

УДК [378.16:5]:178.7

НАПРЯМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ПЕРВИННОЇ ПРОФІЛАКТИКИ ПІДЛІТКОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ПСИХОАКТИВНИХ РЕЧОВИН

Т.А.Бордюженко

Анотація. У проаналізовані можливості здійснення первинної профілактики залежності підлітків від психоактивних речовин вчителями природничих дисциплін.

Ключові слова: адиктивна поведінка, підліток, профілактика, психоактивні речовини.

Аннотация. В статье проанализированы возможности осуществления профилактики зависимости подростков от психоактивных веществ учителями естественно-научных дисциплин.

Ключевые слова: подросток, профилактика, психоактивные вещества.

Summary. Possibilities of realization of prophylaxis of dependence of teenagers are analysed from psychoactive matters by teachers. The possible ways of prophylaxis are outlined.

Keywords: addiction conduct teenager, prophylaxis, mentally active matters.

Постановка проблеми. В умовах сьогодення актуалізується проблема формування свідомого ставлення особистості до власного здоров'я. Ставлення до здоров'я – один з елементів поведінки щодо самозбереження, який включає три основні компоненти: когнітивний, емоційний та мотиваційно-поведінковий. Тож задіюються і знання про здоров'я, відбувається усвідомлення та розуміння його значення в процесі життєдіяльності людини, вплив на соціальні функції, емоційні та поведінкові реакції. Основою всіх форм профілактики науковцями визнано здоровий спосіб життя (ЗСЖ).

Аналіз наявних досліджень. В Україні останніми роками посилюється увага до проблеми здоров'я дітей і молоді, формування в них здорового способу життя [8; 10; 11]. Педагоги на практиці намагаються здійснювати інтегративний підхід до формування в учнів ЗСЖ у фізкультурно-оздоровчому, спортивному, туристсько-краєзнавчому, еколого-натуралістичному, декоративно-ужитковому, техніко-технологічному й художньо-естетичному напрямках [10, с.35].

Психологічні засади пропагування психогігієнічного виховання та здорового способу життя молоді розкриті в працях українського психолога С.Максименка. Науковець звертає увагу на специфічні особливості соціалізації сучасної української молоді, пов'язані з деформацією ціннісно-нормативного механізму соціальної регуляції та становлення нової системи соціального контролю, дисбалансом організованих і стихійних процесів соціалізації в бік стихійності, зміною співвідношення суспільних і особистісних інтересів у бік розширення автономії особистості, її самодіяльності, творчості та ініціативи [6, с.73].

Основними причинами, що негативно впливають на формування ЗСЖ й призводять до адиктивної поведінки молоді, дослідники найчастіше називають такі: недосконалість навчально-виховної діяльності та відповідних пропагандальних і популяризаторських заходів у системах освіти; недосконалість профілактичної роботи в системі охорони здоров'я; брак знань та інформації, що повинні надаватися з інших державних і суспільних структур; асоціальний спосіб життя батьків; обмежені матеріальні можливості [5; 6]. Цілком погоджуючись з такими висновками, останню з названих причин не вважаємо суттєвою саме у випадку залежності підлітків від ПАР, оскільки досить часто наркотики й алкоголь вживають саме діти із заможних і цілком успішних у соціальному плані сімей.

Невирішені аспекти проблеми. Проте, як показує практика, традиційні методи профілактики шкідливих звичок і різного роду узалежнень, пов'язані із заборонами, давно дискредитували себе. Практика показує, що коли дорослі попереджають і забороняють якісь дії, пов'язані з вживанням психоактивних речовин, саме подолання цих заборон і становить для підлітків вікову ситуацію розвитку особистості: чим інтенсивніше педагоги реалізують інформаційні способи залякування в системі профілактичної роботи в підлітковому середовищі, тим активніше вони викликають у підлітків прагнення подолати ці заборони.

Тому психологи радять у навчальних закладах здійснювати постійну й цілеспрямовану роботу з молоддю з використанням різноманітних прийомів, які б стимулювали пізнавальну діяльність, впливали на мотиваційну сферу, не залишали байдужими, змушували переглянути пріоритети власного життя.

Мета статті – визначити й проаналізувати основні напрями діяльності вчителя природничих дисциплін щодо первинної профілактики залежності підлітків від психоактивних речовин (ПАР).

Виклад основного матеріалу дослідження. Здійснюючи первинну профілактику, вчителю необхідно враховувати, що формування індивідуальних установок стосовно вживання наркотиків відбувається з дитинства. Тому дуже багато залежить від школи, яка є основним інститутом соціалізації дитини. Профілактика тютюнопаління та наркоманії в школі повинна базуватися на знанні вчителями факторів ризику в розвитку цих явищ і їхніх причин. Вона передбачає уміння вчителів дати переконливі й вичерпні відповіді учням на питання, які у них можуть виникнути стосовно наркотиків. Найбільше таких запитань учні адресують саме вчителям біології.

Аналіз наукової літератури [1 – 11] свідчить про наявність різних підходів до профілактики наркоманії і зловживання іншими психоактивними речовинами:

– підхід, заснований на поширенні інформації про наркотики – найбільш широко використовуваний тип превентивних стратегій, базується на наданні інформації про наркотики, їхню шкідливість і негативні наслідки їхнього вживання. У вітчизняній педагогіці цей підхід найчастіше реалізується у вигляді тематичних бесід, позакласних заходів і факультативних курсів: наприклад, курс «Здорова дитина – здорова нація», що проводиться вчителями біології та географії у ЗОШ I-III ст. №12 м. Прилуки Чернігівської області [11, с.3];

– підхід, заснований на афективному (емоційному) навчанні, базується на врахуванні того, що залежність від наркотиків частіше розвивається в людей, які мають низьку самооцінку, мало розвинені навички прийняття рішень, труднощі у визначенні й вираженні емоцій. Відповідно, мета роботи – підвищення самооцінки; визначення значимих особистісних цінностей; розвиток навичок розпізнавання й вираження емоцій, прийняття рішень; формування здатності справлятися з стресом. Цей підхід реалізується педагогами у діалогічному спілкуванні;

– підхід, заснований на ролі соціальних факторів, базується на теорії соціального навчання А.Бандури, відповідно до якої найважливішим фактором розвитку тих чи інших форм поведінки є середовище як джерело зворотних зв'язків, заохочень і покарань. Уплив соціального оточення (однолітків, родини) може сприяти чи перешкоджати початку наркотизації. Робота ґрунтується на виявленні структури мережі соціального впливу й складається з наступних компонентів: тренінг стійкості до соціального тиску, до впливу засобів масової інформації; надання інформації про можливий вплив з боку батьків і інших дорослих; корекція нормативних установок. Пріоритетними технологіями роботи є рольові ігри, техніки посилення визначених видів соціального впливу тощо;

– підхід, заснований на альтернативній наркотикам діяльності. На думку представників цього підходу, зменшенню поширення випадків розвитку залежності від наркотиків і алкоголю сприяє значима діяльність, альтернативна наркотизації й алкоголізації. У межах цього підходу виділяють наступні варіанти програм: 1) пропозиція специфічної позитивної активності, що викликає сильні емоції й передбачає подолання різного роду перешкод; 2) комбінація особистісних потреб з позитивною активністю; 3) заохочення участі в усіх видах такої активності; 4) створення груп підтримки молодих людей, які думають про активний вибір своєї життєвої позиції.

Запорукою ведення молоддю здорового способу життя, на думку представників цього підходу, є спрямованість на активні форми проведення дозвілля, пов'язані зі спортом, різними фізичними навантаженнями, екологічно-доцільним спілкуванням з природою та ін. У різних школах організуються гуртки фізкультурно-оздоровчого, спортивного, туристсько-краєзнавчого, еколого-натуралістичного та інших напрямів, що передбачають ознайомлення з біологічними, медичними, фізіологічними, гігієнічними та психологічними аспектами здорового способу життя [10, с.33]. Ще одним прикладом такої альтернативної активності є спеціально організовані подорожі, пов'язані з необхідністю переборювати складні, а часом і екстремальні умови та ситуації, заняття активними видами спорту, інтелектуальна активність, пов'язана з необхідністю розв'язувати складні проблеми, виявляти неординарні знання та ерудицію. Важливою умовою такої активності є оптимальне сполучення реалізації в дії потреби пошуку відчуттів і схильності до ризику, властивих підліткам і молоді, з фактичною безпекою пропонованих ситуацій. При цьому, незважаючи на безпеку для життя, психічного й фізичного здоров'я, альтернативні програми вимагають мобілізації фізичних і психічних ресурсів, засновані на планомірному подоланні труднощів і проблем. Результатом такої активності є відчуття самоефективності – найважливіша складова профілактичних програм (...). Створення таких умов вимагає спеціальної підготовки педагогів, які б були здатні організувати розвивальні процеси в класі й забезпечити безпеку учасників у ситуації ризику.

Підхід, заснований на зміцненні здоров'я. Основна мета програми – формування життєвої компетентності людини, розвиток здорової особистості, поведінка якої розглядається не ізольовано, а

разом з її соціальним оточенням. Концепція зміцнення здоров'я інтегрує середовище дітей і груп дорослих. Реалізація такого підходу вимагає підготовки вчителів до виконання нових соціокультурних зобов'язань щодо сприяння учням у їхньому всебічному розвитку без протиставлення процесів навчання й оздоровлення. Цілком погоджуємось з Б.Максимчуком, що здоров'я учнів має стати не лише індикатором оптимально підбраного змістового компонента й процесуально грамотної побудови процесів навчання, а й деякою мірою характеристикою вчителя як професіонала [7, с.385]. Сказане, на нашу думку, стосується не лише вчителя фізичної культури, а й учителів біології.

Парадигма здоров'я в сучасному суспільстві поступово відходить від орієнтації на лікування в бік здоров'яцентристського підходу, що в педагогічній практиці виражається здоров'ятворчістю в освітньому процесі, який передбачає розвиток в учнів навичок самодіагностики, саморегуляції власних психологічних і фізичних станів як засобів досягнення високої мобільності й продуктивності, а отже й конкурентоспроможності в житті й професії [7, с.387].

Погоджуємось з Н.Зобенько, що профілактичну спрямованість повинні мати всі предмети шкільної програми з метою формування в учнів механізму "самозахисту", "внутрішнього сторожа" [3]. В проведенні антинаркотичної профілактики слід дотримуватись певних принципів: враховувати стадії формування в дітей установки стосовно вживання наркотиків (від першої стадії – сприймання дітьми проблеми наркотизації – до вироблення власних установок); враховувати психологічні особливості учнів різних вікових груп; забезпечувати комплексний підхід до профілактики наркоманії, який базується на спільній роботі сім'ї, школи, медичних працівників, представників правоохоронних органів; систематично роз'яснювати й пропагувати цінності активного та здорового способу життя; дотримуватись диференціації в підходах до учнів з різним рівнем залученості до вживання наркотиків. Інформація, яка пропонується підліткам в процесі профілактичної роботи, повинна бути об'єктивною, правдивою, але разом з тим достатньо переконливою, щоб довести реальну загрозу життю молодих людей внаслідок вживання ними наркотиків.

Визначаючи методологічні підходи до реалізації змісту біологічної освіти в профільних класах, С.Генкал вказує, що дидактичним орієнтиром конструювання змісту предмета «Біологія» є формування фундаментальних знань, навичок навчально-дослідницької діяльності учнів, наукового стилю мислення, творчої активності школярів та ін. Проаналізувавши можливості системного, системно-структурного, синергетичного, функціонального та еколого-еволюційного підходу до вивчення біології, дослідниця лише в характеристиці функціонального підходу зазначає, що він орієнтує учнів на потребу ведення здорового способу життя, забезпечує розвиток екологічного стилю мислення [1, с. 23]. Вважаємо, що перелік методологічних підходів до реалізації змісту біологічної освіти варто було б розширити, внівши до нього антропологічний, тобто ствердження ідеалу гармонійної, розкутої, творчої особистості, краси та гармонії дійсності, звернення до людини як до вищого сенсу буття.

Це дозволило б посилити людиноцентричні акценти у вивченні біології й надати цим знанням особистісно-практичної спрямованості. Вивчення біологічних систем за такого підходу можна було б спрямувати на формування усвідомлення учнями того, що життя й здоров'я людини є найвищою цінністю, збереження яких залежить від довколишнього середовища й стилю життя кожного індивіда.

Враховуючи психологічні засади пропагування ЗСЖ, шкільні психологи наголошують на необхідності впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховний процес, що передбачає створення системи умов, які могли б максимально сприяти формуванню здорової (фізично, психічно, духовно), компетентної, соціально-адаптованої і соціально-творчої особистості з досить високою потребою в самореалізації та самовдосконаленні, з гуманістичним світоглядом і почуттям відповідальності за долю своєї країни. Основними чинниками реалізації здоров'язберігаючого підходу в навчально-виховному процесі визнано такі: створення комфортного соціально-психологічного середовища для учнів і вчителів; формування та розвиток основних компетентностей учнів; використання національних цінностей і традицій, спрямованих на етичне ставлення до власного здоров'я; формування ціннісних орієнтацій, спрямованих на збереження здоров'я всіх учасників навчально-виховного процесу.

Проте результати останніх досліджень вказують на те, що традиційна освіта більшою мірою зорієнтована на здобування знань, а не життєвих компетенцій. Перехід до розуміння цінності ЗСЖ в усіх аспектах життєдіяльності людини (фізичному, соціальному, емоційному та психологічному) відбувається в шкільній освіті дуже повільно. Науковці вбачають розв'язання цієї проблеми в збагаченні змісту навчальних предметів інформацією про здоровий спосіб життя шляхом включення відомостей з медицини, біології, фізіології, біоритмології, гігієни, психології, педагогіки [8, с.24].

Підтримуємо позицію українських дослідників [9], що проблему профілактики залежності підлітків від ПАР мають розв'язувати педагоги в співпраці з шкільними психологами, тобто ті, хто має

постійний і безпосередній контакт з учнями. Проте ми не можемо погодитись, що профілактична діяльність має зводитись лише до «своєчасного й постійного інформування учнівської молоді щодо шкідливості наркотиків і токсикантів» [9, с.109].

Основна мета має полягати в тому, щоб формувати в дітей цінності здорового способу життя, зберігати й укріплювати фізичне, психічне й соціальне здоров'я. Щоб школа для учня була не лише спілкуванням з однолітками, а й з учителями, яких він поважає, любить, з якими цікаво, вони є для дитини надійними порадиниками, їм вона довіряє.

Вважаємо, що пріоритетною для школи має стати позитивна профілактика, метою якої є виховання успішної людини, здатної справлятися з власними психологічними труднощами й життєвими проблемами, яка не потребує прийому ПАР.

Формувати навички позитивної профілактики можна на будь-якому уроці, класній годині й позакласних заняттях. Це і є основа успішності навчання. Щоб цього взаєморозуміння досягти, вчителів і класному керівникові необхідно:

- визнавати складність проблем, з якими стикається учень;
- приділяти більше уваги його досягненням, а не невдачам;
- сприяти формуванню в підлітка позитивного уявлення про себе. для цього частіше говорити йому про те, що гарного є в його характері (сміливість, товарицькість, дотепність, працьовитість тощо);
- кажучи про помилку, прагнути показувати її цінність як спроби;
- прислухатися до думки людей, яким учень довіряє;
- читати літературу про психологію та фізіологію підлітка;
- відверто говорити з дитиною про життя і смерть, дружбу й зраду, про відносини чоловіка й жінки;
- ділитися власним досвідом дорослішання, розповідати про свої тодішні відчуття, мрії, ідеали, навіть якщо сьогодні вони здаються смішними або помилковими;

Потрібно більше уваги приділяти виховним заходам, присвяченим здоровому способу життя, правильному харчуванню, проведенню дозвілля, заняттям спортом. Аналіз літератури з проблеми спонукає до висновку, що ефективність того чи іншого підходу визначається тим, наскільки добре розроблені технології та вміло застосовуються на практиці. Розглянемо деякі з підходів, що під силу застосовувати на практиці вчителям природничих дисциплін:

Представлення інформації. Цей підхід заснований на тому, що учнів інформують про конкретні ситуації, які становлять небезпеку. У цьому підході можуть використовуватися різні методи й технології, зокрема такі, що базуються на формуванні оптимального страху.

Виховання протидії психоактивним речовинам. У цьому підході в дітей формуються вміння протистояти ситуаціям, що провокують вживання ПАР, а також негативне ставлення до вживання ПАР. Тренінг «Уміння говорити «ні» дозволяє підготувати учня до ситуацій, коли його схилитимуть до вживання ПАР. Проте необхідно пам'ятати, що вміння без відповідного негативного ставлення до ПАР не може бути гарантом успіху. Також відомо, що діти, в основному, самі вибирають собі друзів, і це більш значущий чинник, ніж уміння говорити «ні». Тому необхідно в учня створити потребу не вступати в контакт з тими підлітками, які мають неодноразовий досвід вживання ПАР.

Надання альтернативи. Підхід базується на думці, що коли діти будуть зайняті якоюсь цікавою діяльністю, то в них не буде ні часу, ні бажання вживати ПАР. Дітям надається широка можливість займатися спортом, наукою, мистецтвом, подорожувати тощо (різні альтернативи, які повинні запобігти вживанню ПАР). Бажано, щоб в альтернативних програмах передбачався розвиток відповідних якостей особистості.

Апеляція до цінностей і знань. Найбільш важлива мета в профілактиці вживання ПАР — це формування в дітей стратегічних ціннісних соціально значущих орієнтацій. Коли в дитини є мета досягти чогось важливого в житті, то тоді вона сама прагнучиме підпорядкувати своє життя досягненню цієї мети. Справа ускладнюється тим, що в теорії і практиці педагогіки немає зрозумілої й чіткої ієрархії цілей, пов'язаної з гендерними особливостями учнів. Можна сказати, що в даний час не дуже компетентними журналістами молоді нав'язуються вельми сумнівні цінності. Педагогіка не визначила своєї позиції з цього питання. Тому молодь, не маючи орієнтирів у житті (або маючи спотворені орієнтири), вибирає для себе засіб відходу від дійсності, життя в світі ілюзій. У той самий час, дослідження показують, що підхід, заснований на апеляції до цінностей дітей, є ефективним.

Створення відповідної атмосфери. Передбачаються вміння вчителів створювати в класі сприятливу для учнів атмосферу, ставлення до учнів, засноване на любові, пошані, оптимальній вимогливості й справедливості. Такій підхід вимагає від учителя високого рівня професійної культури, що включає духовну, моральну, інтелектуальну, психологічну, комунікативну та інші підкультури.

Використання змісту навчального предмета. Зміст будь-якого уроку може використовуватися в профілактиці вживання ПАР. Такі можливості мають уроки літератури, ОБЖ, біології, історії, права та ін.

Упровадження інноваційних педагогічних технологій. Є багато педагогічних технологій, які дозволяють включати учнів у цікаву, неконфліктну, кооперативну роботу на уроці: робота в парах, малих групах тощо. Введення ефективних технологій навчання, за яких кожен учень буде успішним, дозволить уникнути девіантної поведінки. Особливу увагу необхідно приділити технологіям оцінювання. Несправедливе, на думку учнів, оцінювання буває причиною девіантної поведінки, у тому числі й вживання ПАР. Потрібна відповідна робота з учителями для того, щоб вони навчилися створювати на уроках ситуації успіху для кожного учня.

Організація позакласної навчально-пізнавальної діяльності. Залучення учнів у різні гуртки за інтересами не залишить часу на пошуки та вживання ПАР.

Організація виховних заходів (тематичні вечори, зустрічі з успішними людьми, екскурсії, подорожі, відвідування театру, виставок тощо), спрямованих на культивування здорового й цікавого способу життя, формування оптимістичного характеру, вміння долати труднощі.

Залучення учнів у процеси самоврядування дозволить виховувати самостійність мислення, почуття відповідальності за власні вчинки, відчуття причетності до всього, що відбувається в школі, країні, суспільстві. Формуються навички приймати рішення, діяти в різних життєвих ситуаціях. На рівні класу можна організувати систему самоврядування, в якій у кожного учня буде якась роль (відповідальний за поведінку, чистоту, відвідування, затишок, успішність, дозвілля тощо). Правильно організована система самоврядування дозволяє створити атмосферу відторгнення шкідливих звичок.

Співпраця педагогів з батьками передбачає обговорення проблем у вигляді бесід, семінарів, конференцій щодо створення в сім'ї атмосфери любові, поваги, заснованої на оптимальній вимогливості та справедливості.

Кожен з підходів позитивно впливає на залучення учнів до здорового способу життя, але профілактика залежності від ПАР буде ефективною, на нашу думку, лише за умови їх систематичного й комплексного застосування.

Висновок. Отже, організовуючи первинну профілактику залежності підлітків від ПАР, учителю важливо враховувати, що основним напрямом має бути розширення життєвого простору підлітка шляхом активного залучення його в життя соціуму, формування в нього основних цінностей здорового способу життя. **Напрямами подальших досліджень** визначаємо методичну підготовку майбутніх учителів природничих дисциплін до здійснення первинної профілактики залежності підлітків від психоактивних речовин.

Література

1. Генкал С. Є. Методологічні підходи до реалізації змісту біологічної освіти в профільних класах / С. Є. Генкал // Сучасні інформаційні та інноваційні технології та методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми: Збірник наукових праць. – Випуск 26. – Київ-Вінниця: ТОВ фірма «Планер», 2010. – С. 20-25.
2. Гоголева А.В. Аддиктивное поведение и его профилактика / Альбина Васильевна Гоголева. – М.: МПСИ, 2002. – 238 с.
3. Зобенько Н. А. Формування здорового способу життя як передумова профілактики девіантної поведінки підлітків / Наталія Анатоліївна Зобенько / Підготовка соціальних працівників до формування здорового способу життя дітей та молоді. Збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Черкаси: ЧНУ, 2006. – 220 с.
4. Коршок С. І. Впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховний процес / С. І. Коршок // Психологічна газета. – 2010. – №7. – С.3-8.
5. Леонтьєва О. Педагогічні умови й шляхи формування здорового способу життя підлітків / Олена Леонтьєва // Рідна школа. – 2004. – №3. – С.15-16.
6. Максименко С. Д. Психологічні засади пропагування психогігієнічного виховання і здорового способу життя молоді / Максименко С.Д. // Практична психологія та соціальна робота. – 2008. – №6. – С.72-75.
7. Максимчук Б. А. Формування системи світоглядного ставлення майбутнього вчителя до здорового способу життя / Максимчук Б. А. // Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія «Педагогіка. Соціальна робота». – Ужгород: УжНУ, 2011. – № 20. – С. 385 – 388.
8. Навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок через систему шкільної освіти: оцінка ситуації / О. М. Балакірева, Л. С. Ващенко, О. Т. Сакович та ін. – К. : Державний ін-т проблем сім'ї та молоді, 2004. – 108 с.
9. Нагорна А.М., Беспалько В.В. Профілактика наркоманії серед підлітків: Навчальний посібник. – Видання 2-е, доповнене – Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2003. – 184 с.
10. Тихенко Л. Інтегративний підхід до навчання дітей здорового способу життя / Лариса Тихенко // Початкова школа. – 2007. – №6. – С.33-36.
11. Ходоса В. Творча програма «Формування здорової свідомої особистості» / Валентина Ходоса, Людмила Гапченко // Директор школи. – 2007. – №45(477). – С.3-26.