

УДК 37.015.32

КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ПЕДАГОГОВ К ПРОВЕДЕНИЮ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ШКОЛЬНИКОВ

Т.А. Данилова

Рассматриваются проблемы профилактики аддиктивного поведения у школьников и профессиональной подготовки педагогов школ для ее проведения.

Ключевые слова: копинг-профилактика; эмоционально-стрессовые расстройства; аддиктивное поведение.

COGNITIVE-BEHAVIORAL TRAINING OF TEACHERS FOR THE PREVENTION OF ADDICTIVE CONDUCT IN SCHOOLCHILDREN

T.A. Danilova

This article discusses the problem of prevention of addictive behavior in school and training school teachers to carry it out.

Keywords: coping prevention; emotional stress disorders; addictive behavior.

В проблемах профилактики наркомании и других форм нарушенного поведения среди подростков и молодежи большинство стран руководствуются рекомендациями ВОЗ о развитии долгосрочной общегосударственной политики, направленной на формирование ценностей здорового образа жизни, неприемлемость в отношении употребления психотропных веществ и объединение для этой цели усилий государственных, образовательных и общественных организаций. Реализацию задач формирования здорового образа жизни среди молодежи в долгосрочной перспективе ВОЗ связывает с общеобразовательной школой, так как проведенные в этой области исследования выявили, что чувство принадлежности к школе положительно связано с высокой успеваемостью и психологическим благополучием учащихся [1].

Поскольку различные формы отклоняющегося поведения проявляются в подростковом возрасте, физиологические и психологические изменения, происходящие за относительно короткий период подросткового возраста, могут повлечь за собой ряд сложных проблем как для самого подростка, так и для тех, кто его окружает. Как правило, в раннем подростковом возрасте выявляются определенные признаки психологического кризиса. Задержка и отклонение в физическом развитии также могут иметь разные последствия для формирования личности

подростка. В том числе приобщение к наркотическим веществам в подростковом возрасте может быть связано с психологическими особенностями их личности и способностью адаптироваться к условиям жизни. Как правило, устойчивая личность с активным и сознательным отношением к себе и окружающему миру не нуждается в каком-либо “допинге” при встрече с жизненными трудностями и проблемами, тогда как неустойчивая, с выраженными отклонениями в поведении, трудно приспосабливается к внешним обстоятельствами и иногда прибегает к наркотическим веществам, получая в состоянии опьянения иллюзорное удовлетворение желаний и разрешение конфликтов. Это обстоятельство дает основание считать подростковый возраст, в силу его психологических особенностей, наименее защищенным от возможности приобщения к психотропным веществам [2–4].

Пропаганду здорового образа жизни, проведение профилактики отклоняющегося поведения в школьной системе необходимо органично совмещать с развитием у учащихся способностей к решению личностных и социальных проблем, касающихся их учебы, досуга и других сфер их жизни. Поэтому педагоги, обучая детей определенным знаниям по учебным предметам, могут оказывать положительное влияние на развитие их личности посредством опыта решения проблем, рефлексии

рование, использование известных вариантов и моделирование способов их решений, которым их не могут обучить в семье.

Учебно-воспитательный процесс в общеобразовательной системе является эмоционально-стрессовой ситуацией как для педагогов, так и для школьников. Поэтому при такой интенсивной эмоционально-психологической нагрузке самим педагогам необходимо уметь адекватно реагировать на изменения во взаимоотношениях с учащимися, чтобы, с одной стороны, предоставить свободу действий своим ученикам, а с другой – не терять контроль над их поведением в межличностном взаимодействии.

Исходя из концепции социального научения А. Бандуры, нужно понимать, что эффективность той или иной модели поведения педагога определяется его личностной привлекательностью для учащихся. Согласно этой точки зрения, основную часть поведенческих характеристик, а через них и установок, подросток приобретает, усваивая и имитируя поведение значимых для него людей из своего социального окружения. А. Бандура отмечает, что многое в поведении, которое мы демонстрируем, приобретает посредством примера: мы просто наблюдаем, что делают другие, а затем повторяем их действия. С этим процессом обычно ассоциируется понятие идентификации, которое А. Бандура рассматривает как разновидность имитации. Поэтому проявление педагогом своих профессиональных знаний и навыков, а также личностно-профессиональных качеств, таких как позитивная личностно-профессиональная самооценка, умение контролировать ситуацию и свое поведение, умение воспринимать и оказывать эмоциональную поддержку, эффективно разрешать учебные и другие проблемные ситуации, воспринимается учащимися как фасилитация, способствует развитию у них необходимых социальных навыков и способностей [5].

Поэтому использование междисциплинарного медико-психологического и педагогического подхода в профессиональной подготовке учителей школ будет способствовать оказанию позитивного влияния на развитие проблем преодолевающего поведения учеников, которых они обучают и воспитывают. Пройдя специальное обучение, педагоги будут подготовлены к распространению необходимой ученикам информации о разрешении проблем в эмоционально-стрессовых ситуациях.

На основании современных профилактических подходов, принятых ВОЗ, и трансакционной когнитивной теории стресса и копинга Р. Лазаруса – Н.А. Сирота и В.М. Ялтонского, разработана модель первичной копинг-профилактики аддиктивного поведения и наркоманий у подростков [4; 8].

Основной идеей реализации задач копинг-профилактики является обучение социальным навыкам и умениям преодоления стресса, управления им, а также оказание подросткам социальной поддержки адекватными поддерживающими социальными сетями. Для проведения первичной профилактики, проводимой в школьной системе, необходима реализация разнообразных профилактических программ и совершенствование естественной социально-поддерживающей сети школы, а в случае необходимости – создание специальной психолого-педагогической сети доноров социальной поддержки [4; 6; 7]. В задачу этой программы профилактики входит обучение эффективным поведенческим стратегиям: умению разрешать жизненные проблемы, искать и находить поддержку, эффективно общаться и мыслить, решать как повседневные жизненные задачи, так и действовать в экстремальных ситуациях. Все это, а также развитие способности понимать, проявлять и владеть своими эмоциями, формирует устойчивость человека к стрессу и дает возможность осуществлять осмысленный выбор своего собственного решения в ситуациях, связанных с предложением наркотиков или выбора жизненного стиля, формирующего и поддерживающего здоровье.

Программа личностно-профессиональной подготовки педагогов направлена на развитие у педагогов необходимых для эффективной педагогической деятельности личностных качеств, навыков и стратегий позитивного копинг-поведения, а также на обучение их способам развития позитивных личностных ресурсов и поведения у школьников, а именно:

- предусматривается развитие стратегий и способов преодоления проблем (проблем разрешающего поведения, социально-поддерживающего поведения и навыков избегания). Это предполагает более полное осознание своего собственного поведения и его значения в социальном контексте, связанное с получением сведений относительно того, как учителя и ученики воспринимают поведение друг друга;
- развитие способности принимать решения и обучить педагогов навыкам воспитания способности принимать решения у школьников-подростков;
- развитие понимания о стратегии поиска и оказания социальной поддержки и обучение приемам поиска и оказания социальной поддержки. Развитие способности воспринимать и оказывать социальную поддержку: усовершенствование диагностических навыков, связанных с межличностными и межгрупповыми отношениями;

- развитие понимания и выделения положительных и отрицательных моментов “поведенческой стратегии избегания”, соответствие ее периоду психического развития, возрасту, характеру социальной и стрессовой ситуации. Представление проблемы “избегающего поведения” как основы аддиктивного и саморазрушающего поведения в жизни человека.

Разработанная программа предусматривает тренировку следующих аспектов разрешающего поведения:

- развитие понимания о процессах, облегчающих или тормозящих коммуникативные процессы, и общение в школьном коллективе, решение учебных и межличностных проблем общения;
- развитие навыков разрешения проблем с учетом этапов и копинг-стратегий, используемых для их преодоления, понимание процессов, облегчающих или тормозящих взаимодействие в школьном коллективе, тренировка стратегий и навыков проблем разрешающего поведения;
- развитие коммуникативных навыков: чувствительность к поведению других людей, связанная с восприятием и пониманием коммуникационных стимулов, получаемых от окружающих людей (интонации голоса, выражение лица, позы тела и др.).

Позитивное развитие личностной и профессиональной самооценки предусматривает способность анализировать свое поведение и личностную самооценку в системе межличностных отношений в учебном коллективе, а также:

- развитие понятия самооценки (реальная, идеальная, прогностическая и другие составляющие самооценки); построение (развитие) позитивной личностной и профессиональной самооценки;
- развитие способности анализировать свое поведение и личностную самооценку в системе межличностных отношений в учебном коллективе; обучение педагогов основным приемам развития у подростков позитивной самооценки;
- развитие у педагогов способности воспринимать и оказывать социальную поддержку: усовершенствование диагностических навыков, связанных с межличностными и межгрупповыми отношениями;
- формирование понимания о стратегии поиска и оказания социальной поддержки и обучение приемам поиска и оказания социальной поддержки; развитие навыков эмпатийных и affiliативных взаимоотношений у педагогов позво-

ляет делать точные выводы об эмоциональном состоянии и поведении других людей;

- развитие понимания об эмпатии и аффилиации и их роли в формировании проблем преодолевающего поведения педагогов и учеников; усвоить на поведенческом уровне навыки проявления эмпатии и аффилиации;
- формирование понимания о необходимости интернального локуса контроля над средой и происходящими событиями, навыков активного контролирования и вмешательства (на ситуативном уровне) в групповые и межгрупповые ситуации для достижения большей эффективности воспитательного воздействия на школьников и развития у них умения контролировать свое поведение и ситуацию, в которой они находятся;
- развитие понимания необходимости принимать на себя ответственность контроля над проблемой и стрессовой ситуацией. Развитие и приобретение навыков активного контролирования и вмешательства (на действенном уровне) в групповые и межгрупповые ситуации для достижения большей эффективности воспитательного воздействия на школьников и развития у них умения контролировать свое поведение и ситуацию, в которой они находятся.

Разработанная программа дает новое представление о психологических механизмах формирования и развития поведенческих моделей педагогов, а также о способах и вариантах использования своих личностных ресурсов и построения стратегий своего поведения в педагогической деятельности. В ней описана важность развития и функционирования психологических навыков и личностных качеств копинг-поведения для педагогов и школьников с точки зрения эффективности психосоциального развития и устойчивости к негативному влиянию среды (наркотизации, алкоголизации, никотинизации). В учебных занятиях программы приводятся примеры различных ситуаций для проведения анализа и объяснения тех или иных психосоциальных феноменов и поведения. Таким образом, личностно-профессиональная подготовка педагогов позволит им оказывать психолого-педагогическое влияние, учитывающее индивидуально-психологические и возрастные особенности каждого ученика во время проведения профилактической работы.

Литература

1. *Anderman E.M. School Effects on Psychological Outcomes During Adolescence / E.M. Anderman // Journal of Educational Psychology. 2002. Vol. 94. № 4. P. 795–809.*

2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. М.: Прогресс, 1986. 423 с.
3. Личко А.Е. Саморазрушающее поведение у подростков / А.Е. Личко, Ю.В. Попов // Социальная психиатрия фундаментальные и прикладные исследования: мат. симпоз. М., 1990. С. 77–82.
4. Сирота Н.А. Эффективные программы профилактики зависимости от наркотиков и других форм зависимого поведения / Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский. М.: Радуга, 2004. 103 с.
5. Bandura A. Social Learning Theory. Englewood Cliffs / A. Bandura. N.Y.: Prentice-Hall, 1977. P. 1–66.
6. Данилова Т.А. Формирование копинг-поведения у учителей средних школ и его роль в профилактике психогенных расстройств у школьников: дис. ... канд. психол. наук / Т.А. Данилова. Бишкек, 1997. 211 с.
7. Москвитин П.Н. Экзистенциально-гуманистическая модель профилактики зависимости от психоактивных веществ / П.Н. Москвитин, Б.Д. Цыганков., Н.А. Сирота // Мир науки, культуры, образования. 2011. № 3 (28). С. 166–171.
8. Lazarus R.S., Folkman S. Transactional theory and research of emotion and coping / R.S. Lazarus, S. Folkman // Europ. J. Personality. 1987. V. 1. P. 141–169.