

Трушкина О.Г.

Выпускник специальности Клиническая психология КрасГМУ

Волкова О.В.

ДПсН, доцент, профессор кафедры клинической психологии

психотерапии с курсом ПО

Красноярский государственный медицинский университет,

г. Красноярск, Российская Федерация

**ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ СЕМЬИ
ПОДРОСТКА В ПЕРИОД КРИЗИСА: ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

Аннотация: в статье представлены результаты эмпирического исследования склонности подростков 16-17 лет к аддиктивному поведению. Описаны результаты диагностики теста на зависимость (аддикцию) (Г.В. Лозовая); теста склонности к девиантному поведению (Э.В. Леус, А.Г. Соловьев); опросника «Группа риска наркозависимости» (Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева), свидетельствующие о необходимости профилактики зависимого поведения подростков. Представлено описание комплекса занятий с элементами тренинга, направленного на оказание психологической поддержки семьи подростка в период возрастного кризиса, профилактику зависимого поведения, оптимизацию общения подростков и родителей.

Ключевые слова: подростковый возраст, кризис, детско-родительские отношения, семья, психологическая поддержка, комплексный подход, программа, тренинг, профилактика.

Trushkina O.G.

Student KP 441

**Graduate of the specialty Clinical Psychology
of Krasnoyarsk State Medical University**

Volkova O.V.

**Doctor of psychology, Associate professor,
Professor of Clinical Psychology and Psychotherapy Department
Krasnoyarsk State Medical University,
Krasnoyarsk, Russian Federation**

**PSYCHOLOGICAL SUPPORT PROGRAM FOR A TEENAGER'S
FAMILY DURING A CRISIS: PRACTICAL ASPECTS**

Annotation: the article presents the results of an empirical study of the propensity of 16-17-year-olds to addictive behavior. The article describes the results of diagnostics of the test for addiction (G. V. Lozovaya); The test of propensity to deviant behavior (E. V. Leus, A. G. Soloviev); The questionnaire "Risk group of drug dependence (B. I. Hasan, Y.A. Tyumeneva), indicating the need to prevent dependent behavior of adolescents. The article describes a set of classes with training elements aimed at providing psychological support to a teenager's family during an age crisis, preventing dependent behavior, and optimizing communication between teenagers and parents.

Keywords: adolescence, crisis, child-parent relations, family, psychological support, integrated approach, program, training, prevention.

В настоящее время проблема зависимого поведения подростков стоит особенно остро. Широко распространена компьютерная зависимость, часты проявления наркотической и алкогольной зависимостей. Серьезнейшие опасения вызывает тот факт, что аддикции возникают уже в раннем подростковом возрасте и охватывают собой все больший контингент подростков [3, с. 327].

С целью определения склонности подростков 16-17 лет к аддиктивному поведению организовано эмпирическое исследование на базе Красноярского медицинского колледжа. В исследовании приняли участие студенты 1 курса. Число испытуемых – 32 человека. Возраст испытуемых – 16-17 лет. В работе использовались методики: тест на зависимость (аддикцию) (автор Г.В. Лозовая); тест склонности к девиантному поведению (автор Э.В. Леус, А.Г. Соловьев); опросник «Группа риска наркозависимости» (автор Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева).

Цель теста на зависимость (аддикцию) (автор Г.В. Лозовая) - диагностика склонности к зависимому поведению и выявление обучающихся группы риска. В опроснике присутствуют 70 вопросов, ответы на которые дают ответ на наличие склонности испытуемого к 13 видам зависимостям: алкогольная зависимость; интернет и компьютерная зависимость; любовная зависимость, наркотическая зависимость, игровая зависимость, никотиновая зависимость, пищевая зависимость, зависимость от межполовых отношений, трудоголизм, телевизионная зависимость, религиозная зависимость, зависимость от здорового образа жизни, лекарственная зависимость. Результаты теста представлены на рисунке 1.

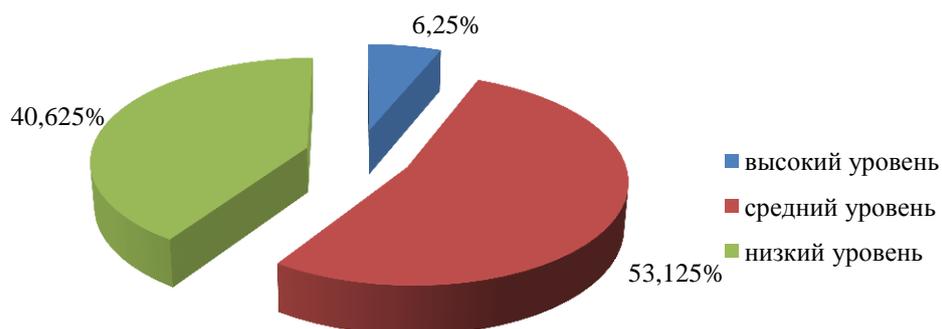


Рис. 1. Показатели уровня склонности к зависимостям (по методике Г.В. Лозовой)

Результаты теста на зависимость (аддикцию) показали, что низкий уровень склонности к зависимостям диагностирован у 13 подростков, средний уровень – у 17 подростков, высокий уровень – у 2 подростков

Цель теста склонности к девиантному поведению (авторы Э.В. Леус, А.Г. Соловьев) – определение степени выраженности дезадаптации у подростков с разными видами девиантного поведения. Тест представляет собой перечень вопросов в количестве 75. Вопросы равномерно сгруппированы в 5 блоков. Первый блок вопросов позволяет диагностировать степень выраженности зависимого поведения. Во втором блоке вопросы направлены на диагностику самоповреждающего поведения. Третий блок вопросов исследует склонность к агрессивному поведению. Четвертый блок вопросов диагностирует наличие склонности к делинквентному поведению. Последний, пятый блок вопросов диагностирует социально обусловленное поведение. Результаты теста представлены на рисунке 2.

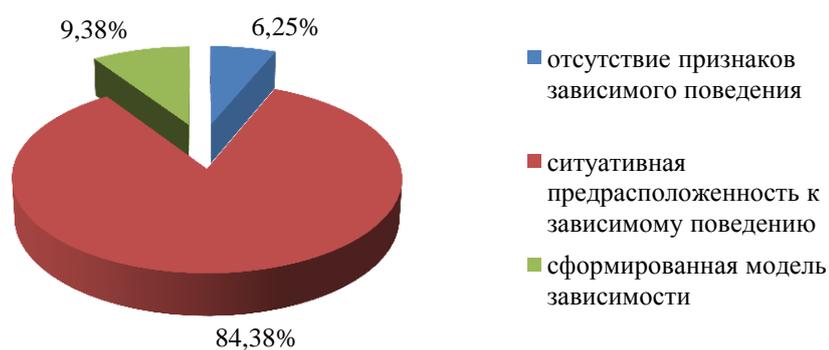


Рис. 2. Показатели уровня социально обусловленного поведения (по методике Э.В. Леус, А.Г. Соловьева)

Результаты теста склонности к девиантному поведению (Э.В. Леус, А.Г. Соловьев) показали, что у 2 подростков отсутствуют признаки социально обусловленного поведения, у 27 подростков диагностирована ситуативная предрасположенность к социально обусловленному поведению, у 3 подростков сформирована модель социально обусловленного поведения.

Цель опросника «Группа риска наркозависимости» (авторы - Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева) – диагностировать возможность возникновения зависимого поведения у подростка. Методика представляет собой опросник, в который включены утверждения, распределенные на три шкалы. Шкала «Поведение в ситуации риска» позволяет диагностировать доминирующую стратегию поведения в ситуации риска. Посредством шкалы «Интерес к наркотикам» диагностируется склонность подростка к сфере наркотиков. В частности, определяются полное отрицание интереса к наркотикам; любопытство к сфере наркотиков, а также повышенный интерес к данной сфере. Данные, полученные по шкале «Интерес к наркотикам», квалифицируются как обнаружение осуществленной пробы. Шкала «Социальные установки» позволяет диагностировать такие установки, как активное стремления к социально полезным действиям, степень

увлеченности работой в группе, в команде, значимость для подростка социального одобрения его действий или, напротив, равнодушное отношение к социальному одобрению, при склонности к совершению либо одобрению асоциальных поступков. Результаты теста представлены на рисунке 3.

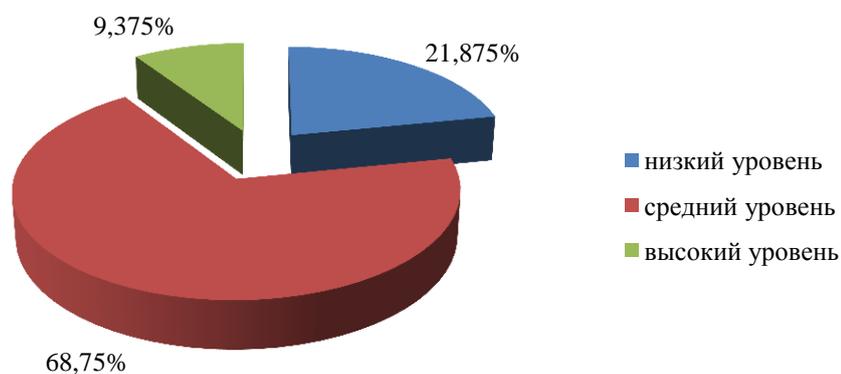


Рис. 3. Результаты по шкале «Поведение в ситуации риска» (по методике Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменевой)

Результаты опросника «Группа риска наркозависимости» (Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева) показали, что количество подростков «не рискующих» является наибольшим. Для подростков, попавших в группу «не рискующих», характерно адекватное поведение в ситуации риска (пробы), когда проба осуществляется в силу природного любопытстве. В данном случае, пробуя наркотик, подросток пробует именно наркотик (а не ситуацию, или новую роль и т.п.), он ощущает его воздействие на организм, чувствует запахи или вкус. Как правило, в таком случае ничего привлекательного в употреблении подобного рода препаратов он не находит и принимает решение о ненужности наркотиков для него. Остальные подростки находятся в группах разной степени риска наркозависимости. Тревожным фактом являются число подростков, вошедших в группы «совершивших пробу» и «аддиктивное поведение». Большая часть обследованных относятся к первой группе риска «потенциально готовых к пробе». То есть социальные установки этих

подростков, их поведение в ситуации риска, а также наличие интереса к наркотикам предрасполагает к началу употребления психоактивных веществ.

Таким образом, проведенное исследование показало, что наличие низких или высоких показателей хотя бы по одной из шкал «интерес к наркотикам», «поведение в ситуации риска», «социальные установки», делает подростка «потенциально готовым» к совершению пробы. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости профилактики зависимого поведения подростков. Специфика «напряженных» мест или рисков возникновения аддиктивного поведения у подростков в условиях системы образования определяют, с одной стороны, содержание профилактической работы, с другой – ее эффективность.

Первоочередная роль в организации и проведении профилактических мероприятий принадлежит, безусловно, самому ближайшему окружению – семье, которая является основой для становления и развития подростка, его социализации, приобретения первичных навыков исполнения различных социальных ролей. Семья без преувеличения является ядром, вокруг которого формируется личность подростка. Стиль отношений в семье является определяющим для формирования личности. Родительские отношения представляют собой совокупность чувств, эмоций, коммуникаций, иных актов поведения родителей к своему ребенку, уровень его принятия [5, с. 131].

Роль родителей в взрослении и становлении личности подростка огромна. Особенно это касается периода кризиса подросткового возраста. Задача взрослых в этот период – помочь подростку взрослеть адекватно ситуации без критических переживаний сложных моментов [2, с. 15]. Зачастую, причиной возникновения зависимого поведения подростка становится семейное неблагополучие, конфликты, происходящие в семье, отсутствие взаимопонимания и конструктивного взаимодействия между подростками и родителями. Именно поэтому семье нуждается в психологической поддержке в период подросткового кризиса.

С целью профилактики зависимого поведения разработана программа психологической поддержки семьи подростка в период возрастного кризиса. Программа включает 10 занятий продолжительностью 1,5 часа, проведение которых рассчитано на два раза в неделю. Целевая группа: подростки с различным уровнем риска развития зависимого поведения, родители подростков. При разработке занятий использованы следующие методы: ролевые игры, психологические упражнения, мини-лекции, групповые дискуссии, арттерапевтические упражнения (групповой рисунок, «Прекрасный ужасный рисунок»), игры-испытания.

Программа ориентирована на формирование средств самопознания подростков и родителей, на увеличение представлений о личной значимости, на формирование мотивов позитивных межличностных взаимоотношений, уверенности в собственных силах, а кроме того, возможности наиболее благополучно осуществлять себя в действии. Это необходимо для того, чтобы обеспечить подростков и родителей средствами, позволяющими им более результативно входить во взаимодействие, разрешать поставленные перед ними ежедневные задачи. Подростковый возраст считается подходящим этапом для такой рода деятельности, т.к. мотивационно-смысловая система еще совершенствуется и раскрыта положительным переменам, вероятность для которых формируется в коллективной психотерапии.

В ходе реализации программы создаются условия для массовых дискуссий между родителями и подростками, условия для группового принятия решения, принятие ответственности за решение, стимулируется проявление обратной связи в группе, проявление рефлексии.

Каждое занятие построено по единой схеме:

1. Приветствие.
2. Основная часть (подвижные игры и пассивные упражнения - и те, и другие заканчиваются обсуждением и рефлексией)
3. Рефлексия прошедшего занятия по схеме:

- как вы себя чувствуете сейчас?;
- выполнение, какого задания вызвало наибольшие трудности?

4. Прощание.

В основное содержание занятия входят разработанные упражнения, приемы мозгового штурма, ролевые игры, психодрамма. Упражнения, используемые на занятиях, направлены на создание оптимального уровня эмоционального общения между подростками и родителями; включению подростков и родителей в процесс самосовершенствования; улучшению взаимоотношений между подростками и родителями.

Классическая модель предлагаемых занятий осуществляет психотерапевтическую функцию, являясь ритуалом, оказывающим положительное воздействие в силу своей повторяемости, помогая включиться в обстановку «здесь и теперь» и снятию эмоционального напряжения.

Ожидается, что разработанный комплекс занятий позволит оказать психологическую поддержку семье подростка в период возрастного кризиса; позволит оптимизировать общение подростков и родителей; позволит повысить уровень информированности подростков о негативном влиянии аддикций; будет способствовать формированию у подростков личностных качеств, обеспечивающих доминирование ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от зависимого поведения.

Список литературы

1. Амбалова, С.А. Психологические причины отклоняющегося поведения подростков: профилактика и коррекция / С.А. Амбалова // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. № 3. С. 317-319.
2. Беляева, А.Б. Профилактика девиантного поведения подростка в семье / А.Б. Беляева // Общество: социология, психология, педагогика. 2014. № 4. С. 15-16.

3. Голубков Г.В. Причины возникновения кризиса в подростковом возрасте / Г.В. Голубков, Я.А. Лычагина // Скиф. Вопросы студенческой науки. 2019. № 5. С. 327-331.
4. Карабанова, О.А. Дисгармоничность детско-родительских отношений как фактор риска девиантного поведения личности / О.А. Карабанова // Вестник Московского университета МВД России. 2014. № 12. С. 295-299.
5. Михалева, А.Б. Влияние семьи на развитие подростков / А.Б. Михалева Михалева, С.Е. Тимофеева // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. 2014. № 45. С. 131-136.