

**ПРАВИТЕЛЬСТВО МОСКВЫ  
ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ**

**РЕКОМЕНДОВАНО**

Экспертным советом по науке  
Департамента здравоохранения  
города Москвы № 1



2022 г.

2023

**АЛГОРИТМ ЛАБОРАТОРНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ ДЛЯ  
ОПРЕДЕЛЕНИЯ ХРОНИЧЕСКОГО УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ**

Методические рекомендации № 5

**УДК 159.99:613.83:613.86**  
**ББК 51.1**  
**А72**

**Организация-разработчик:** Государственное бюджетное учреждение города Москвы «Московский научно-практический центр наркологии Департамента здравоохранения города Москвы».

**Составители:** Деменко Е.Г., Бузик О.Ж., Брюн Е.А., Копоров С.Г., Бедина И.А., Сафонцева С.В., Катюрина Д.С.

**Рецензенты:** Новиков Е.М. – профессор кафедры наркологии ФГБОУ ДПО «РМАНПО» МЗ РФ, д.м.н., профессор.

Агибалова Т.В. – главный научный сотрудник ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ», д.м.н.

**Антинаркотическая профилактика среди подростков и молодежи: методические рекомендации:** методические рекомендации / составители: Е.Г. Деменко, О.Ж. Бузик и [др.]. – М.: ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ», 2022. – 38 с.

Методические рекомендации Антинаркотическая профилактика среди подростков и молодежи подготовлены в рамках НИР «Совершенствование междисциплинарной системы профилактических вмешательств в первичном звене здравоохранения среди взрослого и детского населения города Москвы».

Методические рекомендации предназначены для врачей психиатров-наркологов и медицинских психологов медицинских организаций наркологического профиля, для специалистов, работающих с детьми и молодежью в системе образования, здравоохранения, социальной защиты населения, правоохранительных органов, комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав, лидеров и координаторов волонтерских движений.

Данный документ является собственностью Департамента  
здравоохранения города Москвы и не подлежит тиражированию и распространению без  
соответствующего разрешения

**ISSN**

© Департамент здравоохранения города Москвы, 2022  
© ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ», 2022  
© Коллектив авторов, 2022

## Содержание

Определения, обозначения и сокращения .....	4
Основные нормативно-правовые акты .....	7
ВВЕДЕНИЕ .....	8
ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ.....	11
Глава 1. Биопсихосоциодуховная модель формирования зависимого поведения.....	111
Глава 2. Социальные и возрастные особенности подростков и молодежи .....	155
Глава 3. Принципы и структура проведения антинаркотической профилактики .....	19
Глава 4. Основные психолого-педагогические технологии профилактической работы.....	25
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	332
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	36

## Определения, обозначения и сокращения

В настоящем документе применяются следующие термины с соответствующими значениями.

<b><i>Аддиктивное поведение</i></b>	частный случай девиантного поведения на донозологических стадиях химических и нехимических видов зависимости
<b><i>Аналоги наркотических средств и психотропных веществ</i></b>	запрещенные для оборота в Российской Федерации вещества синтетического или естественного происхождения, не включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, химическая структура и свойства которых сходны с химической структурой и со свойствами наркотических средств и психотропных веществ, психоактивное действие которых они воспроизводят
<b><i>Здоровье</i></b>	состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (определение Всемирной организации здравоохранения)
<b><i>Злоупотребление психоактивными веществами</i></b>	повторное немедицинское потребление психоактивных веществ с целью изменения состояния сознания, имеющее негативные медицинские и социальные последствия
<b><i>Здоровый образ жизни (ЗОЖ)</i></b>	образ жизни человека, направленный на сохранение и укрепление здоровья
<b><i>Наркологические заболевания (болезни зависимости)</i></b>	психические и поведенческие расстройства, связанные с потреблением психоактивных веществ
<b><i>Наркомания</i></b>	заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества

## ***Наркотики***

Наркотические средства и психотропные вещества, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, аналоги наркотических средств и психотропных веществ, новые потенциально опасные психоактивные вещества, а также растения, содержащие наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры, включенные в Перечень растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры и подлежащих контролю в Российской Федерации

## ***Наркотические средства***

вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 года

## ***Незаконное потребление НС и ПВ***

потребление НС и ПВ без назначения врача

## ***Новые потенциально опасные психоактивные вещества***

вещества синтетического или естественного происхождения, включенные в Реестр новых потенциально опасных психоактивных веществ, оборот которых в Российской Федерации запрещен

## ***Профилактика незаконного потребления наркотических средств и***

совокупность мероприятий политического, экономического, правового, социального, медицинского, педагогического, культурного, физкультурно-

**психотропных веществ, спортивного и иного характера, направленных на наркомании** предупреждение возникновения и распространения наркомании

**Профилактические мероприятия** мероприятия, направленные на предупреждение потребления наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача и укрепление психического здоровья лиц, потребляющих наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача

**Психоактивное вещество (ПАВ)** любое химическое вещество, которое при поступлении в организм человека может изменять восприятие, настроение, когнитивные функции и поведение

**Психотропные вещества** психотропные вещества - вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, природные материалы, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Конвенцией о психотропных веществах 1971 года

### Список сокращений

**ЗОЖ** – здоровый образ жизни

**МКБ-10** – Международная классификация болезней 10го пересмотра

**НС и ПВ** – наркотические средства и психотропные вещества

**ПАВ** – психоактивное вещество

**СМИ** – средства массовой информации

## Основные нормативно-правовые акты

- Указ Президента РФ от 23.11.2020 № 733 "Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года"
- Федеральный закон от 30 декабря 2020 г. № 489-ФЗ "О молодежной политике в Российской Федерации"
- Федеральный закон "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" от 21.11.2011 № 323-ФЗ (последняя редакция)
- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ (последняя редакция)
- Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" (с изменениями и дополнениями)
- Федеральный закон от 11 августа 1995 года № 135-ФЗ "О благотворительной деятельности и благотворительных организациях"
- Федеральный закон от 5 февраля 2018 г. № 15-ФЗ "О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам добровольчества (волонтерства)" (с изменениями и дополнениями)
- Указ Президента Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. N 683 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации"
- Распоряжение Правительства РФ от 22.03.2017 N 520-р (ред. от 18.03.2021) «Об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2025 года»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р «Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время, несмотря на устойчивую тенденцию снижения числа лиц, находящихся под наблюдением наркологической службы, сохраняется вовлечение значительной части молодежи в потребление психоактивных веществ (ПАВ).

Употребление наркотических средств и психотропных веществ (НС и ПВ) приводит к психическому и физическому поражению, нарушению социального функционирования, формированию хронического рецидивирующего синдрома зависимости в результате изменений в определенных структурах головного мозга, регулирующих процессы обучения и мотивации, основанные на вознаграждении. Распространенность немедицинского потребления НС и ПВ является угрозой национальной безопасности, осложняет демографическую ситуацию, криминализирует личность и общество. Рост численности лиц, употребляющих наркотики и страдающих расстройствами на этой почве, происходит на фоне появления синтетических наркотических средств, имеющих более высокий уровень токсичности и наркогенности, а также расширения глобального рынка наркотиков вследствие легализации использования каннабиса в рекреационных целях в нарушение международной системы контроля за оборотом наркотиков.

Наркотизация неизменно меняет личность, опустошает нравственно и физически (Булатников А. Н., Зарецкий В. В., 2020). Наркотическая интоксикация поражает органы и системы в целом, вызывает истощение всех жизненно важных ресурсов. Поскольку аддиктивная реализация достаточно быстро перестает приносить в полном объеме прежние удовлетворения и не происходит желаемого изменения настроения, состояние зависимого в целом отличается апатией и подавленностью. Прежнее доаддиктивное «Я» разрушается, возврат к нему труден, с такими людьми почти не удастся наладить эмоциональный контакт. Наступает период общего кризиса, духовного опустошения, что в значительной мере осложняет лечение и дальнейшее возвращение к трезвому образу жизни (Васильева О.М. и др., 2022).

По этой причине в системе предупреждения незаконного потребления НС и ПВ среди молодежи важнейшую роль играет первичная антинаркотическая профилактика, направленная на предупреждение первой пробы ПАВ через поддержание и развитие здоровой части личности и создание инфраструктуры здорового образа жизни.

Предупреждение вовлечения в употребление НС и ПВ является многофакторной задачей, для решения которой необходимо учитывать взаимодействие наследственных, физических, психологических, семейных, социальных и культурных факторов.

**Комплексный подход** при решении задач профилактики употребления НС и ПВ молодежью направлен на создание единого профилактического пространства и создание инфраструктуры профилактической деятельности в молодежной среде по формированию культуры здорового и безопасного стиля поведения.

Объектами профилактического вмешательства являются не только целевые группы несовершеннолетних и молодежи, но также их родители (законные представители), специалисты образовательных учреждений (педагоги, медицинские работники, психологи, социальные работники), сотрудники правоохранительных органов, представители социально ориентированных некоммерческих организаций и общественных движений, деятельность которых связана с профилактической работой в молодежной среде. Повышение профессиональной компетентности специалистов в области антинаркотической профилактики является одним из приоритетных направлений обучающей деятельности наркологической службы, которая реализуется при проведении краткосрочных образовательных программ повышения квалификации специалистов, работающих с различными половозрастными и социальными группами детей и молодежи, в том числе в рамках Всероссийской научно-образовательной конференции по профилактике социально-негативных явлений в молодежной среде «Социальный десант», а также программ по формированию антинаркотической идеологии у детей и молодежи в рамках Всероссийских конкурсов «Большая перемена» и «Твой ход».

Комплексный подход к профилактике зависимости от ПАВ использует разнообразные виды технологий – медицинские, социальные, педагогические, психологические, направленные на снижение биологических, индивидуально-психологических, микро- и макросоциальных факторов риска формирования наркологических расстройств и усиление факторов защиты от вовлечения в потребление НС и ПВ.

Наркологической службой накоплен уникальный положительный опыт комплексного использования различных профилактических технологий в соответствии с задачами первичной профилактики наркологических заболеваний.

Современное комплексное профилактическое вмешательство выступает в виде динамичного, структурированного превентивного воздействия на индивида и факторы окружающей среды.

**Методические рекомендации составлены с целью** повышения профессиональных компетенций специалистов в сфере антинаркотической профилактики в молодежной среде.

Достижение поставленной цели осуществляется при решении следующих задач:

- информирования специалистов, занимающихся антинаркотической профилактикой, о биопсихосоциодуховной модели формирования зависимого поведения и современных технологиях по предупреждению наркопотребления;

- формирование навыков проведения профилактических мероприятий, направленных на предупреждение употребления НС и ПВ в молодежной среде с учетом особенностей целевых групп.

Основой содержания первичной антинаркотической профилактики является использование социально-педагогических и психологических технологий, прежде всего, в рамках информационно-просветительского направления, а также формирования жизненных навыков и деятельности, альтернативной наркотизации.

Методические рекомендации нацелены на повышение профилактической компетентности представителей организаций и учреждений, участвующих в формировании здорового образа жизни подростков и молодежи, создании единого здоровьесберегающего пространства: работников образования, здравоохранения, социальных служб, правоохранительных органов, комиссий по делам несовершеннолетних и защите их прав, представителей социально ориентированных некоммерческих и общественных организаций, деятельность которых связана с антинаркотической профилактикой среди населения.

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### Глава 1. Биопсихосоциодуховная модель формирования зависимого поведения

Подход на основе биопсихосоциодуховной модели в настоящее время является общепризнанным. В частности в медицине, в том числе и наркологии, его не без оснований считают основным. Несмотря на ряд ограничений, эта модель имеет значительное влияние в сфере научных исследований, медицинской практики и образования. Особенность данной модели в многосложности, разноуровневости и соподчинении. В соответствии с данной моделью формирование болезненного процесса происходит в процессе взаимодействия генома и различных средовых факторов с учетом того, как и каким образом человек реагирует на многообразные факторы и стимулы внешней среды. «Средовые» факторы выступают как многообразные внешние стимулы, влияющие на реализацию генетического риска как вероятностного события. Выявляя закономерности взаимодействия личности и окружающей среды, становится возможным проектировать и изменять окружающую среду таким образом, чтобы она стимулировала социально приемлемое поведение личности или позволяло бы прогнозировать наиболее вероятные модели ее поведения. Духовная составляющая модели предполагает выход за пределы индивидуальной личности, где духовность связывается с уровнем сверхсознательного, являющегося источником интуиции и творческого вдохновения. Духовное – это целый сложный пласт переживаний и смыслов, ценностей и установок, поступков и опыта, реализуемый пиковых переживаниях, провоцируемых в частности интегративными психотехнологиями (Дайнеко И.А., Кучер О.Н., 2020; Engel G. L., 1977, 1980).

На основе биопсихосоциодуховной модели выделяют четыре уровня факторов риска и факторов защиты, достоверно влияющих на вероятность вовлечения в потребление НС и ПВ (Таблица 1).

#### Факторы риска и защиты от наркопотребления

Таблица 1

Уровень	Факторы риска	Факторы защиты
Био-физиологический	Отягощенная наследственность, отклонения в развитии, органические поражения головного мозга, хронические соматические заболевания, степень изначальной толерантности, природа употребляемого вещества	Качество и доступность оказания медицинской помощи населению, в том числе семейного медико-генетического консультирования



	<p>конфликтные отношения со сверстниками и педагогами;</p> <p>Наличие в ближайшем окружении лиц с девиантным поведением и/или употребляющих НС и ПВ, одобрение употребления различных ПАВ.</p>	
Духовный	<p>Ценностный плюрализм.</p> <p>Утрата целостности, беспринципность, преобладание потребительских ценностей, индивидуализм, эгоцентризм</p>	<p>Признание общечеловеческих ценностей: сострадания и взаимопомощи, эмпатии, альтруизма, заботы о нуждающихся, ценности жизни</p> <p>Вовлеченность в общественную жизнь и добровольческую деятельность</p>

Классификации помогают специалисту лучше разобраться в многообразии факторов риска и защиты от наркопотребления, определить границы влияния, что в свою очередь определяет качество профилактической работы с населением. Важно учитывать, что на различных этапах взросления меняется степень влияния отдельных факторов риска и защиты. Например, в подростковом возрасте значительное влияние приобретают психологические факторы, в частности умение противостоять негативному влиянию сверстников. Это определяет выбор технологий профилактического вмешательства, учитывающего возрастные и социальные особенности индивида или группы лиц, а также обеспечивает условия для формирования и поддержки защитных факторов от наркологических заболеваний. Любое профилактическое вмешательство выстраивается исходя из специфичных для возрастной аудитории факторов риска и факторов защиты. Поэтому комплексная антинаркотическая профилактика, основанная на одновременном ослаблении факторов риска и усилении факторов защиты эффективнее, чем воздействия, направленные только на уменьшении факторов риска.

Комплексный подход предполагает проведение специальных занятий, в результате которых происходит осознание, модификация и развитие ресурсов подростков и молодежи. Многообразие факторов, провоцирующих потребление наркотиков, обуславливает необходимость работать на упреждение рисков, создавая условия для удовлетворения социальных и психологических потребностей подростков и молодежи через создание

альтернативной наркотизации деятельности (проектная деятельность, волонтерство и др.)

и развитие жизненных навыков:

- саморегуляции
- асертивного поведения,
- коммуникации,
- целеполагания,
- критического мышления,
- поиска социальной поддержки,
- самопознания,
- гуманистических ценностей и т.д.

Профилактическая работа проводится на разных уровнях, в зависимости от численности населения, охваченного профилактическими мероприятиями, под общим термином «границы по охвату населения». Эти границы могут носить:

- индивидуальный характер, охватывать членов одной семьи,
- групповой - представителей групп: малой (2-12 чел.), средней (13-40 чел.) и большой (41-1 000 чел.);
- популяционный - широкомасштабные мероприятия (1 тыс. - 100 тыс. человек), мероприятия демографического характера, где охват составляет свыше 100 тыс. чел., а также мероприятия, направленное на все население страны.

## **Глава 2. Социальные и возрастные особенности подростков и молодежи**

В современном обществе требуемая поведенческая компетентность сложна, а индивидуальные учебные и рабочие нагрузки очень высоки, так что различные модели поведения должны выполняться с большими усилиями. Гарантированной стабильности не существует, напротив, изменчивую среду современного мира характеризуют нестабильность, неопределённость, сложность и неоднозначность.

- Нестабильность характеризуют неустойчивые ситуации и непредсказуемые изменения в социальной и технологической сферах, что требует от молодых людей способности адаптироваться к быстро меняющимся требованиям и обстоятельствами.
- Неопределённость означает отсутствие информации для прогнозирования последствий и планирования необходимых действий. То, что раньше считалось бесспорным, утратило свою силу, и все сложнее основывать свои решения на прошлом опыте.
- Сложность подразумевает ситуации, где много взаимосвязанных элементов и огромный объём информации. Такое большое количество факторов значительно усложняет процесс принятия решения и планирования.
- Неоднозначность определяется отсутствием чёткого понимания правил игры. Иногда это вызвано ситуационной новизной и сомнениями, которые могут возникнуть при попытке принимать решения в новом контексте.

Данное положение дел характерно и для сферы образования, и для рынка труда. Молодые люди под воздействием стрессовых ситуаций, связанных с продолжающейся пандемией новой коронавирусной инфекции и осложнением геополитической обстановки, страдая от высокого психоэмоционального напряжения, прибегают к различным формам саморазрушающего поведения, в том числе, потреблению НС и ПВ.

В условиях трансформирующейся социальной ситуации риск вовлечения подростков и молодежи в потребление НС и ПВ обусловлен и трудностями возраста, недостатком личностных ресурсов, и отсутствием достоверных знаний о последствиях потребления наркотиков. Склонность к потреблению НС и ПВ частично отражает генетическую предрасположенность, которая проявляется в виде определенных черт личности (импульсивности, стремления к поиску новизны (Argyriou E. et al., 2018)). Среди других индивидуально-психологических характеристик, исследователи называют недостаточность личностной автономии и самостоятельности, как главных новообразований подросткового этапа жизни (Ипатов А.В., 2017), низкий уровень

ответственности, терпимости, саморазвития, менее позитивное мышление, более частые явления психопатизации и невротизации (И.С. Лукьянцева И.С., 2018).

Важно понимать уникальные биологические и социально-психологические особенности различных возрастных групп и учитывать их общие и уникальные характеристики с точки зрения инициации и продолжения употребления ими НС и ПВ.

### **Подростковый возраст**

Сильнее всего риск употребления наркотиков выражен у подростков и юношества в возрасте 12-18 лет. В это время молодые люди решают многочисленные задачи развития: они должны подготовить свой уход из дома, достичь признания в своей возрастной группе, завязать дружеские и партнерские отношения в микросоциальной среде, определить перспективу своей будущей профессии и жизни в целом, создать шкалу ценностей как основу собственного поведения.

Возрастная потребность подростков к общению и группированию со сверстниками является фактором риска вовлечения в употребление НС и ПВ. В группе личность как бы утрачивает некоторые черты, присущее ей как индивиду, и её поведение ориентируется на психологический комплекс, характеризующий в целом данную группу. Как известно, в группах господствует психология заражения и подражания.

Главными мотивами пробы НС и ПВ являются интерес к новому, выражение независимости от взрослых и желание быть включенным в группу сверстников («быть как все»).

На физиологическом уровне подростков отличает слабая развитость области префронтальной коры, которая играет важную роль в создании сложных когнитивных схем и программ действий, контроле и регуляции поведения.

**В старшем подростковом возрасте** наиболее актуальными задачами становятся:

- отделение от родителей и приобретение психологической самостоятельности;
- определение своего места в среде сверстников, установление новых эмоциональных отношений с ровесниками;
- расширение ролевого репертуара, преодоление ролевой диффузии — размытости и неопределенности ролевой структуры личности;
- обретение взрослой (зрелой) сексуальности, установление гармоничных отношений с представителями противоположного пола;
- профессиональное самоопределение;
- движение к осознанию своего предназначения, поиски «смысла жизни».

Подросток требует от взрослого человека общения на равных, аргументирования любого отказа или совета, и если взрослый не готов к подобному общению, то прием НС и ПВ может стать выражением протестной реакции – попыткой доказать свою «взрослость», что необходимо учитывать в работе специалистов по профилактике употребления ПАВ.

### **Юношество**

В этот период человек уже формально вошел в пору взрослости, но еще сохраняет подростковые формы реагирования на некоторые ситуации. Их отличают личностная незрелость, зависимость от мнения референтной группы, беспечность. Потребление НС и ПВ в этом возрасте носит, как правило, групповой характер. Юношество – это возраст выбора. На молодого человека ложится выбор за свое будущее, за свою жизнь и здоровье. Существенное влияние на выборы, которые делает молодой человек, оказывает его субъективное представление о себе и своем месте в мире, что должно учитываться при проведении профилактической работы.

Самоосознание юношества акцентировано на трех моментах: фиксация на собственной внешности и сексуальном экспериментировании; экстернальный (внешний) локус контроля; профессиональное самоопределение, которое отвечает индивидуальным способностям и накопленным знаниям, а также созвучно требованиям общества. Молодых людей отличает повышенная чувствительность к собственной внешности, ее соответствию стандартам и идеалам «мужественности» и «женственности», которые приняты в той или иной молодежной среде. В силу завышенной планки эталонного соответствия, возникает множество внутренних конфликтов, которые являются причиной повышенной тревожности, снижения уровня притязаний, трудностей в общении. Об этом свидетельствуют запросы студентов об оказании психологической помощи из-за проблем, связанных с переживаниями чувств одиночества, неуверенности в себе, застенчивости, ревности, тревожности, обиды, проблем лидерства-подчинения и неразрешенных конфликтов, взаимоотношений с родителями и/или с представителями противоположного пола.

Обучение в вузах и других учебных учреждениях – это время, когда психологические, поведенческие изменения происходят быстро. Стресс, вызванный изменением среды, провоцирует нарушения саморегуляции и сбоя адаптивных механизмов индивида. Одним из главных очагов распространения наркомании является студенческая среда, в особенности это касается студенческих общежитий – молодые люди покидают родительский дом и попадают в ситуацию, когда они сами несут ответственность за свою жизнь и здоровье. Поэтому в работе по антинаркотической профилактике в студенческой

среде особое значение приобретает задача коррекции ошибочных представлений о безвредности некоторых НС и ПВ, а также помощь в освоении новых социальных ролей, осознании личной ответственности за свое поведение и преодолении дезадаптации, личностных проблем и кризисов.

Особенностями данной возрастной группы являются активность и желание быть вовлеченными в процесс профилактической работы, а не быть пассивными слушателями. Поэтому при работе с молодежью наиболее эффективными будут комплексные программы, содержащие такие формы и методы работы, которые предполагают не только повышение информированности по вопросам негативных последствиях потребления НС и ПВ, но и активное вовлечение молодых людей в просоциальные виды активности с акцентом на альтернативной наркотизации деятельности (конкурсы, волонтерство и т.п.).

### **Глава 3. Принципы и структура проведения антинаркотической профилактики**

#### **Принципы профилактической работы**

Эффективность любого профилактического вмешательства обусловлена соблюдением следующих основных принципов.

**Комплексность.** Выражается в скоординированных совместных усилиях организаций и ведомств, участвующих в профилактическом процессе: образования, здравоохранения, социальные службы, правоохранительные органы и др.

**Адресность.** Это понимание и четкое представление о ценностно-смысловых ориентациях целевой аудитории, к которым следует апеллировать во время профилактического вмешательства.

**Легитимность.** Предусматривает соблюдение правовых и этических норм с учетом прав, законных интересов и обязанностей детей и молодежи, которые затрагиваются в различной степени, когда по отношению к ним осуществляются профилактические вмешательства.

**Целостность** означает, что в профилактической работе все компоненты находятся в тесном взаимодействии – тематическом, смысловом и визуальном. Специалист должен иметь четкую позицию в отношении важности ведения ЗОЖ, демонстрируя единство знаний и поведения.

**Научно-методическая обоснованность** предполагает надежное концептуальное обоснование для создания эффективных подходов профилактики с опорой на исследования и теоретические разработки.

#### **Структура профилактических мероприятий**

Будет ли профилактическое мероприятие выполнять профилактическую функцию, напрямую зависит от его структуры, содержания и формы подачи. Чтобы формировать отрицательное отношение к употреблению наркотиков и устойчивое просоциальное поведение, структура профилактического мероприятия должна состоять из разделов

- информационно-просветительского,
- мотивационно-волевого и
- операционно-обучающего (практического).

Сложно переоценить роль информации, постоянное получение которой – одна из главных потребностей современного человека. Информация — это и ценность, так как наиболее влиятельными сегодня становятся те, кто обладает наиболее обширными информационными ресурсами, наиболее быстрыми средствами обработки и передачи

информации. Информирование позволяет уменьшить неопределенность, обеспечивает ресурсы для прогнозирования, влияет на формирование системы ценностей и ориентиров, определяющих мировоззрение в обществе, направлено на объединение, укрепление связей между различными социальными группами. Следует избегать акцентов на противоречиях между различными социальными, возрастными, гендерными и другими группами. При этом профилактический материал должен содержать научно обоснованную, актуальную информацию из достоверных источников.

**Информационно-просветительский раздел** должен содержать обоснование актуальности темы профилактического мероприятия, его цель и занимать не более десяти процентов времени, отведенного на профилактическое мероприятие. Для формирования устойчивого негативного отношения к НС и ПВ информирования оказывается недостаточным. Информационный раздел предназначен для

- повышения осведомленности о негативных медико-социальных и правовых последствиях потребления наркотиков
- влияния на формирование ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих
- формирования знания о правилах и принципах ЗОЖ
- мотивации на ведение ЗОЖ

Важно помнить, что усвоение информации происходит на основе имеющихся у слушателей знаний. Поэтому содержание мероприятий необходимо ориентировать отдельно для каждой целевой аудитории, излагать идеи и факты в понятной форме для каждой аудитории.

**Содержание мотивационно-волевого раздела направлено на побуждение к изменению поведения, формированию приверженности ЗОЖ конкретного человека в конкретных жизненных обстоятельствах.**

Мотивация человека – один из важнейших и с трудом поддающихся изменениям факторов, которые следует учитывать при взаимодействии с молодыми людьми. Стоит заранее спрогнозировать сопротивление со стороны слушателей и противопоставить им **возможные преимущества и выгоды от предлагаемого выбора позитивной модели поведения.** Мотивы, потребности и ценности индивидуальны, но могут быть в значительной мере характерными для определенных социальных групп (подростки, студенты и т.д.). Например, для подростков наиболее актуальна мотивация принадлежности и признания группой, ради присоединения к которой они готовы отринуть все наставления родителей и педагогов о здоровом образе жизни и критическом

осмыслении поступающих предложений. Для молодых людей более старшего возраста на первый план выходит мотивация самоопределения и самореализации. Важно не приписывать слушателям собственную мотивацию, не проецировать свои побуждения и желания на слушателей, что приведет к взаимному недовольству и конфликтам.

Мотивирование на ведение ЗОЖ и на отказ от пробы наркотиков основывается на демонстрации очевидных преимуществ и лично-значимых выгод самого человека, строится, не только апеллируя к его интеллектуальной, но и к эмоционально-волевой сферам с учетом возрастных и социально-психологических особенностей, потребностей и ценностей (принятия референтной группой, сексуальной привлекательности, здоровья, безопасности, успешности и т.п.).

При использовании мотивационных технологий следует отказаться от:

- шоковых приемов, запугивания, актуализации чувства страха
- употребления отрицательных частиц «не» и слова «нет»
- негативных визуальных образов, мрачных цветов, штриховки
- глаголов повелительного наклонения - они могут быть восприняты как

давление и навязывание.

Эффективность мотивирующего воздействия обеспечивается путем

- использования метафор, парадокса
- создания однозначного, понятного полезного результата
- использования жизнеутверждающих высказываний, позитивных образов

здоровых людей

- актуализации ценностей самосовершенствования, свободы, верности и

других общечеловеческих ценностей.

Человек гораздо лучше воспринимает то, в создании чего он сам принимал активное участие, поэтому на определенном этапе следует создать ситуацию, предполагающую вовлечение слушателей в обсуждение и доработку высказываемых ведущим способов решения проблемы (защиты от наркопотребления).

Третий раздел профилактического вмешательства – **операционно-обучающий (практический)** - посвящен процессу усвоения знаний, умений, навыков, развития потенциальных возможностей, в том числе:

- социальных навыков;
- личной и социальной компетентности;
- умения противостоять негативному давлению;
- установки на здоровый образ жизни;

- духовно-нравственного потенциала.

Конечной целью профилактического мероприятия, является формирование или развитие здоровьесберегающего навыка. На одном занятии не стоит пытаться охарактеризовать все условия, влияющие на вероятность вовлечения в наркопотребление, и развивать все навыки, необходимые для антинаркотической устойчивости. Рекомендуется рассмотреть один фактор риска (например, эмоциональная неустойчивость), таким образом у аудитории будет достаточно времени для усвоения знания и отработки здоровьесберегающего навыка (например, саморегуляции). Специалист может предложить аудитории упражнения, которые в дальнейшем они смогут выполнить самостоятельно. Дополнительно можно обсудить условия и способы непосредственного участия слушателей в позитивных социальных процессах (например, участие в волонтерском проекте).

В завершении профилактического мероприятия следует получить обратную связь от его участников: *«Что узнали нового? С каким настроением мы завершаем встречу? Какие навыки будете развивать? Что следовало обсудить?»*

Важно учитывать психологическую закономерность «эффекта края». В соответствии с которой значительно лучше запоминается завершающая часть встречи, на втором месте по запоминаемости – начало, а середина запоминается хуже всего. Поэтому особое внимание следует уделить итоговому закреплению полученных знаний и навыков и позитивной жизнеутверждающей установки.

Особое внимание следует обратить на **визуальное сопровождение профилактических мероприятий**. Доказано, что независимо от обстоятельств люди лучше усваивают и запоминают зрительные образы. Объем запоминания увеличивается при одновременном представлении информации в вербальном и визуальном формате.

Презентации или видеоролики оказывают профилактическое воздействие, если для привлечения внимания используются метафоры и позитивные образы, так как наша способность их воспринимать и обрабатывать гораздо выше, чем анализировать абстрактные знания. Позитивный образ привлекает внимание и указывает, что проблема решаема, внушает надежду, что человеку могут помочь, он не одинок, и он тоже может помочь другим.

Псевдопрофилактический характер носят устрашающие, вызывающие отвращение изображения (кровь, обезображенные тела и т.п.). Использование подобных образов неэффективно, так как провоцирует у аудитории сопротивление и негативизм, желание

отгородиться от неэстетичных образов, мрачных изображений, избавиться от ощущения тревоги и страха. Негативные переживания нарушают способность обрабатывать информацию, препятствуют возникновению новых разумных идей и приводят к снижению интеллектуальной продуктивности аудитории.

Запрещено использовать изображения атрибутов наркопотребления (шприцов, таблеток, наркосодержащих растений и т.п.), а также процесса употребления наркотиков и лиц в состоянии интоксикации, что нарушает информационную и наркологическую безопасность, относится к пропаганде наркотиков согласно статье 46 Федерального закона «О наркотических средствах и психотропных веществах».

### ***Правила проведения антинаркотического мероприятия***

Взаимодействие с аудиторией в рамках антинаркотической профилактики следует осуществлять с учетом следующих **правил эффективного общения**:

1. В начале встречи обязательно проявить уважение к слушателям, поблагодарить за возможность высказать свое мнение и получить обратную связь. Указание на неправоту собеседника провоцирует сопротивление вплоть до конфликта. Любое проявление неуважения, пренебрежения к собеседнику – это покушение на статус и вызывает, как правило, негативную реакцию. Угрозы, насмешки, проявления превосходства – все это запрещенные действия во время просветительских бесед, встреч с подрастающим поколением, их родителями или специалистами в сфере профилактики.

2. Диалог с аудиторией следует выстраивать таким образом, чтобы она как бы сама пришла к правильному и осознанному выбору в пользу ЗОЖ и просоциальной активности. Известна закономерность, что человек гораздо легче соглашается с тем и с большим удовольствием внедряет то, что придумал сам. Важно учить думать, рассуждать, а не просто накапливать знания, которые достаточно быстро устаревают в современном мире. Умение думать – это навсегда.

3. Важно, чтобы ведущий профилактического мероприятия соответствовал декларируемым ценностям ЗОЖ и нравственного поведения. В противном случае это может привести к дискредитации самих этих ценностей и даже создать благоприятную почву для культивирования анти-ценностей. Также важно, что непрофессиональная и неумелая декларация позитивных ценностей препятствует быть услышанной и принятой

информации, обеспечивающей мобилизацию и развитие личных ресурсов молодого человека и таким образом влиять на его личный выбор.

4. Демонстрируйте позитивный стиль взаимодействия. Избегайте нравоучений, запретов, штампов, высокомерия. Необходимыми являются навыки правильного владения речью, артистизма, увлекательного рассказа жизненных историй или притч. Хорошо рассказанная история способна заменить абстрактные теории, воодушевить и мотивировать аудиторию. При этом придерживайтесь позитивной логики сообщения: не «против» чего-либо, а «за», в том числе за отсутствие чего-либо, например, «за антинаркотические ценности», «за здоровый образ жизни», «за трезвость» и т.п.

5. Необходимо предоставлять достоверную информацию о потреблении или распространении наркотических веществ без преувеличений масштабов наркопотребления, совмещая с темами:

- представления о здоровье и трезвости как норме современного общества;
- санитарно-гигиенического просвещения;
- правового просвещения
- личной ответственности за свою жизнь и здоровья.

6. Избегайте навешивания ярлыков и стигматизации лиц, допускающих возможность употребления наркотиков. Если хотите убедить людей в чем-либо, постарайтесь разобраться в причинах их поступков. Найдите эту скрытую причину, и у вас будет «ключ», вы поймете мотивы его поведения.

#### **Глава 4. Основные психолого-педагогические технологии профилактической работы**

Основными формами первичной профилактики наркомании в молодежной среде являются педагогические и психологические технологии.

##### ***Лекции***

Лекция – это основная форма передачи большого объема систематизированной информации. Лекцию как научное выступление можно характеризовать с разных позиций:

- как пример аргументативного дискурса, образец единения знаний и убеждений;
- как источник вопросов, проблем, дающий возможность слушателям активизировать собственный ход мысли, обнаружить собственное отношение к провозглашаемым положениям;
- как живой, непосредственный способ общения и взаимодействия лектора и слушателей.

На лекции и нужно, и возможно передать свое ценностное отношение к проблеме незаконного потребления и оборота наркотиков. Бесстрастное и отстраненное отношение лектора к содержанию, как показывает опыт, снижает интерес слушателей. От лектора требуются умения за ограниченное время передать основное содержание и осмысленный научный опыт с учетом уровня подготовки и интересов конкретной аудитории, улавливая невербально выражаемые сигналы и поддерживая коммуникативный процесс с помощью соответствующих паралингвистических маркеров (интонаций, жестов, телодвижений и др). Живое слушание, а также возможность вступить в прямой разговор с лектором, обеспечивает такой контакт, который невозможен при чтении.

##### ***Семинары***

Уровень интерактивности лектора и слушателей выше на семинарских занятиях, где основной акцент приходится на обучение вести диалог, дискуссию по предмету обсуждения, формулировать свои мысли и аргументировать свое мнение. Семинар – это своеобразная творческая лаборатория, в которой знания, полученные на лекциях и в результате самостоятельных поисков, приобретают новое качество. На семинарских занятиях происходит передача исследовательского опыта, появляется возможность реализации междисциплинарного подхода к изучению проблемы употребления НС и ПВ, рассмотрения, например, культурологических, юридических или психологических аспектов антинаркотической профилактики. Самостоятельный поиск материала и формулирование своего мнения при подготовке к семинарскому занятию, опыт его обсуждения со специалистом и другими слушателями повышает ценность полученного знания. Активное вовлечение в исследовательский процесс помимо повышения качества

знаний по обсуждаемой проблеме, позволяет формировать у участников семинаров навыки критического мышления, эффективной коммуникации, толерантности и др.

### ***Тренинги***

Одна из самых эффективных форм целенаправленной профилактики — тренинг, в частности обучающий тренинг, нацеленный на приобретение индивидом новых знаний, развитие умений и навыков в определенных областях социальной активности. К обучающим тренингам относятся тренинг общения, тренинг уверенности в себе, тренинг целеполагания, тренинг стрессоустойчивости и т.д. Основные обучающие средства, которые используются в тренинге, это мини-лекции, ролевые игры, групповая дискуссия, психогимнастика, специальные упражнения. Групповой опыт препятствует отчуждению. Группа отражает общество в миниатюре. Участники группового процесса получают бесценную возможность получения обратной связи поддержки друг от друга. В группе участники получают навыки общения, экспериментируют с различными стилями взаимоотношений, идентифицируют себя с другими. Группа облегчает процессы самораскрытия и самопознания.

Главные особенности тренинга, определяющие его статус в пространстве профилактики:

- 1) игровой характер;
- 2) обучающая направленность;
- 3) систематическая рефлексия;
- 4) повышенная активность участников;
- 5) групповая форма проведения.

В ходе тренинга совершенствуются психологические знания, навыки, расширяется поведенческий репертуар, формируются новые умения, которые способствуют повышению уровня психологической компетентности, оптимизации поведения и самореализации участников тренинга.

Необходимое условие успешной работы подростковой группы — осознание ведущим асимметричности отношений с участниками по параметру ответственности. Здесь крайне важно почувствовать грань и сохранить баланс между профессиональной ответственностью за качество своей работы и передачей ответственности за выбор подростку.

Оптимальным вариантом выбора тем для разработки программ является обращение к «задачам возраста» — тому, что важно решить, преодолеть, понять подростку или молодому человеку на том или ином этапе своего развития. Например, задачи разрешения

субъективных противоречий собственного развития, внутренних конфликтов, а также поиск ответов на объективные вопросы, которые задает реальность.

На первый взгляд, ситуация в тренинговой группе подростков среднего и старшего возраста не слишком отличается от обычной, учебной, вместе с тем, в основе лежит иной принцип – не принцип интеллектуального обучения, а эмоциональный и когнитивно-поведенческий подход. При этом активно используются психодинамический подход, направленный на процесс осознания, когнитивный, сфокусированный на понимании, гуманистический, основанный на идее самоактуализации личности. Сама структура занятия построена так, чтобы усиливать эмоциональную составляющую. Упражнения, включенные в занятия, содержат компоненты самоисследования, которые затем подвергаются обсуждению и анализу, а также телесные компоненты. Эти особенности делают программные занятия очень результативными. События, происходящие в процессе тренинга, чаще всего оцениваются подростками как эмоционально стрессовые (вызов или угроза), редко как нейтральные, что приводит к большому эмоциональному напряжению. Это имеет ряд следствий для участников. Часть участников боится самораскрытия (возможного вреда). В то же время эмоционально благоприятная, гуманистическая и психологически поддерживающая атмосфера тренинга делает этот процесс весьма значимым и мотивация к самораскрытию нарастает. Эмоциональное напряжение, испытываемое другой частью участников, оценивает стрессовые ситуации, происходящие во время тренинга, как вызов, что, соответственно, фасилитирует процессы осознания собственных поведенческих стратегий и ресурсов. В процессе тренинга ведется активная работа с искажениями социальной перцепции. Нетерпимый, абсолютистский стиль высказываний некоторых участников вызывает активную обратную связь членов группы. Возникает управляемый тренером процесс конструктивной конфронтации с такими когнитивными искажениями как, например, сверхгенерализованные высказывания, абсолютизация какого-либо мнения, «черно-белое» восприятие сложных явлений. Для многих подростков становится открытием, например, тот факт, что события, которые они переживают как катастрофические, многими участниками воспринимаются по-другому. Некоторым участникам с выраженным «истероидным» компонентом, переоценивающих связь большинства событий с ними персонально, становится полезным узнать, что другие участники не видят этой связи. Особенно ценным является тот факт, что обратную связь по поводу когнитивных искажений подростки получают не от взрослых ведущих, а от сверстников.

Для некоторых участников наибольшую сложность представляет распознавание, расшифровка, анализ поведения других участников. Многие подростки интерпретируют нейтральное или даже доброжелательное поведение других как агрессивное или осуждающее. Стиль поведения таких подростков в группе можно охарактеризовать как защитно-агрессивный. Система упражнений, направленных на распознавание и адекватное выражение собственных эмоций, а также на развитие социальной перцепции, эмпатии существенно повышает адекватность когнитивных оценок большинства участников и позволяет сформировать более эффективный и конструктивный стиль взаимодействия.

Оптимальное количество участников тренинговой группы – 12-15 человек. Для работы с группами большего размера необходимо два (и более) ведущих. Условием включения в тренинговую группу по антинаркотической профилактике является отсутствие опыта употребления НС и ПВ.

### ***Игры***

Игра – это пространство свободного выбора и взаимодействия, подразумевающее особую игровую деятельность, и существующее только тогда, когда игроки принимают правила, условности, ограничения этого пространства осознанно, ответственно и с удовольствием. Игра – это наиболее естественный для человека способ получения информации и приобретения знаний и навыков, сопровождающийся положительными эмоциональными переживаниями.

С целью антинаркотической профилактики можно применять существующие игры, разрабатывать новые или комбинировать разные игры для того, чтобы решить конкретную проблему и приобрести антинаркотические навыки: сказать «нет», обращаться за помощью, эффективно общаться, решать конфликты, взаимодействовать в команде, оказывать взаимопомощь и др. Эти навыки могут быть достигнуты с применением различных видов игр, будь то настольные ролевые игры (вид ролевой игры, в которой участники устно описывают действия своих персонажей), игры живого действия (ролевой игры с непосредственным отыгрышем действий персонажа), квесты (игра с конкретным заданием, предполагающим наличие поиска решения или предмета) и др.

Антинаркотические навыки необходимо отрабатывать в безопасной среде.

**! В игре нельзя использовать наркоманический сленг, прямые указания на наркотические средства, способы их потребления и распространения: элементы, связанных с наркопотреблением (шприцы, таблетки и т.д.), разыгрывание ролей, связанных с потреблением и незаконным оборотом наркотиков!**

Например, развивая умение сказать «нет», следует в качестве реквизита (артефактов) использовать нейтральные предметы или ситуации: отказ от конфеты, отказ от предложения пойти гулять и т.п. На этапе обсуждения игры ведущий поясняет, что полученный навык может быть применен в других жизненных ситуациях, в том числе, при предложении ПАВ.

Формой игры, которую нередко используют в образовании, является викторина. Стандартные викторины иногда бывают недостаточно игровыми и недостаточно вовлекающими. Однако данный тип игр ограничен в применении тем, что ключевой момент игры – удовольствие, испытывают только те участники, которые знают ответы хотя бы на некоторые вопросы. Поэтому викторина требует дополнительного разнообразия игровой среды с ориентацией на целевую аудиторию. В этом могут помочь различные игровые дополнения: разделение участников на команды случайным образом, распределение ролей в команде, визуализация достижений команд при помощи компьютерной графики или реальных предметов (шкала прогресса, построение пирамиды, продвижение к цели и т.п.).

Элементы игры можно использовать как инструментарий повышения вовлеченности в неигровую активность. Например, на семинаре о здоровом образе жизни, мы просим перечислить участники компоненты здорового образа жизни, и тем, кто перечислит больше всех компонентов ЗОЖ, выдадим специальный бейдж или диплом, или сделаем рейтинг и узнаем, кто из аудитории больше всех знает о ЗОЖ или какие компоненты называют чаще всего. Добавление игровых элементов позволяют повысить вовлеченность аудитории.

Создание и использование тематических игр, одобренных профессиональным сообществом, должно стать одной из приоритетных технологий антинаркотической работы с детьми и молодежью.

### ***Конкурсы и соревнования, проектная деятельность***

Неотъемлемой частью антинаркотической профилактики является конкурсная деятельность. Участие в конкурсах помогает формировать свой уникальный творческий мир. В соревнованиях и конкурсах подростки и молодые люди могут проверить свои знания, умения, навыки, сравнить свой уровень с другими, узнать что-то новое, раскрыть свои способности и таланты. Соревновательная активность способствует саморазвитию и самосовершенствованию. Участие в конкурсе предполагает выход из зоны комфорта, а это всегда точка роста, приобретение нового опыта, новых знаний о себе, о своих эмоциональных и интеллектуальных ресурсах. Конкурсы дают возможность расширить

круг общения, найти единомышленников, друзей и наставников. Также участие в конкурсах выполняет профориентационную функцию – человек может получить подтверждение правильности выбранной им будущей профессии, либо понять необходимость поиска иной деятельности.

Главное правило любого конкурса – добровольность участия. Успех в конкурсе зависит не только от уровня подготовки, но и от психологической готовности к ситуации сравнения, стрессоустойчивости и умения справляться с эмоциями. Участие в соревнованиях является бесценным жизненным опытом. Часто именно после участия в конкурсе молодой человек увлекается, начинает совершенствовать свои жизненные навыки.

Конкурс имеет в своей основе соревновательный компонент, позволяет пережить ситуацию успеха и неудачи, испытать радость победы либо горечь поражения. Если молодой человек придает конкурсу слишком большое значение, то, потерпев в нем неудачу, он может воспринять это как неудачу всей своей жизни. А победив в конкурсе с таким настроем, может преувеличивать значимость одержанной им победы, и в дальнейшем произойдет «сдвиг мотива на цель» – победить любой ценой. Поэтому при проведении любых конкурсов **важно** не просто подведение итогов и выбор победителей. В первую очередь важна конструктивная обратная связь, которая поможет участнику оценить свои сильные стороны и определить перспективы для развития. Организаторам конкурсов важно учитывать, что важны, как награда победителей, так и поощрение других участников.

Конкурсная деятельность выступает средством мотивации к самообразованию и самосовершенствованию, творческой самореализации.

Распространенной формой антинаркотической работы являются конкурсы плакатов, рисунков, фотографий, видеороликов и т.д., которые имеют ряд особенностей и требуют соблюдения определенных правил, которые подробно изложены выше (глава 3).

### ***Волонтерство***

Волонтерство (добровольничество) – это социально позитивная деятельность, которая позволяет формировать у человека жизненные навыки защиты от вовлечения в потребление ПАВ. Волонтерство является деятельностью, альтернативной наркотизации, оказывает позитивное воздействие как на предмет волонтерской деятельности, так и на самого добровольца и общество в целом.

Федеральный закон от 11.08.1995 г. № 135-ФЗ «О благотворительной деятельности и благотворительных организациях» под добровольческой (волонтерской) деятельностью

понимает добровольную деятельность в форме безвозмездного выполнения работ и (или) оказания услуг в различных социально значимых областях, в том числе в целях содействия деятельности в сфере профилактики и охраны здоровья граждан, а также пропаганды здорового образа жизни, улучшения морально-психологического состояния граждан.

Добровольческая деятельность не предполагает наличие специального профессионального образования, обладает добровольным и общественно-полезным характером, отсутствием мотивации к получению оплаты (Азарова, Яницкий, 2008).

Любая волонтерская деятельность позволяет сформировать антиаддиктивные установки и ценности. В современном обществе все большую важность приобретают антинаркотические волонтерские проекты.

Для привлечения молодых людей к волонтерской деятельности в сфере антинаркотической профилактики необходимо обучить их формам и методам профилактики. Решаемая задача должна быть интересной и актуальной для волонтера. Например, тема ведения здорового образа жизни для подростков и молодежи: молодые люди видят проблемы, готовы решать серьезные, «взрослые» задачи.

Важно поощрять самостоятельность волонтеров в принятии решений и выборе творческих подходов, однако важна и поддержка специалистов – так волонтер понимает, что его деятельность необходима и значима, кроме того, это позволяет получать новые знания и навыки, которые передает наставник.

Немаловажным является поддержка проектов волонтерской деятельности в социальных сетях. Это позволяет привлекать новых заинтересованных лиц к волонтерской деятельности, кроме того, дает действующим волонтерам приобрести некоторую «медийность», что также повышает мотивацию молодых людей к продолжению волонтерской деятельности.

Постоянное взаимодействие с участниками – консультирование, встречи с кураторами проекта и представителями различных ведомств, освещение этих событий в социальных сетях и СМИ – помогает поддержать у участников ответственное отношение к волонтерству, они видят, что в их работе заинтересованы. Таким образом, антинаркотическая добровольческая деятельность может стать не просто волонтерским движением, а программой по профилактике зависимого поведения как для самих волонтеров, так и для людей, являющихся субъектами их деятельности.

### **Комплексный (интегративный) подход**

Составными компонентами комплексных профилактических программ, объединяющих достижения современной антинаркотической профилактики, являются:

- информирование о последствиях употребления психоактивных веществ,
- развитие мотивации на укрепление здоровья,
- формирование жизненных навыков и системы ценностей, норм поведения и жизненного стиля, устойчивого к негативным социальным влияниям,
- организация альтернативной деятельности (спорт, творчество, культурные мероприятия, хобби), несовместимой с употреблением вредных веществ.

О высоком потенциале программы антинаркотической профилактики свидетельствуют следующие ее характеристики:

- наличие независимого экспертного заключения – внешней экспертной оценки;
- предназначение для конкретной целевой группы, а также ее социального окружение (родители / законные представители, педагоги и воспитатели, работающие с детьми и молодежью и др.)
- длительная продолжительность реализации
- использование разрешенных психолого-педагогических технологий и практик, проверенных и стандартизированных методы оценки и планов занятий;
- привлечение к разработке и реализации специалистов системы профилактики: образования, медицины, права, социальных служб, науки, культуры и спорта и др.;
- обучение сопротивлению наркозаражению с помощью интерактивных форм: ролевые игры, дискуссии, конференции, обучающие тренинги
- закрепление знаний и навыков в практической деятельности (волонтерские проекты, проектная деятельность)
- формирование антиаддиктивных компетенций, психологического иммунитета к незаконному потреблению и обороту наркотиков;
- наличие показателей оценки эффективности.

### **Эффективность антинаркотической профилактики**

Индикаторами эффективности антинаркотических программ среди молодежи могут быть следующие показатели:

- количество подростков и молодежи, охваченных антинаркотической профилактической работой;

- количество подростков и молодежи, вовлеченных в волонтерскую (добровольческую) деятельность по популяризации здорового образа жизни, пресечению пропаганды и распространению наркотиков;

- участие обучающейся молодежи в мероприятиях по ранней диагностике незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ среди обучающихся образовательных организаций общего, среднего и высшего профессионального образования (в процентах от общего количества обучающихся);

- количество подростков и молодежи, находящихся на всех вида учета по поводу незаконного потребления и оборота наркотиков;

- количество подростков и молодежи, совершивших противоправные действия, связанные с незаконным оборотом наркотиков и/или в состоянии наркотического опьянения;

- количество отравлений и смертности от незаконного потребления наркотиков.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Государственная молодежная политика РФ направлена на создание условий для успешной социализации и эффективной самореализации молодежи, развитие потенциала молодежи и его использования в интересах инновационного развития страны, способствует формированию антинаркотической идеологии у детей и молодежи. Важнейшим документом современной России является «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года», утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г., которая «создает условия для формирования и реализации комплекса мер, учитывающих особенности современных детей, социальный и психологический контекст их развития, формирует предпосылки для консолидации усилий семьи, общества и государства, направленных на воспитание подрастающего и будущих поколений. Стратегия опирается на систему духовно-нравственных ценностей, сложившихся в процессе культурного развития России, таких как человеколюбие, справедливость, честь, совесть, воля, личное достоинство, вера в добро и стремление к исполнению нравственного долга перед самим собой, своей семьей и своим Отечеством».

Приоритетом государственной молодежной политики является формирование общественно-государственной системы воспитания в Российской Федерации, учитывающей интересы детей и молодежи, актуальные потребности современного российского общества и государства, глобальные вызовы и условия развития страны в мировом сообществе. Реализация молодежной политики невозможно без решения вопросов профилактики потребления ПАВ в молодежной среде, ориентированной на комплексное развитие социальной инфраструктуры здорового и безопасного образа жизни, формирования мировоззрения молодежи на основе отечественных традиций, современного опыта, достижений научных школ, культурно-исторического, системно-деятельностного подхода к позитивной социализации детей и молодежи.

Вовлеченность молодежи в общественную жизнь через социальные образования, в рамках реализации мер по формированию антинаркотической идеологии молодежи, невозможно без понимания и следования современным теоретическим основам превенции негативного поведения, что обеспечивается непрерывным повышением антиаддиктивных компетенций специалистов, работающих в сфере профилактики негативных явлений в молодежной среде. Направленность на комплексный, в том числе системный подход в рамках формирования здоровьесберегающего поведения, следование основным принципам и правилам использования профессиональных знаний, умений и навыков обеспечивает экологичность и высокую эффективность профилактической работы.



## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Азарова Е. С., Яницкий М. С. Психологические детерминанты добровольческой деятельности // Вестн. Том.гос. ун-та. 2008. №306. – С. 120-225. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-determinanty-dobrovolcheskoy-deyatelnosti> (дата обращения: 25.07.2022). Булатников А. Н., Зарецкий В. В. Семейная реабилитация несовершеннолетних, злоупотребляющих психоактивными веществами: этап индивидуальных психолого-педагогических коррекционных воздействий // ЦИТИСЭ. – 2020. – №. 2. – С. 486-501.

Васильева О.М., Ханбекова Н.В., Киселева С.Е., Никитина Л.К. Структура оказания многопрофильной помощи детям с аддиктивным поведением // Достижения науки и образования. - 2019. - №1(42). – С. 82-86. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=36873724> (дата обращения: 27.07.2022)

Дайнеко, И. А. Функциональный диагноз пациента с позиции био-психо-социально-духовной модели человека / И. А. Дайнеко, О. Н. Кучер // Педагогика и медицина в служении человеку : Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции, Красноярск, 02–03 декабря 2020 года. – Красноярск: Красноярский государственный медицинский университет им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого, 2020. – С. 149-154.

Ипатов А.В. Психологические детерминанты аутодеструктивного поведения подростков и механизмы его коррекции. Автореф. дисс. На соиск ... д.психол.н., СПб., 2017

Медицинская профилактика наркологических заболеваний: клинические рекомендации. – М.: ООО «НьюТерра», 2015 – 154 с.

Лукиянцева И. С. Личностная незрелость как фактор риска формирования аддиктивного поведения. // Стратегические направления охраны и укрепления общественного психического здоровья: материалы VII Национального конгресса по социальной психиатрии и наркологии (г. Тюмень, 23-25 мая 2018 года). - Тюмень: РИЦ «Айвекс», 2018. – С. 126-127.

Argyriou E., Um M., Carron C., Cyders M.A. Age and impulsive behavior in drug addiction: A review of past research and future directions, *Pharmacology Biochemistry and Behavior*, Volume 164, 2018, Pages 106-117, ISSN 0091-3057, <https://doi.org/10.1016/j.pbb.2017.07.013>.

Engel G. L. The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine // Science. 1977. Vol. 196, № 4286. P. 129–136. DOI:10.1126/science.847460

Engel G. L. The clinical application of the biopsychosocial model // American Journal of Psychiatry. 1980. Vol. 137, № 5. P. 535–544. DOI: 10.1176/ajp.137.5.535