я всегда точно могу сказать, сколько денег я потратил и сколько у меня осталось.					
62	В детстве я долго не мог привыкнуть к детскому саду (яслям) и не хотел туда из-за этого ходить.					
63	Своим друзьям или подругам я доверяю полностью и убежден, что они меня никогда не обманут и не предадут.					
64	Опасность употребления наркотиков явно преувеличена.					
65	В жизни все-таки мало ярких событий.					
66	Я не люблю длительные поездки в поезде или на автобусе.					
67	Меня раздражает грязное стекло, потому что весь мир тогда кажется грязным и серым.					
68	Когда мне скучно, я обычно ложусь поспать.					
69	Часто родители (или взрослые) упрекают меня в том, что я слушаю излишне громкую музыку.					
70	Очень мучительно чего-либо ждать.					
71	Я мог бы после некоторых предварительных объяснений управлять маленьким (спортивным) самолетом.					
72	Я нередко просыпаюсь утром за несколько секунд или минут до звонка будильника.					
73	Если бы случился пожар и мне надо было бы из окна пятого этажа прыгнуть на тент, развернутый пожарниками, я бы, не задумываясь, сделал это.					
74	Мне жалко наивных людей.					
75	Меня смущает, когда люди долго и пристально смотрят мне в глаза.					
76	Рисковать всем, например, в казино, могут только сильные люди.					
77	В том, что подросток становится наркоманом, виноваты те, кто продает наркотики.					
78	Я люблю очень быструю, а не медленную езду.					
79	Я доверяю предсказаниям гороскопов и следую содержащимся в них рекомендациям.					
80	Меня очень интересуют лотереи.					
81	Прогнозировать будущее - бесполезное дело, так как многое от тебя не зависит.					

82	Я способен с легкостью описывать свои чувства.					
83	У меня в жизни бывали случаи, когда я что-то делал, а потом не помнил, что именно.					
84	Считаю, что любопытство - не порок.					
85	Бывает, что меня пугают люди с громким голосом.					
86	У меня было (есть) много увлечений (интересов, хобби).					
87	Когда я остаюсь дома, то мне часто бывает не по себе от одиночества.					
88	Я не суеверен.					
89	Мне говорили, что у меня неплохие способности имитировать голоса или повадки людей.					
90	Есть люди, которым я верю безоговорочно.					
91	Случается, что во время разговора с заикающимся я сам начинаю говорить сбивчиво и с запинками.					
92	Самое тягостное в жизни - это одиночество.					
93	Если я начинаю играть в какую-нибудь игру, то меня нередко нелегко оторвать от нее.					
94	Бывает, что я могу сделать назло даже то, что мне самому окажется невыгодным.					
95	Меня всегда притягивала и притягивает таинственность, загадочность, мистика.					
96	Бывало, что я на улице соглашался на игру с «наперсточниками».					
97	Я знаю многих ребят, кто употребляет или употреблял наркотики.					
98	Я, как правило, ставлю будильник так, чтобы не только все успеть сделать до ухода из дома, но и иметь несколько минут в запасе.					
99	В своей жизни я часто сталкиваюсь (сталкивался) с невообразимым стечением неблагоприятных обстоятельств.					
100	Я готов полностью подчиниться и даже доверить свою судьбу, но только тому, кого действительно уважаю.					
101	Я люблю рисковать.					
102	Среди моих знакомых есть люди, которые обладают даром убеждать.					
103	Меня часто невозможно оторвать от интересного дела, игры, занятия.					
104	Я мог бы прыгнуть с парашютом.					
105	Мне все равно, что обо мне думают окружающие.					
106	Меня многое в жизни удивляет.					
107	Я могу переспорить кого угодно.					
108	Я вошел бы вместе с укротителем в клетку со львами, если бы он мне сказал, что это безопасно.					
109	Если меня о чем-то просят, мне трудно отказать.					
110	Мне легче придумать свои собственные примеры, чем выучить наизусть примеры из учебника.					
111	Мне никогда не бывает скучно.					
112	Часто я сам от себя не ожидаю какого-либо поступка.					
113	В детстве у меня какое-то время были тики или разнообразные повторяющиеся движения.					

114	Я люблю помечтать.					
115	Меня влечет все новое и необычное.					
116	Со мной нередко происходят «несчастные случаи» и случаются всяческие происшествя.					

Таблица 3

Тест «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен)

Цель: выявить уровень склонности к интернет-зависимости у подростков.

Инструкция: Ниже приведен список вариантов занятий или описание ситуаций, связанных с интернетом, с которыми могли бы согласиться люди, имеющие опыт пребывания в сети. Пожалуйста, прочитайте каждый из них внимательно, и отметьте галочкой тот ответ, который наиболее точно отражает характер Вашего пребывания в интернете за последние 6 месяцев. Вам предлагаются 4 варианта ответа: от наименее к наиболее подходящему.

➤ Вы пользовались интернетом в течение последних 6 месяцев?

- ДА (Пожалуйста, продолжите заполнение пунктов теста)
- НЕТ (Остановитесь на этом, пожалуйста)

		Совсем не подходит	Слабо подходит	Частично подходит	Полностью подходит
1	Мне не раз говорили, что я провожу слишком много времени в интернете.				
2	Я чувствую себя некомфортно, когда я не бываю в интернете в течение определенного периода времени.				
3	Я замечаю, что все больше и больше времени провожу в сети.				
4	Я чувствую беспокойство и раздражение, когда интернет отключен или недоступен.				
5	Я чувствую себя полным сил, пребывая онлайн, несмотря на чувствовавшуюся ранее усталость.				
6	Я остаюсь в сети в течение более длительного периода времени, чем намеревался, хотя я и планировал только «зайти на минутку».				
7	Хотя использование интернета негативно влияет на мои отношения с другими людьми, количество времени, потраченного на Интернет, остается неизменным.				
8	Несколько раз (>1) я спал менее четырех часов из-за того, что «завис» в интернете.				
9	За последний семестр (или за последние 6 месяцев) я стал гораздо больше времени проводить в сети.				
10	Я переживаю или расстраиваюсь, если приходится прекратить пользоваться интернетом на определенный период времени.				
11	Мне не удастся преодолеть желание войти в сеть.				

12	Я отмечаю, что я выхожу в интернет вместо личной встречи с друзьями.				
13	У меня болит спина или я испытываю другого рода физический дискомфорт после сидения в интернете.				
14	Мысль зайти в сеть, приходит мне первой, когда я просыпаюсь утром.				
15	Пребывание в интернете привело к возникновению у меня определенных неприятностей в школе или на работе.				
16	Пребывая вне сети в течение определенного периода времени, я ощущаю, что упускаю что-то.				
17	Мое общение с членами семьи сокращается из-за использования интернета.				
18	Я меньше отдыхаю из-за использования интернета.				
19	Даже отключившись от интернета после выполненной работы, у меня не получается справиться с желанием войти в сеть снова.				
20	Моя жизнь была бы безрадостной, если бы не было интернета.				
21	Пребывание в интернете негативно повлияло на мое физическое самочувствие.				
22	Я стараюсь тратить меньше времени в интернете, но безуспешно.				
23	Для меня становится обычным спать меньше, чтобы провести больше времени в интернете.				
24	Мне необходимо проводить всё больше времени в интернете, чтобы получать то же удовлетворение, что и раньше.				
25	Иногда у меня не получается поесть в нужное время из-за того, что я сижу в интернете.				
26	Я чувствую себя усталым днем из-за того, что ночью сидел в интернете.				

Результаты диагностики на этапе констатирующего исследования

Таблица 4

Результаты диагностики по тесту-опроснику «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел) на этапе констатирующего исследования

№ испытуемого	Количественный показатель	Качественный показатель
1	53	Склонность к аддикции
2	50	Склонность к аддикции
3	48	Низкий уровень
4	26	Низкий уровень
5	30	Низкий уровень
6	30	Низкий уровень
7	30	Низкий уровень
8	26	Низкий уровень
9	30	Низкий уровень
10	35	Низкий уровень
11	26	Низкий уровень
12	30	Низкий уровень
13	28	Низкий уровень
14	28	Низкий уровень
15	35	Низкий уровень
16	46	Низкий уровень
17	33	Низкий уровень
18	30	Низкий уровень
19	26	Низкий уровень
20	42	Низкий уровень
21	42	Низкий уровень
22	26	Низкий уровень
23	48	Низкий уровень
24	30	Низкий уровень
25	39	Низкий уровень
26	26	Низкий уровень
Средний показатель	34,34	Низкий уровень
Аддиктивное поведение – 0 (0%) Склонность к аддикции – 2 (8%) Склонность отсутствует – 24 (92%)		

Результаты диагностики по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) на этапе констатирующего исследования

№	Наркотическая зависимость		Алкогольная зависимость		Игровая компьютерная зависимость		Спортивный и музыкальный фанатизм	
	128	Признаки высокой вероятности	109	Признаки повышенной склонности	68	Признаки повышенной склонности	75	Признаки повышенной склонности
2	120	Признаки высокой вероятности	121	Признаки высокой вероятности	83	Признаки высокой вероятности	77	Признаки высокой вероятности
3	128	Признаки высокой вероятности	111	Признаки высокой вероятности	77	Признаки высокой вероятности	74	Признаки повышенной склонности
4	110	Признаки повышенной склонности	109	Признаки повышенной склонности	66	Признаки повышенной склонности	69	Признаки повышенной склонности
5	117	Признаки высокой вероятности	90	Низкий уровень	60	Признаки повышенной склонности	49	Низкий уровень
6	113	Признаки повышенной склонности	108	Признаки повышенной склонности	62	Признаки повышенной склонности	59	Признаки тенденции
7	103	Признаки тенденции	101	Признаки тенденции	72	Признаки повышенной склонности	65	Признаки повышенной склонности
8	109	Признаки повышенной склонности	90	Низкий уровень	53	Признаки тенденции	54	Признаки тенденции
9	114	Признаки повышенной склонности	113	Признаки высокой вероятности	75	Признаки повышенной склонности	71	Признаки повышенной склонности
10	115	Признаки повышенной склонности	105	Признаки повышенной склонности	55	Признаки тенденции	48	Низкий уровень
11	105	Признаки тенденции	84	Низкий уровень	46	Низкий уровень	41	Низкий уровень
12	119	Признаки высокой вероятности	95	Низкий уровень	55	Признаки тенденции	54	Признаки тенденции
13	120	Признаки высокой вероятности	99	Признаки тенденции	66	Признаки повышенной склонности	54	Признаки тенденции
14	136	Признаки высокой вероятности	115	Признаки высокой вероятности	63	Признаки повышенной склонности	66	Признаки повышенной склонности
15	105	Признаки тенденции	104	Признаки тенденции	55	Признаки тенденции	52	Признаки тенденции

16	111	Признаки повышенной склонности	104	Признаки тенденции	65	Признаки повышенной склонности	65	Признаки повышенной склонности
17	113	Признаки повышенной склонности	95	Низкий уровень	56	Признаки тенденции	45	Низкий уровень
18	111	Признаки повышенной склонности	111	Признаки высокой вероятности	85	Признаки высокой вероятности	81	Признаки высокой вероятности
19	109	Признаки повышенной склонности	95	Низкий уровень	57	Признаки тенденции	56	Признаки тенденции
20	100	Признаки тенденции	93	Низкий уровень	67	Признаки повышенной склонности	61	Признаки тенденции
21	104	Признаки тенденции	96	Низкий уровень	66	Признаки повышенной склонности	56	Признаки тенденции
22	92	Низкий уровень	94	Низкий уровень	45	Низкий уровень	49	Низкий уровень
23	109	Признаки повышенной склонности	103	Признаки тенденции	67	Признаки повышенной склонности	74	Признаки повышенной склонности
24	117	Признаки высокой вероятности	104	Признаки тенденции	60	Признаки повышенной склонности	66	Признаки повышенной склонности
25	115	Признаки повышенной склонности	94	Низкий уровень	64	Признаки повышенной склонности	54	Признаки тенденции
26	106	Признаки тенденции	104	Признаки тенденции	92	Признаки высокой вероятности	51	Признаки тенденции
Ср . по к- ль	112, 65	Признаки повышенной склонности	101, 80	Признаки тенденции	64, 61	Признаки повышенной склонности	60, 23	Признаки тенденции
	Низкий уровень – 1 (4%) Признаки тенденции – 6 (23%) Признаки повышенной склонности – 11 (42%) Признаки высокой вероятности – 8 (31%)		Низкий уровень – 10 (38%) Признаки тенденции – 7 (27%) Признаки повышенной склонности – 4 (15%) Признаки высокой вероятности – 5 (20%)		Низкий уровень – 2 (8%) Признаки тенденции – 6 (23%) Признаки повышенной склонности – 14 (54%) Признаки высокой вероятности – 4 (15%)		Низкий уровень – 5 (20%) Признаки тенденции – 10 (38%) Признаки повышенной склонности – 9 (34%) Признаки высокой вероятности – 2 (8%)	

Результаты диагностики по тесту «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен) на этапе констатирующего исследования

№ испытуемого	Количественный показатель	Качественный показатель
1	51	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
2	64	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
3	85	Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения
4	78	Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения
5	39	Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения
6	90	Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения
7	48	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
8	50	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
9	60	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
10	71	Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения
11	32	Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения
12	71	Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения
13	91	Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения
14	50	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
15	30	Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения
16	53	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
17	59	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
18	44	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
19	31	Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения
20	91	Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения
21	39	Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения
22	36	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения

23	77	Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения
24	59	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
25	49	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
26	63	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
Средний показатель	58,11	Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения – 5 (19%) Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения – 13 (50%) Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения – 8 (31%)		

Программа психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

Занятие № 1. Вводное.

Цель: познакомиться с группой.

Задачи:

- Обозначить цели и задачи программы.
- Установить правила работы в группе.
- Адаптировать к рабочей атмосфере в группе.

Ход занятия.

Приветствие, информирование о цели и задачах занятия, программы.

1. Упражнение «Правила группы».

Цель: установить правила работы в группе.

Инструкция. Правила (вывешиваются на доске):

- 1) Проявлять активность.
- 2) Слушать друг друга, не перебивая.
- 3) Говорить только от своего лица.
- 4) Если информация адресована кому-то конкретно, то обращаться напрямую к этому человеку, а не говорить о нем в третьем лице.
- 5) Не распространять и не обсуждать за пределами тренинга то, что происходит на занятиях.
- 6) Избегать критики при выполнении упражнений, если возникает потребность что-то покриковать — дождаться обсуждения.
- 7) В случае нежелания выполнять какое-либо упражнение участник имеет право отказаться, не объясняя причину этого, но он должен публично заявить о своем отказе.

Обсуждение. Узнать у группы есть ли дополнения и согласны ли участники придерживаться правил.

2. Упражнение «Социометрия».

Цель: познакомиться и создать доверительную атмосферу.

Инструкция. Найдите друг друга те, у кого одинаковый цвет глаз, знак зодиака, любимый цвет, место проживания, имя, и т.п.

3. Упражнение «Поиск общего».

Цель: проявлять внимания к своей личности и личности другого.

Инструкция. Группа делится на двойки, пары находят определенное количество общих признаков, затем двойки объединяются в четверки с той же целью и т.д. Ведущий по своему усмотрению может остановить процесс на четверках, восьмерках и т.д.

Обсуждение. Было ли сложно найти общее? Как вы думаете, почему было сложно?

4. Упражнение «Знакомство по парам».

Цель: познакомиться с участниками группы.

Инструкция. В течение 10 минут участники рассказывают друг другу о себе, задают интересные вопросы, потом представляют партнера остальным участникам, говоря о нем от первого лица, стоя за спиной и положив руки на плечи сидящего впереди партнера.

Обсуждение. Проанализировать, на что обратил внимание партнер, удалось ли ему достоверно представить психологический портрет своего партнера, какие вопросы задавали друг другу пары.

5. Упражнение «Мне сегодня».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Каждый высказывается, начиная со слов: «Мне сегодня понравилось, что ...».

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №2. «Представление о себе».

Цель: осознать собственное «Я», особенности своей личности, формировать положительный образ «Я».

Задачи:

- Сформировать у подростков навыки самоанализа.
- Обсудить понятие «самооценка».
- Определить свои психологические границы.
- Дать возможность каждому члену группы узнать, как его воспринимают другие участники.

Ход занятия.

Приветствие, информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «Что мне нравится в себе».

Цель: формировать навыки самоанализа у подростков.

Инструкция. Участники рисуют на листе бумаги пустые шарики, звездочки и т.д., а затем заполняют их ответами на вопрос «Что мне нравится в себе?».

2. Обсуждение понятия «самооценка».

Цель: познакомить подростков с понятием «самооценка».

Самооценка – это способность сознания человека составлять представление о себе и своих действиях, а также судить о своих навыках, умениях, личных качествах, достоинствах и недостатках. Самооценка отражает степень развития у человека чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его интересов.

Обсуждение. Узнать, какие факторы, по мнению подростков, могут влиять на самооценку. Какая самооценка бывает? Так ли она важна в нашей жизни?

3. Игра «Скажи стоп».

Цель: осознать свои физические и психологические границы.

Инструкция. Участники по очереди подходят друг к другу. Тот, к кому подходят, должен сказать «Стоп!» тогда, когда, на его взгляд, партнер приблизился на оптимально-комфортное расстояние.

Обсуждение. Выяснить у подростков необходимость и целесообразность признания границ личности. Поощрение продуктивной и самостоятельной работы участников. Индивидуальная оценка достигнутого каждым подростком прогресса.

4. Упражнение «Я глазами других».

Цель: способствовать самоанализу подростков, развивать умение анализировать и определять психологические характеристики – свои и окружающих людей.

Инструкция. Участникам предлагается разделить лист бумаги на три графы по вертикали: в 1-й графе ответить на вопрос: «Кто я?» Для этого написать десять слов, писать следует в том порядке, в каком они приходят в голову. Во 2-й графе написать, как на этот же вопрос ответили бы ваши родители, знакомые (любой значимый человек). В 3-й графе на тот же вопрос отвечает кто-то из группы. Для этого все кладут свои подписанные листочки на стол, передаются по кругу, сосед справа пишет о том человеке, чей листочек ему попался. Затем каждый листочек возвращается хозяину.

При обсуждении результатов данной процедуры можно обратить внимание на следующие аспекты:

- 1) повторяется ли какое-либо качество, слово во всех трех графах;
- 2) о чем это может говорить (например, об открытости человека в общении);
- 3) насколько хорошо человек сам себя знает (количество слов в 1-й графе);
- 4) отношение к самому себе (соотношение позитивных и негативных эпитетов);

5) совпадают или не совпадают «Я»-концепция и представления других об этом человеке;

б) из чего складывается представления других о человеке (здесь возможно обсуждение вопроса ответственности человека за презентацию себя другим людям и т.д.).

5. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Ребята по кругу высказывают свое мнение, отвечая на вопросы: «Что нового ты узнал? Чему ты научился?».

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №3. «Организация времени и досуга».

Цель: повышать компетентность подростков в организации времени и досуга.

Задачи:

- Обучать структурировать свободное время.

- Находить различные варианты и способы организации досуга, альтернативного аддикции.

- Обсудить проблему выбора хобби, увлечения, раскрытие таланта, призвания.

Ход занятия.

Приветствие, информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «Моя минута».

Цель: диагностировать работоспособность группы.

Инструкция. Ведущий объясняет участникам, что точное чувство времени является свидетельством адекватного восприятия действительности и высокой работоспособности человека.

Участников просят подготовиться, сесть свободно, расслабиться, закрыть глаза и слушать ведущего. По его сигналу все одновременно начинают отсчитывать про себя минуту, т.е. считать до 60. Дается команда «Закончили!». Каждый запоминает число. Если счет закончился на числах 57-63, то это свидетельствует о высокой работоспособности в данный момент.

2. Упражнение «Мое настоящее».

Цель: обучать структурировать свободное время.

Инструкция. Участникам предлагается нарисовать на листе бумаги круг (аналог суток) и отметить в нем сектора, отражающие затраты времени на то или иное дело в течение обычного «среднего» дня (сон, учеба, общение с друзьями, бытовые обязанности, общение с родителями, одиночество и т.д.).

3. Обсуждение способов структурирования времени.

Цель: находить различные варианты и способы организации досуга, альтернативного аддикции.

Инструкция. Разговор о том, что существуют различные «поглотители времени», которым мы сами позволяем наше время «съесть» (например, бесконечные разговоры по телефону), а также обсуждение способов структурирования времени. Индивидуальная оценка достигнутого подростком прогресса с целью позитивного подкрепления.

4. Упражнение «Идеальный день».

Цель: обсудить проблему выбора хобби, увлечения, раскрытие таланта, призвания.

Инструкция. Участникам предлагается проанализировать свой распорядок дня, выделить ту деятельность, которую можно было бы выполнять быстрее, чтобы заполнить освободившееся время теми увлечениями (хобби), на которые времени «всегда не хватает». Составить новый распорядок дня.

5. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Ребята по кругу высказывают свое мнение, отвечая на вопросы: «Что нового ты узнал? Чему ты научился?».

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №4. «Дружба».

Цель: формировать представления о качествах необходимых в дружбе.

Задачи:

- Формировать чувство доверия и эмпатии.
- Осознать собственную потребность и способность к дружескому общению.
- Формировать понятия о наиболее ценимых человеческих достоинствах, о значении дружбы и о тех качествах, которые необходимо развивать в себе, чтобы быть достойным дружбы.
- Способствовать определению качеств, которые привлекают и отталкивают в друзьях.

Ход занятия.

Приветствие, информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «Слепец-поводырь».

Цель: формировать чувство доверия и эмпатии.

Инструкция. Группа разбивается на пары. «Поводырь» ведет участника, у которого завязаны глаза, на другую сторону помещения. «Слепец» должен преодолевать препятствия с помощью устных указаний «поводыря».

2. Упражнение «Ищу друга».

Цель: формировать понятия о наиболее ценимых человеческих достоинствах, о значении дружбы и о тех качествах, которые необходимо развивать в себе, чтобы быть достойным дружбы.

Инструкция.

- Любой человек, пожалуй, мечтает о том, чтобы иметь настоящего друга. Кому-то из вас наверняка уже повезло, и такой друг у вас есть. У кого-то – множество знакомых и приятелей, но трудно выбрать из них человека, которого можно было бы гордо назвать другом. А кто-то, возможно, в силу застенчивости или замкнутости чувствует себя одиноким и с горечью признается себе, что друзей у него нет. Но в любом случае настоящий друг никому не помешает.

Сейчас я стану редактором особой газеты бесплатных объявлений. Она называется «Ищу друга». Каждый из вас поместит туда объявление о поиске друга. В этом объявлении нет ограничений на количество слов или размер букв. Принимается любая форма. Вы можете изложить список требований к кандидату в друзья, весь набор качеств, которыми он должен обладать, а можете нарисовать его портрет. Можете рассказать о себе. Одним словом, делайте объявление таким, каким пожелаете. Но следует только позаботиться о том, чтобы именно ваше объявление привлекло внимание среди других.

Возьмите листы бумаги, ручки, карандаши и приступайте к своему объявлению. Время на подготовку – 7 минут.

Объявления подписывать не нужно.

- Время истекло. Выложим наши объявления на стол. Теперь каждый молча читает их и на понравившихся 1-2 объявлениях, которые привлекли ваше внимание, и вы готовы связаться с его подателями, ставит галочку сбоку.

3. Обсуждение «Лучшее объявление».

Цель: определить качества, которые привлекают и отталкивают в друзьях.

Инструкция.

- Теперь посмотрите, отозвались ли на ваше объявление. Посчитайте количество галочек на ваших листах. Пусть каждый по кругу назовет одну цифру – количество доставшихся вам выборов.

- Теперь предлагаю обсудить, чем характеризуется объявление, получившее наибольшее число заинтересованных ответов?

- Что помешало вам откликнуться на другие объявления?

- Там где перечислено большое количество требований, предъявляемых к будущему другу? Естественно, ведь нелегко соответствовать высокому запросу. Не каждый обладает такими замечательными качествами как «преданность» и т.д. И потом самое главное: в таких объявлениях ищут друга, который должен что-то давать, и ничего не предлагают взамен. Подобное потребительское отношение к другу, от которого требуется служить подателю объявления, вряд ли встретит понимание и сочувствие. Опыт показывает, что гораздо больший интерес и симпатию вызывают объявления, в которых человек предлагает то, чем он сам обладает, в общий котел дружбы, то есть он готов именно к дружеским взаимоотношениям, предполагающим желание и умение не только брать, но и давать.

Обсуждение того, какие объявления оказались популярными, а какие нет и почему. Поддержка в виде конструктивной обратной связи, направленная на повышение стремления к самосовершенствованию. Поощрение продуктивной и самостоятельной работы участников. Индивидуальная оценка достигнутого каждым подростком прогресса.

4. Упражнение «Разговор о дружбе и рефлексия собственных качеств».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Участники по кругу высказывают свое мнение, отвечая на вопросы:

- Что для вас значит дружба?

- Может ли быть так, что у человека, есть несколько приятелей и ни одного друга?

- Что надо делать, чтобы найти друга?

- Проанализировав объявления, скажите, есть ли у вас качества, необходимые в дружбе?

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №5. «Давление сверстников».

Цель: в ходе специально организованной игры продемонстрировать школьникам необходимость выработки специальных навыков, которые могли бы им помочь уберечься от нежелательных форм поведения.

Задачи:

- Информировать о способах противостояния прямому давлению сверстников, побуждающих подростка к аддикции.

- Формировать навыки заботы о себе и защиты своего Я.

- Формировать умение говорить «нет».

Ход занятия.

Приветствие. Информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «Да – нет».

Цель: формировать умение отказывать.

Инструкция. «Вам барыня прислала сто рублей. Что хотите, то купите, «да» и «нет» не говорите, черного с белым не покупайте». Тот, кто скажет во время игры «да», «нет», «черный» или «белый» считается проигравшим и становится ведущим. Эта игра демонстрирует некоторые способы отказать, не говоря слово «нет».

2. Ролевая игра «Отказ».

Цель: информировать о способах противостояния давлению и формировать их путем проигрывания.

Инструкция. Ведущий предлагает ученикам ответить на вопрос, почему подростки начинают курить.

Перечисляются различные мнения: из любопытства, потому что это модно, из подражания взрослым, за компанию. Ведущий предлагает подробнее обсудить этот вариант.

Известно, что даже те ребята, которые хорошо знают о вреде курения и не хотят начинать курить, все—таки закуривают вместе со своими друзьями.

Ведущий задает следующий вопрос: «Кому труднее всего отказать, если будет предложено закурить: взрослому, компании курящих сверстников или близкому другу?»

Обсуждаются все высказанные варианты. После обсуждения ведущий предлагает проиграть в классе ситуацию, при которой один ученик предлагает закурить, а другой отказывается. Ведущий объясняет классу, что суть этой игры заключается в отработке очень важного психологического навыка. Он может пригодиться не только в конкретном случае, когда вас принуждают курить, но и в любой жизненной ситуации, «если вам предлагают сделать то, чего вы не хотите (пойти в незнакомое место, съесть то, что вы не любите, и т.д.)». Ведущий предлагает посмотреть, кто лучше всех умеет уговаривать, а кто умеет отказываться так, чтобы не поссориться. Ведущий предлагает двум ученикам выйти к доске и разыграть сценку, в которой один человек предлагает другому закурить. Весь класс должен внимательно следить за диалогом и потом высказать суждение о том, кто был убедительнее, кто победил в споре и похоже ли это на реальную ситуацию.

3. Обсуждение навыков защиты своего «Я».

Цель: информировать о важности навыков заботы о себе и защиты своего Я.

При таком жестком прессинге, когда подросток поставлен перед выбором курить или лишиться расположения группы, возможен уклончивый ответ типа «я уже бросил», «что—то сейчас не хочется». Такая ситуация затруднительна и связана с высоким риском начала курения. В то же время подростки должны осознать: чем ниже их статус в группе, тем жестче давление членов группы. Можно предложить подросткам ответить на вопрос, какой человек на предложение «На, кури» может ответить «Отстань» или «Кури сам, если хочешь». Безусловно, это человек, обществом которого группа дорожит. Поэтому ребята должны знать, что грубое давление вовсе не признак заботы и внимания со стороны группы, а проявление неуважения к личности.

4. Упражнение «Нет, не буду».

Цель: формировать умение говорить «нет».

Инструкция. Один из участников предлагает другому прогулять урок, а тот отказывается, но не говорит запретных слов.

На этом игра заканчивается, и учитель делает выводы о способах отказа в реальных жизненных ситуациях:

- 1) просто сказать «нет» без объяснения;
- 2) отказаться и объяснить причины отказа;
- 3) предложить сделать что-то другое взамен предлагаемого;
- 4) отказаться и уйти;
- 5) убежать;
- 6) продемонстрировать вариант поведения под названием «заезженная пластинка»;
- 7) на все уговоры отвечать «нет», «не буду»;
- 8) проигнорировать предложение;
- 9) постараться объединиться с кем-то, придерживающимся твоего мнения;
- 10) постараться избегать опасных ситуаций.

Класс делится на пары. В каждой паре один ученик предлагает другому закурить, второй отказывается. Потом наоборот. Желательно, чтобы ученики использовали разные способы отказа.

5. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Ребята по кругу высказывают свое мнение, отвечая на вопросы: «Что нового ты узнал? Чему ты научился?».

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №6. «Конфликтные ситуации».

Цель: формировать умения эффективного поведения в конфликтных ситуациях.

Задачи:

- Формировать навыки эффективного поведения в конфликтных ситуациях.
- Научить анализировать и разрешать конфликты.
- Научить защищать собственную позицию.
- Формировать умение отстаивать собственное мнение.

Ход занятия.

Приветствие. Информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «Встреча на узком мостике».

Цель: активизировать внимание участников на теме занятия.

Инструкция. Двое участников становятся на проведенной на полу линии друг к другу на расстоянии около 3-х метров. Ведущий объясняет ситуацию: «Представьте себе, что вы идете навстречу друг другу по очень узкому мостику, перекинутому над водой. В центре мостика вы встретились и вам надо разойтись. Мостик – это линия. Кто поставит ногу за его пределы – упадет в воду. Постарайтесь разойтись на мостике так, чтобы не упасть». Пары участников подбираются случайным образом. Прохождение 2-3х пар. Для каждой пары дается определенная установка поведения «на мосту»:

1 пара – договориться, как пройти мост;

2 пара – бороться до последнего, не уступать дорогу другому участнику;

3 пара – один из участников избегает столкновения, уходит обратно, уступает дорогу другому.

Учащие наблюдают за поведением участников упражнения по следующей схеме:

Кто оказался в выигрыше при решении ситуации?

Было ли решение ситуаций эффективным?

Какие эмоции испытывал каждый из участников ситуации?

2. Видео-презентация о конфликтах.

Цель: информировать о том, что такое конфликт, о причинах конфликтов, о стратегиях поведения и способах выхода из конфликтных ситуаций.

Видео для показа подросткам:

Видеоурок «Межличностные конфликты, причины их возникновения»
<https://www.youtube.com/watch?v=ET7GCaKuRd8>

3. Ролевая игра «Куда пойдём?».

Цель: формировать умение конструктивно решать конфликты.

Инструкция. Ролевая игра, для которой можно выбрать реальную ситуацию, волнующую подростков в данный момент. На всякий случай нужно иметь подготовленный сценарий, который можно разыграть по ролям. Например: «Группа подростков собирается вместе провести время. Одни хотят пойти в кино на новый фильм, другие предпочитают прогулку в парке».

Обсуждение.

Анализ разминки, причин неудачных попыток выполнения задания.

Обсуждение особенностей общения, которые лежат в основе этих неудач, а также форм общения персонажей в ролевой игре.

Поддержка в виде конструктивной обратной связи, направленная на повышение стремления к самосовершенствованию.

Поощрение продуктивной и самостоятельной работы участников.

Индивидуальная оценка достигнутого каждым подростком прогресса.

4. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Ребята по кругу высказывают свое мнение, отвечая на вопросы: «Что нового ты узнал о конфликте? Чему ты научился?»

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №7. «Зависимость от гаджетов и интернета».

Цель: просветить участников относительно влияния гаджетов и интернета на сознание и организм человека.

Задачи:

- Информировать о вреде гаджетов и интернета на организм и психику человека.
- Создать условия для формирования собственного отношения к проблеме.
- Продвигать к здоровью.

Ход занятия.

Приветствие. Информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «Привет, я рад тебя видеть...».

Цель: создать доброжелательную атмосферу в группе.

Инструкция. Ведущий говорит: «Начнем занятие с пожеланий друг другу на сегодняшний день. Вы бросает мяч кому-то, и одновременно говорите свое пожелание или комплимент этому человеку. Начинайте его со слов: «Привет, я рад тебя видеть!» Тот, кому бросили мяч, в свою очередь, бросает его следующему, высказывая ему своё пожелание». Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый участник не поймает мячик.

2. Беседа с группой на тему интернет-зависимости.

Цель: определить отношение участников к проблема интернет-зависимости.

Вопросы:

- Что такое Интернет?
- Для чего можно его использовать?
- Приносит ли он нам какую-то пользу в жизни?
- А есть ли отрицательное влияние сети на человека? Какое?
- Когда можно сказать, что человек зависим от сети Интернет?
- Похожа ли зависимость от «паутины» на другие виды зависимости – от сигарет, наркотиков, алкоголя? Чем?

- Попробуйте описать человека, который зависим от Интернета. Как он выглядит, какими чертами характера обладает? (участники называют качества, а ведущий записывает их фломастером на листе, прикрепленном к доске, чтобы все участники могли видеть список)

- Как вы думаете, можно ли назвать общение через Интернет полноценным?

Почему?

- Почему так много людей сейчас сидит в Интернете?
- Какие ассоциации у вас возникают со словом «Интернет»? (ведущий записывает их на листе)

3. Видео-презентация об интернет-зависимости.

Цель: информировать о вреде и последствиях интернет-зависимости.

Видео для показа подросткам:

«Интернет-зависимость - страшная штука...»

<https://www.youtube.com/watch?v=UxeVI29o5W0>

4. Упражнение «Я могу заменить Интернет...».

Цель: активизировать внимание группы на других видах деятельности.

Инструкция. Участники делятся на две равные команды (если количество участников нечётное, ведущий тоже принимает участие в игре).

«Вспомните сейчас всё то, чем вы обычно занимаетесь в Интернете – общаетесь, ищете информацию, картинки, видео, фильмы, книги, посещаете какие-либо интересные сайты... Вам надо придумать, чем это можно заменить. Например: «Я могу заменить общение в «ВК» на прогулку с друзьями. Я могу заменить время, проводимое в Интернете, на плавание...» и так далее. Участники из разных команд говорят свои варианты по очереди. Проигрывает команда, у которой первой кончатся варианты, чем можно заменить Интернет».

5. Упражнение «Незаконченное предложение».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Каждый участник высказывает свое мнение о правилах безопасного использования интернета: «Я считаю, что интернет полезное изобретение человечества, но...».

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №8. «Зависимость от алкоголя и табака».

Цель: информировать подростков о пагубности влияния вредной привычки к курению и алкоголизма на здоровье.

Задачи:

- Информировать подростков о воздействии алкоголя и табака на организм и психику человека.

- Создать условия для формирования собственного отношения к проблеме.

- Продвигать к здоровью.

Ход занятия.

Приветствие. Информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «Подарок».

Цель: создать доброжелательную атмосферу в группе.

Инструкция. Участники становятся в круг. Им предлагается сделать подарок для своего соседа справа, а именно - подарить хорошее настроение с помощью мимики и жестов.

2. Видео-презентация о вреде алкоголя и табака.

Цель: информировать о последствиях употребления алкоголя и курения.

Видео для показа подросткам:

«ВОТ ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ПИТЬ АЛКОГОЛЬ!»

<https://www.youtube.com/watch?v=L2MRUqqeqho>

«ВРЕД КУРЕНИЯ. Курить Больше Не Захочется! ВЫ УБИВАЕТЕ ДЕТЕЙ»

<https://www.youtube.com/watch?v=Y1gP0glaxqA>

3. Ролевая игра «Давай с нами!».

Цель: формировать навыки противостояния группе.

Инструкция. Члены группы изображают компанию подростков, собравшихся на вечеринке. В компании употребляют алкоголь/курят. Один из участников изображает подростка, который пытается отказаться от употребления алкоголя/курения.

Обсуждение упражнения.

Группа размышляет над тем, почему та или иная форма поведения персонажей в ролевой игре была более или менее эффективной.

Вопросы для обсуждения:

Что чувствовали участники?

Трудно ли было противостоять давлению группы?

Что стало решающим фактором для выбора той или иной стратегии поведения?

Какая стратегия поведения в данной ситуации была бы более эффективной?

Почему?

4. Упражнение «Мы сами о себе».

Цель: формировать навыки, позволяющие отказаться от употребления алкоголя; познакомиться с ответственностью за правонарушения в состоянии алкогольного опьянения.

Инструкция. Ведущий заготавливает карточки по числу участников в группе, на обратной стороне карточки указаны типичные трудные жизненные ситуации подростков. Ведущий раскладывает карточки на журнальном столике или ковре в центре круга «рубашкой» вверх, например, в форме буквы «Я». Далее дается инструкция:

«Направление написания буквы «Я» карточками – это наш путь постижения себя и друг друга: от первой карточки до последней. Вы называете любое число в пределах числа карточек и берете карточку под этим номером по порядку их раскладывания. Каждая карточка содержит краткое описание трудной жизненной ситуации, типичной для вашего возраста. Вы зачитываете доставшуюся вам ситуацию, рассказываете о том, как бы вы ее решили в реальной жизни, а затем отвечаете на дополнительные вопросы группы по ситуации». После завершения каждого рассказа ведущий задает вопрос всему кругу, были ли у кого-либо аналогичные ситуации и сходные решения их. Если они были, участники пожимают друг другу руки, голосуют или совершают другое действие, обозначающее сходство их жизненного опыта. При наличии у других участников другого, альтернативного опыта они сообщают о нем и по усмотрению группы поощряются.

Примерные ситуации:

Ваша подруга сообщает, что у нее свидание в баре, где принято пить, и приглашает вас.

Друг/подруга просит у вас деньги, и вы подозреваете, что на выпивку или наркотики.

Мать вашего приятеля рассказывает о своих подозрениях, что он начал регулярно выпивать.

Подруга вашего приятеля говорит о своих подозрениях, что тот начал выпивать, и просит ей помочь.

Вы пришли в гости к другу/подруге, а тот/та – в состоянии после сильной выпивки накануне («с похмелья»).

По дороге на дискотеку вам предлагают выпить «пивка для настроения».

Ваш друг/подруга тяжело переживает конфликт с родителями и «заливает горе».

Ваш друг/подруга тяжело переживает конфликт с девушкой/парнем и «заливает горе».

Вы отдыхаете на природе; кто-то из компании предлагает выпить и «по-настоящему развлечься» - сплавать на тот берег, залезть на дерево, попрыгать с откоса.

Кто-то просит вас вместо себя пойти и купить в магазине вино или сигареты, так как вы выглядите взрослее.

Далее можно предложить группе обсудить, как изменяется поведение человека, принявшего алкоголь, в частности как ведут себя пьяные подростки, как они нарушают права других людей. Необходимо подвести к пониманию, что состояние алкогольного опьянения не только не освобождает от ответственности, но и усугубляет вину. Нужно сказать, что в стране, где не существует запрета на продажу алкоголя и его употребление, мера принятия спиртных напитков – личное дело каждого, исключая несовершеннолетних. А если несовершеннолетний (как и любой гражданин России) совершил преступление в состоянии алкогольного опьянения любой степени, это только усугубляет его вину.

5. Упражнение «Рефлексия».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Участники делятся впечатлениями о прошедшем занятии:

Что было самым трудным (неприятным)?

Что больше всего понравилось (запомнилось)?

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №9. «Информирование о наркотиках».

Цель: обозначить проблемы, связанные с наркоманией и предупреждение первого употребления наркотиков и других психоактивных веществ.

Задачи:

- Информировать подростков о воздействии наркотиков на организм и психику.
- Создать условия для формирования собственного отношения к проблеме.
- Продвигать к здоровью.

Ход занятия.

Приветствие. Информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «В чем мне повезло в этой жизни».

Цель: повышать уровень жизненного оптимизма, создать хороший настрой на работу.

Инструкция. Разбейтесь по парам, расскажите партнеру о том, в чем вам повезло в вашей жизни, поменяйтесь ролями. Поделитесь впечатлениями.

2. Видео-презентация о вреде наркотиков.

Цель: информировать о последствиях употребления наркотиков.

Видео для показа подросткам:

«Как работают наркотики? — Научпок»
https://www.youtube.com/watch?v=lz_3EgpQAcQ

«Антинаркотический клип для школ, профилактика пав, наркотиков»
<https://www.youtube.com/watch?v=b-09nVEAREk>

«Сколько «живут» закладчики наркотиков | Flanders»
<https://www.youtube.com/watch?v=5fyHduYIW9k&feature=youtu.be>

3. Игра «Спорные утверждения».

Цель: дать возможность каждому участнику высказать свои взгляды на проблему наркомании.

Инструкция. Для проведения игры необходимо четыре листа бумаги с написанными на них утверждениями:

- «Совершенно согласен»
- «Согласен, но с оговорками»
- «Совершенно не согласен»
- «Не имею точного мнения»

Эти листы прикрепляются по четырём сторонам комнаты.

Ведущий зачитывает спорные утверждения, после чего участники должны разойтись и встать около тех листов, на которых отражена их точка зрения на данный вопрос. После принятия решения каждый из участников должен его обосновать: «почему я считаю именно так». Выслушав мнения каждого из участников ведущий в виде краткой лекции излагает своё мнение. Выслушав все точки зрения, участники могут выбрать листы с утверждениями, наиболее подходящими для них теперь.

Примеры спорных утверждений:

Наркомания - это преступление.

Лёгкие наркотики безвредны.

Наркотики повышают творческий потенциал.

Наркомания это болезнь.

У многих молодых людей возникают проблемы из-за наркотиков.

Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент.

Наркомания излечима.

Многие подростки начинают употребление наркотиков «за компанию».

Люди, употребляющие наркотики, очень часто не осознают, что зависят от них.

Наркоман может умереть от СПИДа.

Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.

По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет.

Наркоман может умереть от передозировки.

Продажа наркотиков не преследуется законом.

Наркомания не излечима.

Программы обмена шприцами стимулируют распространение наркомании.

Лечение и реабилитация наркоманов должны быть абсолютно бесплатным, если государство хочет решить эту проблему.

Наркоманы - это не люди.

4. Упражнение «Ассоциации».

Цель: формировать собственное мнение о проблеме.

Инструкция. Участникам предлагается по очереди назвать свои ассоциации со словом «наркоман».

5. Упражнение «Я надеюсь, что...».

Цель: получить обратную связь.

Инструкция. Каждый высказывается, начиная со слов: «Я надеюсь, что ...».

Ведущий высказывает группе благодарность за занятие. Прощание.

Занятие №10. «Завершающее занятие».

Цель: получить отзыв о программе.

Задачи:

- Настроить на дальнейшую самостоятельную работу.

- Подготовить переход участников группы в повседневную жизнь вне группы, учитывая, что для многих это непростой процесс.

Ход занятия.

Приветствие. Информирование о цели и задачах занятия.

1. Упражнение «Воображаемый подарок».

Цель: улучшить настроение участников и атмосферу в группе.

Инструкция. Участники становятся в круг. Ведущий держит в руках мяч или игрушку, подходит к любому подростку и говорит: «Я хотел бы подарить тебе этот подарок за ...» - называет какое-либо качество участника. Передавая игрушку, все участники обмениваются подарками. Важно, чтобы никто не остался без позитивного внимания.

2. Упражнение «Ладонка».

Цель: получить позитивную обратную связь, активизировать личностные ресурсы.

Инструкция. Каждый обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя, в каждом пальце то, что нравится в себе самом. Затем лист передают соседу справа, он в течение 30 секунд пишет на листе (снаружи ладони) что-то, что нравится в человеке – хозяине ладони. Так листочки обходят весь круг. Хозяину лист возвращается лицевой стороной вниз. Затем все одновременно переворачивают листы и читают написанное.

3. Заключительное обсуждение тренинговой программы.

Цель: получить отзыв о программе.

Инструкция. Каждому участнику предоставляется возможность высказаться о том, что он приобрел в ходе программы и какое значение это имеет для его жизни. Проводится индивидуальная оценка достигнутого подростком прогресса с целью позитивного подкрепления. Ведущий выражает уверенность в том, что каждый из участников сможет успешно применять полученный опыт в дальнейшей жизни.

4. Анкета «Отзыв о программе».

Цель: получить обратную связь о программе.

Содержание анкеты:

Уважаемые участники, наша программа подошла к концу. Мы старались сделать ее интересной, разнообразной, а главное — полезной для Вас.

Совершенствование нашей работы невозможно без учета Вашего мнения. Просим Вас высказать свое впечатление о программе. Насколько Ваши ожидания совпали с тем, что Вы здесь увидели и услышали? Какие Вы могли бы отметить «плюсы» и «минусы» в проведении занятий? Какие предложения по улучшению работы могли бы внести?

1. Что в программе понравилось Вам больше всего остального (затронутые темы, ведение занятий, упражнения, участники и т.д.)?

2. Что Вам не понравилось?

3. Какая часть программы была, на Ваш взгляд, более удачной и почему?

4. Получили ли Вы ответы на волнующие Вас вопросы?

5. Будете ли Вы использовать информацию и навыки, полученные в ходе программы?

6. Ваши пожелания ведущим и организаторам программы:

Благодарим за сотрудничество!

Ведущий высказывает группе благодарность за работу. Пожелание успехов.
Прощание.

Результаты диагностики на контрольно-обобщающем этапе исследования

Таблица 7

Результаты исследования по тесту-опроснику «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н. Орел) после реализации программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

№ испытуемого	До	После
1	53	48
2	50	47
3	48	48
4	26	25
5	30	32
6	30	30
7	30	29
8	28	30
9	28	26
10	46	43
11	30	32
12	48	45
13	30	28
14	26	25
Средний показатель	35,92	34,85
	Аддиктивное поведение – 0 (0%) Склонность к аддикции – 2 (14%) Склонность отсутствует – 12 (86%)	Аддиктивное поведение – 0 (0%) Склонность к аддикции – 0 (0%) Склонность отсутствует – 14 (100%)

Результаты диагностики по тесту-опроснику «Склонность к зависимому поведению» (В.Д. Менделевич) после реализации программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

№	Наркотическая зависимость		Алкогольная зависимость		Игровая компьютерная зависимость		Спортивный и музыкальный фанатизм	
	До	После	До	После	До	После	До	После
1	128	121	109	103	68	62	75	71
2	120	115	121	115	83	78	77	74
3	128	122	111	107	77	73	74	69
4	110	104	109	104	66	61	69	63
5	113	109	108	104	62	58	59	56
6	114	108	113	110	75	70	71	66
7	119	113	95	100	55	60	54	51
8	120	114	99	103	66	62	54	48
9	136	126	115	109	63	59	66	61
10	111	107	104	100	65	61	65	59
11	111	106	111	107	85	80	88	82
12	109	112	103	98	67	63	74	70
13	117	112	104	102	60	54	66	62
14	106	102	104	100	92	86	51	47
Ср. по к-ль	117,28 - признаки и высокой вероятности	112,21 - признаки тенденции	107,57 - признаки повышенной склонности	104,42 - признаки тенденции	70,28 - признаки повышенной склонности	66,21 - признаки тенденции	67,35 - признаки повышенной склонности	62,78 - признаки тенденции
	Низкий уровень – 0 (0%) Признаки тенденции – 1 (7%) Признаки повышенной склонности – 6 (43%) Признаки высокой вероятности – 7 (50%)	Низкий уровень – 0 (0%) Признаки тенденции – 3 (21%) Признаки повышенной склонности – 8 (58%) Признаки высокой вероятности – 3 (21%)	Низкий уровень – 1 (7%) Признаки тенденции – 5 (36%) Признаки повышенной склонности – 3 (21%) Признаки высокой вероятности – 5 (36%)	Низкий уровень – 1 (7%) Признаки тенденции – 8 (57%) Признаки повышенной склонности – 4 (29%) Признаки высокой вероятности – 1 (7%)	Низкий уровень – 0 (0%) Признаки тенденции – 1 (7%) Признаки повышенной склонности – 9 (64%) Признаки высокой вероятности – 4 (29%)	Низкий уровень – 0 (0%) Признаки тенденции – 3 (21%) Признаки повышенной склонности – 8 (58%) Признаки высокой вероятности – 3 (21%)	Низкий уровень – 0 (0%) Признаки тенденции – 4 (29%) Признаки повышенной склонности – 8 (57%) Признаки высокой вероятности – 2 (14%)	Низкий уровень – 2 (14%) Признаки тенденции – 5 (36%) Признаки повышенной склонности – 6 (43%) Признаки высокой вероятности – 1 (7%)

Результаты диагностики по тесту «Интернет-зависимость» (С.-С. Чен) после реализации программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков

№ испытуемого	До	После
1	51	47
2	64	61
3	85	87
4	78	74
5	90	87
6	60	58
7	71	68
8	91	88
9	50	54
10	53	50
11	44	41
12	77	74
13	59	54
14	63	60
Средний показатель	66,85 - выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения	64,5 - склонность к возникновению интернет-зависимого поведения
	Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения – 0 (0%) Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения – 8 (57%) Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения – 6 (43%)	Минимальный риск возникновения интернет-зависимого поведения – 1 (7%) Склонность к возникновению интернет-зависимого поведения – 7 (50%) Выраженный и устойчивый паттерн интернет-зависимого поведения – 6 (43%)

Расчет Т-критерия Вилкоксона

№ испытуемого	До коррекции	После коррекции	Разность	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1	51	47	-4	4	12
2	64	61	-3	3	6.5
3	85	87	2	2	1.5
4	78	74	-4	4	12
5	90	87	-3	3	6.5
6	60	58	-2	2	1.5
7	71	68	-3	3	6.5
8	91	88	-3	3	6.5
9	50	54	4	4	12
10	53	50	-3	3	6.5
11	44	41	-3	3	6.5
12	77	74	-3	3	6.5
13	59	54	-5	5	14
14	63	60	-3	3	6.5
Сумма					105

Сумма по столбцу рангов равна $\Sigma=105$.

Проверка правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\Sigma x_{ij} = \frac{(1+n)n}{2} = \frac{(1+14)14}{2} = 105$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит, ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – положительными. В таблице эти направления и соответствующие им ранги выделены цветом. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:

$$T = \Sigma R_i = 1.5 + 12 = 13.5$$

Находим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для $n=14$:

$$T_{кр} = 15 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 25 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы «редких», в данном случае отрицательных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю.

В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости: $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$.

Гипотеза H_1 принимается. Интенсивность сдвигов в сторону снижения уровня склонности к аддиктивному поведению подростков превосходит интенсивность сдвигов в сторону его повышения.

Технологическая карта внедрения результатов исследования в практику

Таблица 11

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственный
1	2	3	4	5	6	7
Этап 1. Целеполагание программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков						
1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения	Изучение нормативной документации, ФЗ и Законов РФ, Закона об образовании, Постановлений Правительства РФ в области образования, документации ОУ	Обсуждение, анализ, наблюдение	Беседа с педагогическим коллективом	1	Август	Психолог
1.2. Поставить цели внедрения программы	Выдвижение и обоснование целей внедрения модели	Разработка «Дерева целей» исследования, обсуждение, разработка модели и программы, анализ материалов по цели внедрения программы	Педсовет	1	Сентябрь	Администрация, психолог
1.3. Разработать этапы внедрения	Изучение содержания каждого этапа внедрения, его целей, задач, условий, принципов, критериев и показателей эффективности	Анализ состояний дел в школе, анализ модели и программы внедрения, анализ готовности ОУ к инновационной деятельности по внедрению модели	Совещание, анализ документации, работа по составлению программы внедрения	1	Сентябрь	Администрация, психолог
1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения программы	Анализ уровня подготовленности педагогов по теме внедрения	Составление программы внедрения, анализ материалов готовности ОУ к инновационной деятельности	Административное совещание, педагогический совет, анализ документов, работа по составлению программы внедрения	1	Сентябрь	Психолог

Этап 2. Формирование положительной психологической установки на внедрение программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков						
1	2	3	4	5	6	7
2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения	Формирование готовности внедрить программу, психологический подбор и расстановка субъектов внедрения	Обоснование практической значимости внедрения программы, тренинги (развития, готовности к инновационной деятельности, внедрения), беседы, обсуждения, популяризация идеи внедрения программы	Индивидуальные и групповые беседы	Не менее 2	Август – сентябрь	Администрация, психолог
2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения программы всего педагогического коллектива	Пропаганда передового опыта по внедрению инновационных технологий вне ОО и их значимости для системы образования	Методические выставки, семинары, консультации, научно-исследовательская работа	Участие в конгрессах, конференциях, семинарах по теме внедрения, статьи	Не менее 5	Август – сентябрь	Администрация, психолог
Этап 3. Изучение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков						
3.1. Изучить всем коллективом необходимые документы о предмете программы	Изучение и анализ каждым учителем материалов по проблеме внедрения	Консультации, анализ	Семинары, «круглый стол», работа с научной литературой	Не менее 2	Сентябрь	Психолог, педагоги
3.2. Изучить сущность предмета внедрения	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов	Фронтально, самообразование	Семинары	Не менее 2	Сентябрь	Психолог, педагоги
3.3. Изучить методику внедрения темы	Освоение системного подхода в работе над темой	Фронтально, самообразование	Семинары	Не менее 2	Сентябрь	Психолог

Этап 4. Опережающее освоение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков						
1	2	3	4	5	6	7
4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения	Определение состава инициативной группы, организационная работа, исследование психологического портрета субъектов внедрения	Наблюдение, анализ, собеседования	Дискуссии	3	Октябрь	Администрация, психолог, педагоги инициативной группы
4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Изучить теории предмета внедрения	Самообразование, научно-исследовательская работа	Семинары, консультации	Не менее 2	Октябрь	Психолог
4.3. Обеспечить инициативной группе условия для успешного освоения методики внедрения темы	Анализ создания условий для опережающего внедрения	Экспертная работа	Собрания	Не менее 2	Октябрь	Психолог
4.4. Проверить методику внедрения	Работа инициативной группы по новой методике	Экспертная работа	Посещение занятий	Не менее 5	Ноябрь - декабрь	Администрация психолог

Этап 5. Фронтальное освоение предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков						
1	2	3	4	5	6	7
5.1. Мобилизовать педагогический коллектив ОО на внедрение программы коррекции аддиктивного поведения подростков	Анализ работы деятельности педагогов	Выступления на совещаниях, развивающие занятия	Педагогический совет, психологический практикум	2	Декабрь	Психолог
5.2. Развить знания и умения, полученные на предыдущем этапе	Обновление знаний о предмете внедрения программы	Обмен опытом, развивающие занятия	Консультирование, семинар	Не менее 2	Декабрь	Психолог
5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения программы	Анализ создания условий для фронтального внедрения	Обсуждение	Собрание	1	Декабрь	Администрация, психолог
5.4. Освоить всем коллективом предмет внедрения по программе	Фронтальное освоение предмета внедрения	Наставничество, обмен опытом, анализ	Совещание, консультирование, практические занятия	Не менее 2	Декабрь – январь	Администрация, психолог

Этап 6. Совершенствование работы над темой: «Психолого-педагогическая коррекция аддиктивного поведения подростков»						
1	2	3	4	5	6	7
6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе	Совершенствование знаний по системному подходу	Наставничество, обмен опытом, анализ	Конференция	1	Январь	Администрация, психолог
6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по внедрению программы	Анализ зависимости конечного результата по I полугодю от создания условий для внедрения программы	Анализ, обсуждение, доклад	Совещание	1	Январь	Психолог
6.3. Совершенствовать методику освоения внедрения программы коррекции ситуативной тревожности первоклассников	Формирование единого методического обеспечения освоения темы	Анализ, обсуждение, доклад	Посещение занятий	Не менее 5	Каждое полугодие	Администрация, психолог

Этап 7. Распространение опыта освоения предмета внедрения программы психолого-педагогической коррекции аддиктивного поведения подростков						
1	2	3	4	5	6	7
7.1. Изучить и обобщить опыт внедрения по проблеме исследования	Изучение и обобщение проблемы исследования внутри практического опыта	Наблюдение, изучение документов	Открытые занятия, буклеты, стенды	Не менее 5	Март	Администрация, психолог
7.2. Осуществить наставничество над другими ОО, приступающими к внедрению программы	Обучение педагогов других ОО по теме «аддиктивное поведение подростков»	Наставничество, развивающие занятия	Семинар	Не менее 3	Январь-март	Администрация, психолог
7.3. Осуществить пропаганду передового опыта внедрения	Пропаганда внедрения опыта	Выступление	Семинар, практикум	Не менее 2	Март-май	Администрация, психолог
7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой сложившихся на предыдущих этапах	Обсуждение динамики, работа над темой психолого-педагогической коррекции ситуативной тревожности первоклассников	Наблюдение, анализ, научная деятельность	Семинар, написание научной работы, статей по теме программы	Не менее 2	Май-июнь	Администрация, психолог