**Технология профилактической работы социального педагога в школе по преодолению аддиктивного поведения подростков**

Проблема аддиктивного поведения в современном мире является одной из самых актуальных и труднорешаемых. Что такое аддиктивное поведение?

Аддиктивное поведение (зависимость) - стремление изменить ситуацию психологического дискомфорта искусственным образом: с помощью приема каких-либо веществ или осуществляя какой-либо вид деятельности. Этот процесс сильно затягивает человека, и он становится безвольным и беспомощным перед своим пристрастием. Человек, испытывающий трудности в адаптации к изменяющимся условиям жизни, чаще выбирает аддикцию. Такому индивидуму проще уйти от проблемы, чем начать принимать какие-либо действия по решению возникшей проблемы.

Аддиктивное поведение – одна из самых распространенных проблем в подростковой среде, с которой сталкиваются педагогические работники образовательных учреждений. Психика подростка ещё не полностью сформирована, он учится осознавать себя частью общества, общаться в социуме. Идет непрерывный процесс адаптации к взрослой жизни. В подростковом возрасте происходит гормональная перестройка всего организма, которая несомненно оказывает влияние на физиологические и психические процессы, проходящие в детском организме.

Известно, что подростки с низкой переносимостью психологических затруднений плохо адаптируются к быстрой смене жизненных обстоятельств и в связи с этим хотят наиболее легким способом достичь психологического и физического комфорта. Это становится стартовой «линией» для начала формирования аддикции у ребенка. С целью достижения «легкого» психологического комфорта начинается формирование зависимостей от различных объектов, которые создают иллюзию «душевного» комфорта и оторванности от проблем, возникающих в реальной жизни. Такими объектами могут выступать: компьютерные игры, употребление психически активных веществ, зависимость от социальных сетей и т.д.

Аддикция бывает двух видов:

* химическая - употребление химических веществ, оказывающих влияние на психику (алкоголь, табак, курительные смеси, наркотики, нюхательные смеси);
* психологическая - всевозможные отклонения в поведении, приводящие к разрушению психики (компьютерная зависимость, азартные игры, религиозный фанатизм, трудоголизм).

Наличие аддиктивного поведения подростка указывает на нарушенную адаптацию ребенка к изменяющимся условиям жизни.

И если у ребенка наблюдается поведение, характеризующееся хотя бы одной из указанных выше зависимостей, это значит, что подросток нуждается в помощи.

Исходя из выше сказанного в каждой образовательной организации одним из приоритетных направлений в решении проблем, связанных с формированием негативной зависимости, является профилактика аддитивного поведения обучающихся.

Профилактика - это совокупность предупредительных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление нормального состояния. Чем раньше начать принимать предупредительные меры, тем более эффективной будет профилактика. Профилактическая деятельность аддиктивного поведения направлена на работу с детьми, родителями (законными представителями) и педагогическим коллективом образовательной организации.

Профилактическая работа с подростками включает в себя:

1. Диагностический этап.
2. Просветительский этап
3. Коррекционный этап

Своевременная диагностика аддиктивного поведения позволяет на ранних этапах выявить детей склонных к зависимости. Полученные результаты диагностики являются основой для планирования последующей профилактической работы с подростком, и по окончании запланированных мероприятий позволяют сделать выводы о достижении поставленной цели и оценке результативности проделанной работы.

Диагностическая работа начинается в начале каждого учебного года с проведения социально-психологического тестирования детей. По результатам проведенной диагностики для подростков, которые попали в зону риска разрабатывается план индивидуально-профилактической работы, в который включены мероприятия программы по организации профилактической работы с детьми, имеющими высокий риск по результатам социально психологического тестирования «Подушка безопасности»

Программа направлена на развитие у участников способности к рефлексии, на укрепление чувства общности в группе, стимуляцию осознания участниками собственных стратегий поведения, реализацию первичной профилактики суицидального поведения.

Программа реализуется в формате тренингов, мини-лекций, групповых дискуссий, творческих заданий, индивидуальной работы. Ожидаемые результаты измеряются в шкалах Социально-психологического тестирования, а также дополнительными методиками, дублирующими тестирование, непосредственно перед и после тренинговой части программы.

Кроме этого с обучающимися школы проводятся следующие диагностики:

- Диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел)

-Тест-опросник «Аддиктивная склонность», В.В. Юсупов, В.А. Корзуни

В начале учебного года совместно с классными руководителями проводится работа по сбору информации о положении ребенка в семье, о характере семейных взаимоотношений, о составе семьи подростка, об интересах детей в целях построения работы по оказанию психологической помощи ребенку в случае необходимости.

Одной из значимых мер профилактики является просветительская деятельность.

Очень важным этапом является вовлечение подростков в совместную деятельность под руководством педагогических работников. В нашей школе активно развивается волонтерский клуб «Вместе делаем добро».

Ребята, входящие в актив клуба, ведут просветительскую деятельность: сами рассказывают своим сверстникам о причинах и последствиях аддикции. Волонтеры призывают ценить и сохранять собственное здоровье, развивать свой кругозор и познавательную деятельность. Очень важным моментом является то, что сверстник просвещает сверстника. Именно в подростковом возрасте дети хотят выйти из-под опеки родителей и других взрослых, и для подростка становится более значимыми его ровесники, к мнению которых он больше прислушивается.

Положительное влияние оказывает данная деятельность и на ребят, занимающихся просветительством. Подростки, вовлеченные в волонтерство, чувствуют себя значимыми, у них повышается уровень самооценки, они зарабатывают авторитет и одобрение у сверстников.

Помимо волонтеров, профилактические мероприятия проводят сотрудники социально-психологической службы и классные руководители. Главными целями в профилактической работе являются:

- подача правильной и полной информации про разного рода аддикции.

- развитие самоконтроля и саморегуляции у подростков.

Подростки должны быть уверенными в себе, своих силах и возможностях. Умение вести себя правильно в стрессовых ситуациях, умение контролировать себя, уверенность в себе помогут подростку справляться со сложностями, которые могут привести его к аддикции. С этой целью для учащихся 7-9 классов было проведено занятие «В контакте с собой», которое дало возможность ребятам разобраться в себе, понять свои чувства, научиться контролировать свои эмоциями, поверить в себя и свои способности. Ребята учились правильно понимать других людей. Но самое главное, что на данном занятии подросткам объяснили на сколько важно уметь говорить «нет» и как правильно это делать. Подростки, которые не умеют говорить «нет» легко поддаются манипуляциям и их проще склонить к аддиктивному поведению.

Так же проведен трехчасовой тренинг «Мои возможности». Где дети учились ставить цели на ближайшее время и на длительный промежуток времени. Ребята разработали вариант правильного пути, который способствует достижению целей. Тренинг оказался очень актуальным для подростков. Как выяснилось в процессе тренинга, многие ребята даже не задумывались о своих целях, по их словам они просто плыли по течению. Именно такая категория подростков более склонна к аддикции, а ребята, которые знают, что они хотят в будущем, кем они хотят стать, когда вырастут, как всего этого добиться менее склонны к разного рода аддикциям. Результаты, с которыми дети подошли к окончанию тренинга, показали очень хороший уровень. Я думаю, что такую работу, по возможности, надо проводить чаще.

Важно следить за тем, чтобы подростки не были предоставлены сами себе. Здесь особую роль играет правильная организация досуга. Для подростков досуг - это возможность показать себя с другой стороны, почувствовать себя независимым, свободным. В процессе досуга подростки более открыты для различных воздействий на них. Это позволяет влиять на мировоззрение и нравственность подростка.

Творческое самовыражение личности подростки реализуют при вовлечении их в организации общешкольных и классных мероприятий.

В рамках внеурочной деятельности для учащихся 9-10 классов традиционно проводится «круглый стол». Во время заседания учащиеся составляют памятки для родителей подростков, помогающие предупредить возникновение аддиктивного поведения у детей. Ребята подходят к этому вопросу очень серьёзно. Здесь стимулирующим к работе фактором является нестандартная ситуация: не родители учат детей как себя правильно вести в предложенных жизненных обстоятельствах, а сами дети помогают родителям поступить правильно. Этот процесс проходит очень активно, в захватывающей дискуссии: ребята много спорят и рассуждают о проблемных ситуациях. На таких «живых» занятиях дети раскрываются с разных сторон, рассказывают о каких-то своих ошибках и о том, как они поступили в сложившейся ситуации. Каждый год формулировка рекомендаций претерпевает изменения, вносятся коррективы, но содержание остается прежним. Распечатанные Памятки распространяются среди родителей на родительских собраниях.

В целях  формирования у учащихся устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и ответственному отношению к нему, ежегодно проводится «неделя здоровья». Пропагандируя здоровый образ жизни, делается акцент на занятия спортом, здоровый режим труда и отдыха и активный досуг без вредных привычек.

Нельзя забывать и про работу с родителями (законными представителями). Проводимая работа должна быть активной и разнонаправленной. Многие понимают, что одной из причин, которая приводит подростка к аддиктивному поведению является неблагополучные факторы воспитания ребенка в семье. В целях реализации взаимодействия учебного заведения с родителями (законными представителями) школа работает по Программе «Дистанционная школа для родителей обучающихся «Школа для родителей» (Горячкова С. А., Брюхова Ю. П., Сторожева Н. Н., Панкратова Г. В.)

Программа направлена на просвещение родителей (законных представителей) по вопросам психологии и воспитания подрастающего поколения, на развитие родительской ответственности.

Программа знакомит родителей с возрастными особенностями развития детей школьного возраста с учетом индивидуальных особенностей ребенка. В программе рассматриваются вопросы профилактики вредных привычек и зависимостей, меры профилактики стрессовых расстройств. Программа формирует представления о семейных ценностях человека, правах и обязанностях ребенка и родителя.

В рамках программы происходит знакомство родителей с особенностями взаимоотношений детей подросткового возраста, дается анализ различных ситуаций общения с ребенком, порядок действий в конфликтной ситуации. В программе применяется очно-заочная форма работы с использованием сети «Интернет» путем проведения вебинаров, видео-конференц-связи. Данная программа рассчитана на 15 лекций, 11 практических занятий, 6 самостоятельных работ.

Эффективными в работе с родителями являются и беседы, проводимые на родительских собраниях. Со сведениями, которые размещены на сайте школы, в различных официальных социальных группах родители не всегда ознакамливаются, поэтому информация освещается и в рамках родительских собраний.

На собраниях родители знакомятся с информацией о психологических особенностях подростка, о возможных трудностях, с которыми ребенок может столкнуться в подростковом возрасте. Обсуждается роль родителей в жизни подростка, насколько важны эмоционально теплые отношения, когда подросток уже и не маленький ребенок, но и не взрослый человек. В ходе диспутов родители пробуют найти решение проблемы: как найти середину между гиперопекой и безразличием. Как стать другом своему ребенку, которому он будет доверять и делиться самым сокровенным.

Другой значимой составляющей работы по профилактике аддиктивного поведения является работа с педагогическим коллективом. Контакт прежде всего начинается с установления доброжелательных и доверительных отношений. При позитивных отношениях между сотрудниками в коллективе, работа по профилактике аддиктивного поведения подростков будет более слаженная и эффективная.

Педагог-психолог на основе результатов диагностики дает рекомендации педагогическим работникам как правильно взаимодействовать с определенными подростками.

Также для учителей проводится семинар-практикум «Эффективное взаимодействие с подростками группы риска», способствующий развитию психологической компетенции педагога во взаимодействии с детьми группы риска и освоению стратегий взаимодействия.

В заключении хочу процитировать слова доктора Хаим Гинотта «Дети похожи на мокрый цемент. Все, что на него попадает, оставляет свой отпечаток».

Классные часы гуманитарного цикла говорить о ценности

жизни, о неповторимости каждого человека, о позитивном прогнозе будущего, умении программировать свой успех – с конкретными примерами и фактами из жизни, художественной литературы и СМИ. Такая работа способствует формированию позитивного мироощущения.

- Занятия с элементами тренинга с использованием инновационных методов арттерапии, кинотерапии, мульттерапии, флеш-тренинга, психогимнастики, настольных игр «ИЛАРТ», метофорических карт.

-Занятия по программе «Сталкер».

- Тематические конкурсы рисунков «Жизнь прекрасна», «Традиции в моей семье».

- Акции «Телефон доверия», «Защита», акции по линии РСМ.

- Организация волонтерского движения «Я за здоровый образ жизни».

 -Родительские собрания и консультации для родителей:

«Конфликты в семье и способы их разрешения», «Ошибки семейного воспитания», «Подростковая авитальная активность», «Детская агрессия».

- Лектории для подростков с привлечением инспекторов ПДН по теме «Подросток и закон».

-Оформление стендов для родителей и детей, подготовка материала для сайта школы, публикации в местных газетах.

-Социально-психологический патронаж с целью отслеживания бытовых условий и психологического микроклимата в семье»

Только комплексная работа специалистов совместно с родителями по профилактике аддиктивного поведения, своевременной психодиагностики и эффективной коррекции могут дать положительные результаты.