

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образование учреждение
высшего образования
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ-
филиал Сибирского федерального университета

Кафедра психологии развития личности
кафедра

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

Н.В. Басалаева
подпись инициалы, фамилия

« 01 » 02 2023г.

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА

44.05.01 Педагогика и психология девиантного поведения
код-наименование специальности

ПРОФИЛАКТИКА ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ
ПОДРОСТКОВ

Руководитель	<u>Н.В. Басалаева</u> подпись, дата	зав. каф., канд. психол. наук должность, ученая степень	<u>Н.В. Басалаева</u> инициалы, фамилия
Выпускник	<u>Т.П. Акишева</u> подпись, дата		<u>Т.П. Акишева</u> инициалы, фамилия
Рецензент	<u>Н.С. Данилюк</u> подпись, дата	директор МБОУ СШ 31 должность, ученая степень	<u>Н.С. Данилюк</u> инициалы, фамилия
Нормоконтролер	<u>Ж.А. Левшунова</u> подпись, дата		<u>Ж.А. Левшунова</u> инициалы, фамилия

РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Профилактика зависимого поведения у старших подростков» содержит 94 страницы текстового документа, 53 использованных источника, 6 приложений, 1 таблицу, 30 рисунков.

АДДИКЦИЯ, ЗАВИСИМОЕ ПОВЕДЕНИЕ, СТАРШИЕ ПОДРОСТКИ, АДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, ПРОФИЛАКТИКА ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ.

Зависимости являются непреодолимой преградой на пути человека к полной самореализации, психологическими причинами личных катастроф, моральных разрушений, различных заболеваний. Особую озабоченность вызывает проблема зависимого поведения подрастающего поколения: аддикции возникают уже в подростковом возрасте, охватывают собой все больший школьников, оказывая непосредственное влияние на их личностные особенности.

Цель работы: изучение зависимого поведения у старших подростков и его профилактика.

В результате исследования была проанализирована психолого-педагогическая литература; проведено экспериментальное исследование, направленное на выявление склонности к зависимому поведению у старших подростков. На основе полученных результатов диагностического исследования разработана и реализована система занятий «Выбор за мной».

Сопоставляя результаты первичной и повторной диагностики, мы констатируем, что реализованная нами система занятий оказалась эффективной для снижения склонности к зависимому поведению у старших подростков, следовательно, может быть использована в практике педагога-психолога в рамках образовательной организации.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
1 Теоретические аспекты изучения зависимого поведения у старших подростков и его профилактики.....	9
1.1 Зависимое поведение: понятие, характеристика.....	9
1.2 Причины и проявления зависимого поведения у старших подростков.....	13
1.3 Методы профилактики зависимого поведения у старших подростков.....	21
2 Экспериментальное изучение зависимого поведения у старших подростков и его профилактика.....	28
2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики.....	28
2.2 Система занятий, направленных на профилактику зависимого поведения у старших подростков.....	48
2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики.....	58
Заключение.....	64
Список использованных источников.....	68
Приложение А Структура зависимого поведения (авторы – Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева).....	75
Приложение Б Классификация зависимых форм поведения (авторы – Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева).....	76
Приложение В Механизмы развития зависимого поведения (авторы – Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева).....	77
Приложение Г Результаты первичной диагностики зависимого поведения у старших подростков.....	78
Приложение Д Тематический план системы занятий «Выбор за мной».....	85
Приложение Е Результаты повторной диагностики зависимого поведения у старших подростков.....	87



ВВЕДЕНИЕ

Актуальность выпускной квалификационной работы predetermined широким распространением различного рода зависимостей среди населения. Зависимости являются непреодолимой преградой на пути человека к полной самореализации, психологическими причинами личных катастроф, моральных разрушений, различных заболеваний.

Особую озабоченность вызывает проблема зависимого поведения подрастающего поколения: аддикции возникают уже в подростковом возрасте, охватывают собой все больший школьников, оказывая непосредственное влияние на их личностные особенности. Список зависимостей, распространенных среди молодых людей, чрезвычайно разнообразен. Широкое распространение получила интернет-зависимость, в особенности – зависимость от популярных социальных сетей: Facebook, Twitter, Instagram, Вконтакте, Одноклассники и других. Чрезвычайно опасны наркотическая и алкогольная зависимости, несущие в себе потенциальную угрозу нашему генофонду. Пищевые зависимости (анорексия, булимия) оказывают непосредственное влияние на здоровье подрастающего поколения. Опасна такая зависимость, как гемблинг (страстная тяга к азартным играм), который разрушает судьбы многих молодых людей.

Особо актуален вопрос зависимого поведения для старших подростков, поскольку подростковый возраст чрезвычайно важен и значим в становлении личности. Одним из решающих вопросов данного возрастного этапа является самоопределение, когда старшеклассник, осознав действительность, начинает осознавать себя и свое место в мире, в который он пришел, свое назначение и собственную ценность в жизни. Все это происходит на фоне полового созревания, что обеспечивает половую самоидентификацию старшеклассника и определение своей роли в жизни, исходя из мужской или женской позиции.

Социальное воспитание и физиологические изменения приводят к новообразованиям в поведенческих реакциях, которые сопровождаются

неадекватной самооценкой, неуверенностью либо излишней уверенностью в своих силах, отрицанием ранее принятых идеалов, изменением системы ценностей, неприятием собственного прошлого и неуверенностью в будущем. Все это является благодатной почвой для развития зависимостей.

«Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (далее – Стратегия) призывает повысить эффективность воспитательной деятельности в системе образования субъектов Российской Федерации; сформировать социокультурную инфраструктуру, содействующую успешной социализации детей и интегрирующую воспитательные возможности образовательных, культурных, спортивных, научных и других организаций [38].

Указом Президента Российской Федерации от 23 ноября 2020 г. № 733 утверждена Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года, направленная на формирование в обществе осознанного негативного отношения к незаконному потреблению наркотиков. Наряду с нормативно-правовыми, правоохранными, медицинскими и иными аспектами, Стратегия предусматривает педагогические и воспитательные направления работы. Реализация положений Стратегии осуществляется по пяти приоритетным направлениям, одним из которых является профилактика незаконного потребления наркотиков через совершенствование психолого-педагогических программ, внеурочную и воспитательную работу, реализацию проектов и практик духовно-нравственного воспитания, активное привлечение общественности к деятельности по данному направлению [47].

В связи со сложившейся ситуацией возникает настоятельная необходимость профилактики зависимого поведения у старших подростков.

Сказанное подчеркивает актуальность темы настоящей выпускной квалификационной работы, ее теоретическую и практическую значимость.

Цель исследования: изучение зависимого поведения у старших подростков и его профилактика.

Объект исследования: зависимое поведение как психологический феномен.

Предмет исследования: профилактика зависимого поведения у старших подростков.

Для реализации поставленной цели и проверки выдвинутой гипотезы в работе решаются следующие задачи:

1. Рассмотреть сущность понятия «зависимое поведение» в психолого-педагогическом контексте.
2. Определить причины и проявления зависимого поведения у старших подростков.
3. Охарактеризовать методы профилактики зависимого поведения у старших подростков.
4. Провести экспериментальное исследование склонности старших подростков к зависимому поведению.
5. Составить и апробировать систему занятий, направленных на профилактику зависимого поведения у старших подростков, определить ее эффективность.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические методы: «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая); тест «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев); опросник «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева); констатирующий и формирующий эксперименты.
3. Методы количественной и качественной обработки результатов.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

- научные работы по проблеме зависимого поведения следующих ученых:
В.В. Барцалкиной, Н.В. Дмитриевой, Е.В. Змановской, Ц.П. Короленко, В.Д. Менделевича и других;

- научные изыскания в области личностных особенностей старших подростков с зависимым поведением следующих ученых: С.А. Амбаловой, Ю.Н. Анферовой, Е.С. Джиба, Д.Н. Кулаковской, В.Б. Орлова, Ю.П. Реутовой и других;

- исследования особенностей психолого-педагогической профилактики зависимого поведения следующих ученых: М.Р. Битяновой, Н.С. Глуханюк, Е.В. Казаковой, Р.В. Овчаровой и др.

Эмпирическая база исследования представлена МБОУ «СШ № 31» г. Красноярск. Исследование проводилось в сентябре 2022 г. – январе 2023 г.

Выборка представлена старшими подростками в количестве 32 человек. Возраст испытуемых – 15-16 лет.

Этапы исследования:

1 этап (сентябрь 2022 г.) – изучение теоретических аспектов проблемы аддиктивного поведения старших подростков, определение категориального аппарата, определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики склонности к зависимому поведению у старших подростков.

2 этап (октябрь 2022 – январь 2023 г.) – разработка и реализация системы занятий, направленной на профилактику зависимого поведения у старших подростков.

3 этап (январь 2023 г.) – проведение повторной диагностики склонности к зависимому поведению у старших подростков, анализ полученных результатов исследования, определение результатов профилактической работы со старшими подростками, склонными к зависимому поведению, формулирование выводов, оформление выпускной квалификационной работы.

Результаты исследования представлены на V Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития человека в современном обществе» (Лесосибирск, 2022). По теме работы опубликована 1 научная статья.

Практическая значимость выпускной квалификационной работы обусловлена тем, что в ней проанализирован и систематизирован материал по проблеме зависимого поведения у старших подростков. Разработана система занятий, направленная на профилактику аддиктивного поведения у старших подростков. Полученные в ходе исследования данные можно использовать психологам, социальным педагогам в практической работе со старшими подростками, имеющими зависимое поведение, а также материал, представленный в работе, могут применять студенты при подготовке к занятиям, написанию докладов, курсовым и дипломных работ.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников, включающего 53 наименования и 6 приложений. В работе содержится 1 таблица и 30 рисунков. Общий объем работы составляет 94 страницы.

Глава 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ И ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ

1.1 Зависимое поведение: понятие, характеристика

Понятие «зависимое поведение» появилось в научной литературе в 80-х годах XX века. Изначально данный термин означал чрезмерное употребление веществ, таких, как табак, алкоголь, вызывающих психические реакции организма индивида в виде эйфории, безмятежного состояния. Впоследствии в понимании названного термина произошли различные трансформации.

Зависимое поведение, по мнению Е.В. Змановской – «вид отклоняющегося, саморазрушающего поведения, связанного с состоянием измененного сознания деформированной формой удовлетворения потребностей через психоактивные вещества» [19, с. 47].

Суть зависимого поведения, с позиции В. Д. Менделевича, заключается в том, что «стремясь уйти от реальности, люди пытаются искусственным путем изменить свое психическое состояние, что дает им иллюзию безопасности, восстановления равновесия» [41, с. 10].

По этому поводу Ц.П. Короленко и Н.В. Дмитриева отмечают: «человек «уходит» от реальности, которая его не устраивает. Неудовлетворяющая реальность - это в каком-то смысле всегда внутренняя реальность, так как и в случаях, когда речь идет о внешней «средовой» реальности, последняя воспринимается, осознается или производит эффект на подсознание, приводя к возникновению того или иного вызывающего дискомфорт внутреннего психического состояния, от которого у человека возникает желание избавиться» [22, с. 30].

В качестве синонима зависимого поведения используется термин «аддиктивное поведение», берущий начало в английском языке («addictus»), в буквальном переводе трактуемое как «пагубная привычка, страсть». Названный термин применяется по отношению как к веществам, так и действиям. Так, в

современной интерпретации говорят об аддикциях к пище (булимия), покупкам (шопоголизм), работе (трудоголизм), азартным играм (игромания) и т.д.

Проблематика зависимого поведения красной нитью проходит через труды многих исследователей, которые рассматривают аддиктивное поведение как непосредственно, так и во взаимосвязи с иными видами отклоняющегося поведения. По мнению В.В. Барцалкиной, «объективно саморазрушающим поведением может оказаться постоянное тяготение к приключениям и риску, к острым ощущениям, к неизведанным переживаниям, неразборчивость в выборе знакомств» [6, с. 77].

Некоторые авторы разделяют аутодеструктивное поведение на прямое и опосредованное. К проявлениям прямого аутодеструктивного поведения Е.В. Змановская относит «курение, алкоголизацию, наркотизацию. Опосредованное аутодеструктивное поведение находит отражение в прогулах, побегах из дома и бродяжничестве, фанатическом увлечении рок-музыкой и быстрой ездой на мотоцикле» [19, с. 27].

Ю.П. Реутова рассматривает зависимое поведение как «начальный этап саморазрушения, аутодеструкции человека, когда привычка приобретает патологические формы, локализуясь на так называемом биологическом уровне организации личности человека – индивидуально-субъектном, представленном темпераментом, установками» [39, с. 380].

В структуру зависимого поведения исследователи включают ряд структурных компонентов. Во-первых, употребление какого-либо вещества или выполнение каких-либо действий, именуемых «аддиктивными агентами», которые позволяют индивиду уйти от реальности, почувствовать эйфорию, кайф, расслабленность, т.е. изменить свое сознание. Во-вторых, формирование пристрастия к данному аддиктивному агенту, стойкой пагубной привычки к нему. В-третьих, полная зависимость от аддиктивного агента (Приложение А).

Как и любой психологический феномен, зависимое поведение имеет ряд классификаций.

Авторы С.В. Тигров, О.В. Юдина приводят классификацию с позиций наркологии, где зависимости делятся на физические и психические. Для первых характерна физическая реакция организма индивида на отмену приема аддиктивного агента в виде определенных реакций: жажда похмелья у алкоголиков, ломка у наркоманов. В свою очередь, зависимость психологическая находит выражение «не в физическом состоянии организма, а в невозможности устоять перед предметом зависимости, постоянное желание вновь получить уже пережитые эмоции» [45, с. 156].

Классификация применительно к отношению социума делит зависимое поведение на социально неодобряемое и социально одобряемое. К первым следует отнести наркотическую, алкогольную, табачную зависимости. Авторы Н.В. Дмитриева, Л.В. Левина пишут, что «к социально одобряемым зависимостям, то есть зависимостям которые не вызывают неприятных ассоциаций у общественности, можно отнести трудоголизм, занятия экстремальными видами спорта» [15, с. 65].

С точки зрения личностного подхода В.В. Барцалкина говорит о неосознанной и осознанной зависимостях: «Неосознаваемая зависимость чаще всего встречается в случае имеющейся у человека психологической зависимости, когда человек даже не задумывается о том, что у него существует данная проблема» [6, с. 78].

Ц.П. Короленко и Н.В. Дмитриева классифицируют зависимости на химические и нехимические [22]. Анализ рисунка, представленного в Приложении Б, показывает, что зависимое поведение личности представлено широкой группой различных форм активностей, но, несмотря на это, основа возникновения и развития аддикций может быть сведена к общему механизму, т.е. стремлению к изменению психического состояния, которое чем-то дискомфортно для индивидуума.

Химические зависимости включают прием определенных веществ, наиболее распространенной среди которых, как в России, так и во всем мире, является злоупотребление психоактивными веществами (далее – ПАВ).

В статье А.Ю. Егорова представлен ряд статистической информации относительно ПАВ. В частности, Всемирная организация здравоохранения (далее – ВОЗ) констатирует омоложение лиц, смерть которых напрямую зависит от злоупотребления алкогольными напитками. Особую озабоченность вызывает тот факт, что в данную группу входят молодые люди в возрасте от 15 до 29 лет. Кроме этого, ВОЗ свидетельствует о колоссальном числе людей, употребляющих на постоянной основе ПАВ, которых по оценкам экспертов насчитывается 15 миллионов человек. Также А.Ю. Егоров приводит статистику по фактам инъекционной формы употребления наркотических веществ, которые зафиксированы более, чем в 140 странах. Причем во всех этих странах зарегистрирован рост ВИЧ-инфицированных граждан, что является показателем распространения данной пагубной привычки. Приведенные А.Ю. Егоровым данные наглядно показывают значимость и злободневность зависимости от ПАВ, как в России, так и во всем мире [17].

К нехимическим относят зависимости, которые складываются в отношении какого-либо определенного поведенческого процесса. В вышеупомянутой статье А.Ю. Егорова приводятся статистические данные о наличии 200 видов данных зависимостей. Наиболее распространены патологическая тяга к работе (трудоголизм), страсть к азартным играм (игромания, или гэмблинг), религиозный фанатизм, отказ от приема пищи (булимия, вызывающую анорексию) и иные [17].

Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева пришли к выводу, что развитие и возникновение как химических, так и процессных зависимостей имеет общий алгоритм (Приложение В). Как видно из рисунка, основной причиной развития зависимостей является стойкая фиксация на отрицательных эмоциях [22].

Таким образом, зависимое поведение рассматривается в научной литературе как поведение, связанное с психологической или физической зависимостью от употребления какого-либо вещества или от специфической активности, с целью изменения психического состояния. Существует несколько классификаций зависимого поведения: в наркологии зависимости принято

рассматривать как психологические и физические, с точки зрения отношения социума к зависимому поведению выделяют социально одобряемое и социально неодобряемое поведение, Ц.П. Короленко и Н.В Дмитриева зависимости делят на химические и нехимические, В.В. Барцалкина выделяет осознанную и неосознанную зависимости.

1.2 Причины и проявления зависимого поведения у старших подростков

Вопрос определения возрастных границ подросткового возраста относится к разряду дискуссионных. Несмотря на актуальность и значимость проблематики границ подросткового возраста, данный вопрос не имеет единой интерпретации среди ученых. Различия в мнениях ученых продиктованы тем, что социальное развитие подростков находится в прямой зависимости от социально-экономического развития общества и происходящими в нем изменениями. Кроме этого, биологическое развитие подростков не является однородным: организм каждого конкретного индивида формируется в различных наследственных, климатических и иных условиях.

Сам термин «подростковый» этимологически восходит к латинскому термину «*adolescere*», в дословном переводе означающий «взрослеющий», «зреющий». Проблематика подросткового возраста уходит своими корнями в глубокую древность, занимая умы величайших мыслителей. К примеру, Аристотель в исследуемый возраст делил на два этапа: животный этап (с 7 до 14 лет) и разумный (с 14 лет до 21 года). В период животного развития у ребенка формируется тело, производится постановка движений, развиваются мыслительные процессы, воля, память. То есть к 14 годам подросток с физической точки зрения наиболее сформирован, в связи с чем, согласно учению Аристотеля, обучение в школе нужно начинать с этого возраста, но не раньше, как это производится в настоящее время [20].

Традиционным в науке является взаимосвязь начала подросткового возраста и появления вторичных половых признаков у ребенка. Окончание данного периода связывалось с моментом социального взросления. Для девушек данный жизненный этап означал выход замуж, для юношей – женитьбу, призыв на службу, начало трудовой деятельности. Впоследствии, по мере развития таких наук, как медицина и биология, началом подросткового возраста стало считаться появление вторичных половых признаков, а его окончание – их полным развитием.

В 1974 году международные эксперты на совещании Всемирной Организации Здравоохранения дали понятие подростковому возрасту как периода жизни, для которого характерны такие признаки:

- процесс полового созревания заканчивается: начало его связано с появлением вторичных половых признаков, а окончание характеризуется наступлением половой зрелости;

- поведение, свойственное детскому возрасту, изменяется на поведение, свойственное взрослым людям;

- социально-экономическая зависимость молодого человека от родителей исчезает, на ее место приходит социальная независимость.

В Конвенции о правах ребенка Генеральной Ассамблеи Организации Объединенных Наций (ООН), которая в 1990 году была ратифицирована нашим государством, регламентировано, что ребенок – это любой индивид, не достигших возраста 18 лет, за исключением тех случаев, когда совершеннолетие наступает раньше в соответствии с действующим законодательством [49].

Эксперты ООН определяют период подросткового возраста от 10 до 19 лет: ранний подростковый возраст: 10-14 лет, поздний подростковый возраст: 15-19 лет. Были определены два основных периода развития подростков:

- пубертатный – от того момента, когда начинают появляться вторичные половые признаки до полноценной способности к репродукции;

– социальный, который предполагает социализацию личности, обретение социальных навыков общения и социального взаимодействия.

Многочисленные исследования подросткового возраста предлагают разнообразные его трактовки и характеристики. Однако, для всех них единым является тот факт, что данный период представляет собой критический период онтогенетического развития взрослеющего организма.

Помимо этого, среди ученых нет единого понимания относительно кризиса подросткового возраста, его возрастных границ, причин возникновения и способов совладания с трудностями.

В периодизации Л.С. Выготского градация подросткового возраста рассматривается через периоды кризисов: кризис 13 лет, пубертатный возраст (13-17 лет), кризис 17 лет [9].

Принимая за основу такой критерий, как смена ведущих форм деятельности, в периодизации Д.Б. Эльконина выделяет период отрочества, который распадается на младший подростковый возраст (12-14 лет) и старший подростковый или раннюю юность (15-17 лет) [51].

Немецкий психолог Эрик Эриксон выделил восемь фаз в психосоциальном развитии человека, среди которых юности соответствует возраст от 13 до 19 лет, где ранний подростковый возраст: 13-15 лет, поздний подростковый возраст: 16-19 лет [52].

В научных трудах Л.И. Божович, весь подростковый возраст является кризисом и он представлен двумя основными периодами: младший подростковый возраст: от 12 до 15 лет, а также старший подростковый возраст: от 15 до 17 лет. Л.И. Божович пишет о том, что критические возрасты подростка сменяются стабильными и отдельно говорит об этих периодах стабильности и кризисов. При этом автор отмечает, что конечный возраст, в котором проходят все кризисы, установить невозможно в силу индивидуальности протекания всех этих процессов у каждого человека [7].

Таким образом, старший подростковый возраст – это период от 15 до 17 лет. Несмотря на разнообразие точек зрения относительно содержания

психических и физических новообразований данного возраста, все исследователи едины во мнении, что в этом возрасте индивиды особо восприимчивы к возникновению и развитию зависимого поведения.

Причины раннего развития зависимого поведения у старших подростков различны.

Во-первых, причиной зависимого поведения является наследственная предрасположенность. Так, у старших подростков, чьи родители злоупотребляют спиртными напитками, табаком, психоактивными веществами, зависимость развивается в 3-4 раза чаще по сравнению подростками, родители которых ведут здоровый образ жизни [1].

Во-вторых, причина зависимого поведения – это акцентуации характера, наследуемые от родителей и означающих мобилизационную активность внутренних сил организма, которые требуются для устранения противоречий, трудностей и преград, с которыми индивид вынужден взаимодействовать в обновленных условиях, когда у индивида возникают переживания, в основе которых лежит физиологическое основание, заключающееся в разрушении стереотипного образа и проблемах создания нового. Подростки с элиптоидным типом испытывают склонность к различным зависимостям, поскольку им присущи определенные изменения, которые зависимости вносит в окружающую социальную среду и которые необходимы для того, чтобы установить соотношение в потребностях индивида и обстоятельствах, действующих извне. Зависимости подростков с шизоидным типом заключаются во внутренних изменениях личности, оказывающих непосредственное влияние на приспособление ее к условиям внешней среды.

В-третьих, причина зависимого поведения кроется в психосоциальной сфере, в которой преобладают пагубное негативное влияние социума, а также дефекты системы воспитания, которые могут проявляться по-разному. На возникновение зависимого поведения старших подростков влияет неблагоприятная обстановка, складывающаяся в семье, где он воспитывается и проживает. Негативная обстановка ведет к подавлению личности молодого

человека. Такая обстановка складывается в семьях «группы риска», а также в тех семьях, где преобладающим стилем родительского воспитания является авторитарный, где имеет место насилие над подростком [46].

Здесь важно назвать и такую причину возникновения зависимого поведения, как гиперопека со стороны родителей и жесткий контроль, нарушающие ресурсный потенциал подростка. В широком понимании ресурсы человека связывают с понятием психологического пространства личности, поскольку построение психологического пространства требует некоторого уровня устойчивости и автономии поведения. Ресурсы дают личности возможность поддерживать самодетерминацию и определять ее как устойчивую к внешним и внутренним раздражителям [11].

Ресурсы подростка – это внутренняя территория человека, обусловленная личными гранями характера и возможностями психики. Границы ресурсов личности определяют способы и формы достижения этих ценностей. Эти явления и их индивидуальный смысл определяются спецификой социальной ситуации, в которой они проявляются. Поскольку эта зона в основном связана с мотивацией деятельности, между личностными гранями, независимо от их желания, должна быть определена определенная доминанта. Так как психическое пространство в большинстве случаев зависит от материальных факторов, то в нем выделяются эмоциональная и рациональная доминанты [33].

В-четвертых, детерминантой зависимого поведения старших подростков выступает негативное влияние со стороны окружающего его социума, прежде всего, сверстников. Социум – это та часть человека, с которой мы идентифицируем себя и которая составляет основу нашей личности, это не только устойчивость к внешним и внутренним раздражителям, но и обозначение границ нашей личности. Позитивное взаимодействие со сверстниками позволяют подростку не только противостоять негативным реакциям извне, но и исследовать свой внутренний мир. Для подростка важно ощущение принятия себя в коллективе, поскольку это источник его духовной и эмоциональной жизни. С психологической точки зрения, взаимодействие со

сверстниками – это особый психологический механизм, деятельность которого определяет структуру и направленность внимания и психической деятельности [40].

Ученым сообществом доказаны крайне негативные последствия приема ПАВ для подросткового организма, выражающиеся не только в многочисленных заболеваниях, но и влекущие изменения поведения, которое становится в ряде случаев потенциально опасным для окружающих. Это ведет к нарушению психологической безопасности личности, наличие которой является одним из важнейших факторов в жизни любого человека, обеспечивающее ему комфорт и безопасность.

В наше время нередки случаи буллинга – психологическая травля подростка, выражающаяся в словесных унижениях, распространении недостоверных отрицательных сведений, бойкотировании. Взаимодействие со сверстниками считается важным параметром развития (развития как социального, так и индивидуального) личности. Нарушение взаимодействия воспринимается как угроза самоидентификации, причем угроза настолько серьезная, что провоцирует появление ряда инстинктов запускающих процесс выстраивания самозащиты, а именно – возникновение аддиктивного поведения у подростка [25].

В-пятых, в качестве причин зависимого поведения следует указать на физиологические и психологические особенности, которые присущи юношам и девушкам. Указанному возрасту присущи изменения, происходящие в организме взрослеющей личности, а также изменения, свойственные для самой среды. Эти изменения носят биологический характер.

В-шестых, к зависимому поведению подростка приводит потребность в новых ощущениях. Так, сначала подростки употребляют ПАВ для того, чтобы убедиться на собственном примере в возникновении чувства эйфории. В дальнейшем прием перерастет в своеобразную групповую потребность: пока молодой человек не находится в своей компании – тяги к алкоголю, курению, психоактивным веществам он не испытывает, однако, при попадании в

привычную среду общения – желание принять алкогольный напиток, выкурить сигарету возобновляется. Такое влечение к новым ощущениям связывают с открытостью новому, саморазвитием, здоровым образом жизни. В случае угрозы социального окружения или же при наличии объекта, который является стрессогенным для данной личности, социальная среда может восприниматься скорее угрожающей. Угроза такого рода возникает извне, вызывая в людях чувство протеста и чувство неуверенности [18].

Быстрее, чем у взрослых, у старших подростков наступает анозогнозия, т.е. отрицание алкоголизма, они утрачивают способность контролировать количество выпитого. В отличие от взрослых, старшие подростки не уходят в длительные запои, однако, при больших дозах выпитого у них возникают тошнота и рвота [32].

Алкоголь, психоактивные вещества оказывают крайне негативное влияние на интеллект, психику и тело старшего подростка. Этанол ведет к нарушению образования новых нейронных связей, формирование которых происходит именно в этом возрасте. Подросток не только анализирует данные, видит или слышит, он также может судить, оценивать и понимать других. Именно через субъектность и индивидуальность личности подросток может начать процесс адекватного постижения реальности. Необходимы целостный интеллект, целостная сфера деятельности, которая позволит видеть мир и самих себя «извне». Субъектность и индивидуальность человека могут быть поняты только через призму ресурсного потенциала семьи, в которой и возникают специфические для этой сферы взаимосвязи [42].

Зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ приводит к нарушению деятельности всех органов и систем. У таких старших подростков чаще всего повышенное артериальное давление, тахикардия, аритмия. Молодые люди, злоупотребляющие алкоголем, страдают от гастрита, гепатита, панкреатита, пиелонефрита, цистита, уретрита. Кроме этого, ведение беспорядочной половой жизни влечет за собой распространение половых инфекций (гонорея, сифилис), нежелательные беременности [37].

Распространены в настоящее время среди старших подростков гемблинг (страстная тяга к азартным играм) и интернет-аддикции. Юноши и девушки могут часами играть в азартные компьютерные игры по сети, теряя ощущение реальности, не следя за временем, прогуливая без причины школьные занятия. Игромания при этом ведет к потере идентичности подростка. Идентичность представляет собой набор подходов и реакций человека, которые он выработал в процессе своей жизни. Идентичность же в этом значении рассматривается как фактор благополучия подростка, его психическое здоровье. Оно определяет тождественность человека самому себе. Сепарация от всего, вызывающего зависимости и слабости, является первым шагом к личной независимости подростка и, соответственно, к его стрессоустойчивости, т.к. каждый из нас представляет собой одновременно объект, субъект и сущность, состояние сепарации имеет свои преимущества и недостатки [24].

Интернет-аддикции выражаются в зависимости от мобильных телефонов и различных гаджетов, которые являются неотъемлемой частью современной действительности и без которых старшие подростки не мыслят своего существования. Юноши и девушки могут непрерывно просматривать публикации в различных социальных сетях, размещать там свои фото и видео с целью получения большого количества одобряемых реакций – «лайков». Очень часто подростки ради эффектных фото и видео идут на необоснованный риск, подвергая опасности свою жизнь и здоровье. Известны многочисленные примеры, когда молодые люди получали тяжелые травмы и даже погибали, пытаясь сделать фото на крыше дома, на краю обрыва, рядом с линией электропередач [3].

Распространена такая форма зависимого поведения, как шопинг, которая более свойственная девушкам, нежели юношам. Девушки-подростки становятся заложниками магазинов, бутиков, стараясь скупить максимальное число одежды, обуви, аксессуаров, косметики и иных вещей, в которых зачастую не имеют потребности.

Нередкими в современный период являются аддикции к еде. Так, при анорексии старшие подростки стремятся любой ценой снизить вес, постоянно ограничивают себя в еде и голодают, боясь поправиться. При булимии, напротив, они употребляют пищу в больших количествах, однако, сразу избавляются от нее путем вызывания рвоты. Все это ведет к нарушению нормального функционирования организма и заболеваниям [5].

Таким образом, обобщая теоретические источники, мы пришли к выводу, что причинами раннего развития зависимого поведения у старших подростков различны: наследственная предрасположенность, акцентуации характера и психопатии, психосоциальные факторы (деформации в системе воспитания родителями, негативное влияние ближайшего окружения, социальные установки и стереотипы), негативное влияние сверстников, физиологические и психологические особенности, свойственные молодым людям, потребность в новых ощущениях. Последствиями зависимостей старших подростков являются: наступление психопатологических расстройств, нарушение интеллекта и психики, проблемы в обучении, попадание в неблагоприятную социальную среду, возникновение аддиктивного поведения, нарушение деятельности всех органов и систем, наступление различных заболеваний.

1.3 Методы профилактики зависимого поведения у старших подростков

На современном этапе социально-экономического развития достаточно четко прослеживается динамичный рост зависимого поведения именно среди старших подростков. Это обуславливает необходимость профилактики и коррекции зависимого поведения посредством различных методов, которые можно обобщить в три группы [43] (рис. 1).



Рисунок 1 – Методы профилактики зависимого поведения

Далее представим сущностную характеристику представленных в таблице методов.

Методы, направленные на информирование о проблеме, включают в себя оказание всесторонней помощи подростку. основополагающей идеей данной помощи выступает создание условий для развития личности, свободной от зависимого поведения. Для того, чтобы помочь старшим подросткам противостоять возникновению аддикциям, издаются брошюры, листовки, буклеты, в которых специалисты вооружают молодых людей способами, приемами и методами по преодолению негативных состояний. В целях преодоления обозначенной негативной ситуации организуются консультационные беседы, брифинги, «гостиные», в ходе которых специалисты ведут разъяснительную работу о важности и значимости недопущения зависимого поведения [35].

Методы, направленные на развитие адаптивных стратегий и ресурсов эффективного совладания с трудными ситуациями, находят выражение в тренингах, семинарах, программах сопровождения.

Тренинг – это метод активного обучения, который направлен на развитие знаний, навыков и социального поведения. С.Н. Тихомиров тренинг рассматривает в качестве непрерывного, организованного процесса, целью

которого является развитие стратегии преодоления зависимого поведения, создание благоприятных условий для каждого участника тренинга, поддержание его оптимального психического состояния, укрепление здоровья, развитие работоспособности, способствование реализации потенциала, развитие задатков и способностей [30].

Тренинг представляет собой особый вид помощи старшему подростку с признаками зависимого поведения, реализуемый с целью оказания помощи на данном этапе его личностного развития. В.С. Горбунова проводит параллель между тренингом, психолого-педагогическим сопровождением и психолого-педагогической поддержкой. Автор приходит к выводу о том, что именно посредством тренинга возможно провести диагностику уровня склонности старшего подростка к зависимому поведению, выполнить анализ ближайшего окружения, подобрать оптимальные методы работы как индивидуального, так и группового характера, выстроить работу по коррекции зависимого поведения [12].

Семинар представляет собой модель построения помощи старшему подростку с признаками зависимого поведения, которая аккумулирует в себе теоретические знания и их практическое применение. Целью семинара автор И.В. Дубровина называет организацию сотрудничества со старшим подростком с аддикцией, которое направлено на коррекцию данного вида девиантного поведения. При этом автор указывает на важность соблюдения специалистом, организующим семинар, таких принципов, как сотрудничество, личная и профессиональная ответственность. Особое внимание И.В. Дубровина уделяет необходимости разработки единого подхода к коррекции зависимого поведения [16].

Программы сопровождения вооружают старших подростков с признаками зависимого поведения способами, приемами и методами по преодолению негативных состояний. Опираясь на исследования, проведенные Ю.А. Меркурьевой, можно сформулировать комплекс задач, решаемых

педагогом-психологом в процессе реализации программы сопровождения, направленной на коррекцию зависимого поведения у старших подростков [29].

Во-первых, педагог-психолог проводит диагностические исследования, направленные на определение особенностей зависимого поведения у старших подростков. Полученные диагностические данные подлежат сравнению с содержанием нормативного психолого-педагогического статуса. В том случае, если психологическое развитие соответствует норме, дальнейшая работа направлена на создание условий для его поддержания и развития. В том случае, если в поведении старшего подростка присутствуют признаки аддикций, педагог-психолог выявляет причину и разрабатывает программу социально-психологического сопровождения в зависимости от индивидуальных возможностей конкретного подростка [34].

Во-вторых, педагог-психолог создает в процессе реализации программы сопровождения условия для полноценного развития подростка. Решение указанной задачи обеспечивается разнообразными средствами и методами, включающими в себя развивающую работу с подростками с зависимым поведением, психологическое просвещение.

В-третьих, педагог-психолог создает в процессе реализации программы сопровождения специальные условия для оказания помощи подросткам наличием зависимого поведения. В рамках данной задачи педагог-психолог использует средства консультационной, коррекционно-развивающей, методической работы [50].

Особая роль в коррекции зависимого поведения старших подростков принадлежит работе с семьей. В этом эффективны организация семейных клубов, семейных гостиных, совместных мероприятий.

Семейный клуб, создаваемый с целью создания системы эффективного взаимодействия с семьей через активное вовлечение родителей в организацию совместной работы по коррекции зависимого поведения.

Создание семейного клуба инициирует процесс социально-педагогического взаимодействия с возникновением изменений во

взаимоотношениях старших подростков и родителей. Такая форма работы вооружает родителей необходимыми знаниями и компетенциями относительно зависимого поведения. В.Л. Малыгин, Ю.А. Меркурьева считают, что связи с тем, что окружающая среда постоянно видоизменяется, преобразуется, совершенствуется, процесс общения выступает неотъемлемой частью взаимоотношений [27].

Взаимодействие в рамках семейного клуба акцентирует внимание на проблеме зависимого поведения. Родители старших подростков учатся строить свои взаимоотношения в конструктивном ключе, быть на равных в решении вопросов зависимого поведения.

В ряде случаев возникают расхождения между сложившейся ситуацией и содержанием установки подростков и родителей. Названное расхождение именуется когнитивным диссонансом личности и расценивается как угроза. Семейный клуб качественно преобразовывает эти стратегии и расширяет их. В качестве основной цели семейного клуба И.А. Котляр, Л.Ф. Обухова называют психическое здоровье личности, свободной от самоповреждающего поведения, а также оптимальное соответствие между ценностями общества и ценностями конкретной личности [23].

Кроме этого, важно указать, что поведенческие реакции делятся на конструктивные и неконструктивные. Для конструктивных реакций свойственны четко поставленные цели, характерно стремление личности к решению возникающих проблем и осмысленность собственного поведения, наличие соответствующих внутриличностных изменений, а также изменений, происходящих в процессе межличностного взаимодействия. Семейному клубу присущи изменения, происходящие между родителями и старшими подростками, а также изменения, свойственные для отношений между ними.

Семейную гостиную Е.С. Джиба считает организованным способом, который позволяет подросткам и родителям преодолевать возникающие проблемы зависимого поведения, а также приемы, применяемые в процессе взаимодействия [14].

Семейная гостиная подразумевает постоянное взаимодействие и единство подростков и родителей. Это процесс, результатом которого является установление соответствия между ними. При этом, названный процесс позволяет удовлетворить актуальные знания подростков и родителей относительно зависимого поведения и реализовать поставленные цели и задачи. Семейная гостиная, по мнению С.А. Амбаловой, позволяет сохранить психическое и физическое здоровье подростков и родителей, обрести гармонию между психической деятельностью конкретной личности, свободной от аутоагрессии, и требованиями среды [2].

С.В. Тигров, О.В. Юдина семейную гостиную рассматривают в качестве особого процесса взаимоотношений подростков и родителей. По мнению исследователя, оптимальный процесс общения между членами семьи влечет за собой безболезненное вхождение старшего подростка в обновленное жизненное пространство, в котором нет места аддикциям [45].

Одной из наиболее распространенных причин возникновения зависимого поведения старших подростков является процесс расторжения брака. Развод касается не только супругов, он оказывает огромное влияние на подростков, которые в большинстве случаев тяжело переживают распад семьи, не способны адекватно осознать причины и последствия развода родителей, нередко обвиняет в произошедшем себя. Это ведет к возникновению аддикций. Для того, чтобы помочь подросткам справиться с данной негативной ситуацией, организуется семейная гостиная, в ходе которой педагог-психолог помогает разобраться в сложившейся ситуации, предлагают пути решения проблем, помогают практическим советом. Регулярные встречи в рамках семейных гостиных позволяют наладить взаимоотношения родителей и подростков, не допустить возникновение ситуаций зависимого поведения [7].

С точки зрения С.А. Юстус, семейная гостиная представляет собой особый социально-психологический процесс: в случае его оптимального протекания старший подросток успешно приспосабливается в условиях окружающего социума без зависимого поведения [53].

Значимой формой работы в коррекции зависимого поведения старших подростков является организация совместных мероприятий родителей и старших подростков. В процессе подготовки и проведения совместных мероприятий подростки и родители действуют совместно, слаженно, что способствует налаживанию между ними контакта и взаимопонимания и устраняет риск развития зависимого поведения.

Таким образом, перечисленные методы в совокупности обеспечивают оптимальную модель профилактики зависимого поведения старших подростков. Именно благодаря перечисленным методам и формам работы подростки получают возможность взаимодействовать на равных, делиться опытом, реализовывать совместные проекты, проявлять свое собственное «Я», выражать свое отношение к окружающим людям, к активной деятельности, выступать активными участниками происходящих вокруг социальных явлений и процессов, в которых нет места зависимостям. Об успешности методов профилактики зависимого поведения можно говорить, если старший подросток отказывается от аддикций.

Глава 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ У СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ И ЕГО ПРОФИЛАКТИКА

2.1 Организация и методы исследования. Анализ результатов первичной диагностики

Экспериментальное исследование зависимого поведения у старших подростков проводилось на базе МБОУ «СШ № 31» города Красноярска.

Выборка представлена учащимися 9 «Б» и «В» классов МБОУ «СШ № 31» города Красноярска в количестве 32 человек. Возраст испытуемых – 15-16 лет.

В качестве диагностического инструментария использовались следующие методики: «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая); тест «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев); опросник «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева).

Экспериментальное исследование проводилось в несколько этапов:

1 этап (сентябрь 2022 г.) – определение методов и выборки экспериментального исследования, проведение первичной диагностики склонности к зависимому поведению у старших подростков;

2 этап (октябрь 2022 – январь 2023 г.) – разработка и реализация системы занятий, направленной на профилактику зависимого поведения у старших подростков;

3 этап (январь 2023 г.) – проведение повторной диагностики склонности к зависимому поведению у старших подростков, анализ полученных результатов исследования, определение результатов профилактической работы со старшими подростками, склонными к зависимому поведению, формулирование выводов.

Рассмотрим содержание данных методик.

1. «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая).

Цель данной методики - 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.

Ответ «Нет» оценивается в 1 балл; ответ «Скорее нет» - в 2 балла; ответ «Ни да, ни нет» - в 3 балла; ответ «Скорее да» – в 4 балла; ответ «Да» – в 5 баллов. Интерпретация: 5-11 баллов – низкая; 12-18 средняя; 19-25 – высокая степень склонности к зависимостям.

2. Тест «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев)

Цель данной методики – 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.

Ответы на вопросы подлежат оценке в баллах в соответствии со шкалой опросника. По сумме набранных баллов происходит оценка степени выраженности дезадаптационных тенденций в поведении индивида. Оценка такова: социально-психологическая дезадаптация отсутствует; социально-

психологическая дезадаптация в легкой степени; социально-психологическая дезадаптация в высокой степени.

3. Опросник «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева).

Цель данной методики – диагностика возможность возникновения зависимого поведения у подростка.

Методика представляет собой опросник, в который включены утверждения, распределенные на три шкалы.

Первая шкала именуется «Поведение в ситуации риска» и включает в себя 6 утверждений. Данная шкала позволяет диагностировать доминирующую стратегию поведения в ситуации риска. Возможны: нормальное, адекватное поведение и неадекватное поведение –преодолевающая либо избегающая стратегия.

Вторая шкала носит название «Интерес к наркотикам», в нее включены 6 утверждений. Посредством данной шкалы 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.

Третья шкала называется «Социальные установки» и включает в себя 10 утверждений. Данная шкала позволяет диагностировать такие установки, как активное стремление 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, а также при склонности к совершению либо одобрению асоциальных поступков.

Таким образом, с помощью данных методик можно выявить риск развития девиантного поведения и склонность к употреблению психоактивных веществ у подростков.

Результаты первичной диагностики по методике «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» представлены в Приложении Г. Анализ результатов первичной диагностики склонности к различным видам зависимостей позволяет сделать следующие выводы.

Низкий уровень зависимости от алкоголя диагностирован у 4 (12,5%) подростков, средний уровень – у 28 (87,5%) подростков. Подростки с высоким уровнем зависимости от алкоголя в данной выборке не выявлены. Представим полученные данные графически на рисунке 2.

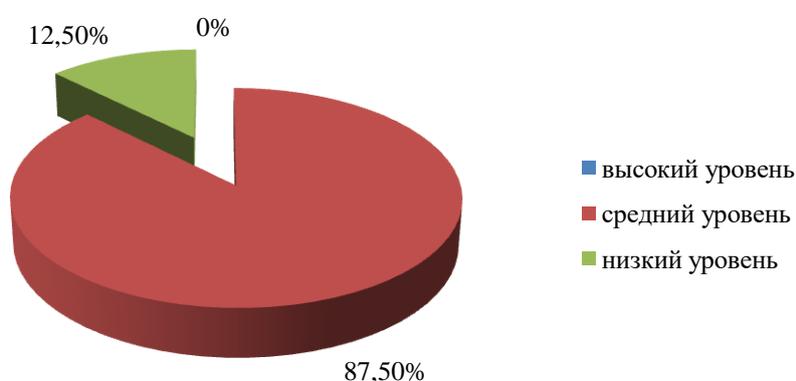


Рисунок 2 – Результаты первичной диагностики уровня зависимости от алкоголя у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

В данном случае мы можем говорить о вероятности периодического употреблении алкоголя, увеличивающей риск возникновения зависимости.

Низкий уровень телевизионной зависимости диагностирован у 12 (37,5%) подростков, средний уровень – у 19 (59,375%) подростков, высокий уровень – у 1 (3,125%) подростка. Представим полученные данные графически на рисунке 3.

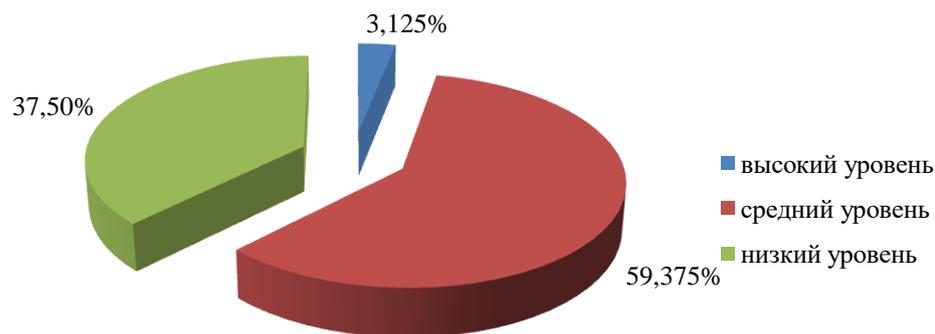


Рисунок 3 – Результаты первичной диагностики уровня телевизионной зависимости у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень любовной зависимости диагностирован у 5 (15,625%) подростков, средний уровень – у 18 (56,25%) подростков, высокий уровень – у 9 (28,125%) подростков. Представим полученные данные графически на рисунке 4.

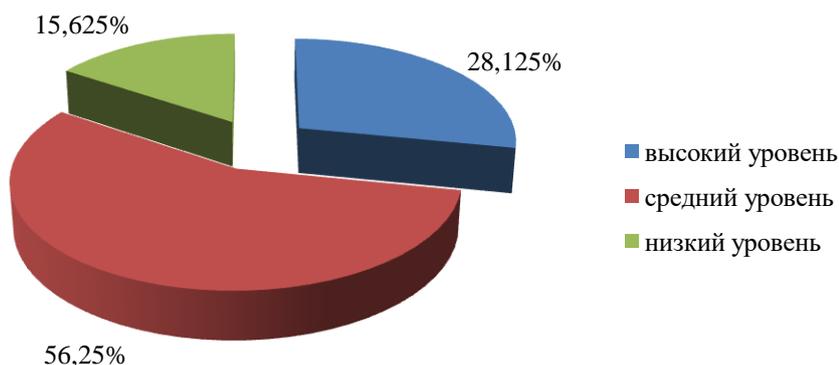


Рисунок 4 – Результаты первичной диагностики уровня любовной зависимости у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Интересны результаты по выявлению любовной зависимости: у большинства опрошенных был выявлен средний и высокий уровень склонности к зависимости, что свидетельствует о начале формирования зависимого поведения. Однако, стоит заметить, что данный вид зависимости может возникнуть и в связи с особенностями подросткового возраста, но все же не стоит «закрывать на это глаза», поскольку любая зависимость требует пристального внимания со стороны педагогов и родителей подростков.

Низкий уровень игровой зависимости диагностирован у 27 (84,375%) подростков, средний уровень – у 5 (15,625%) подростков. Подростки с высоким уровнем игровой зависимости в данной выборке не выявлены. Представим полученные данные графически на рисунке 5.

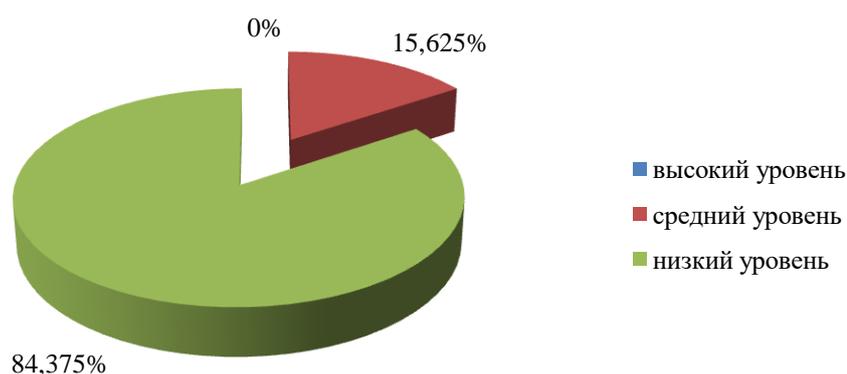


Рисунок 5 – Результаты первичной диагностики уровня игровой зависимости у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень зависимости от межполовых отношений диагностирован у 27 (84,375%) подростков, средний уровень – у 5 (15,625%) подростков. Подростки с высоким уровнем зависимости от межполовых отношений в данной выборке не выявлены. Представим полученные данные графически на рисунке 6.

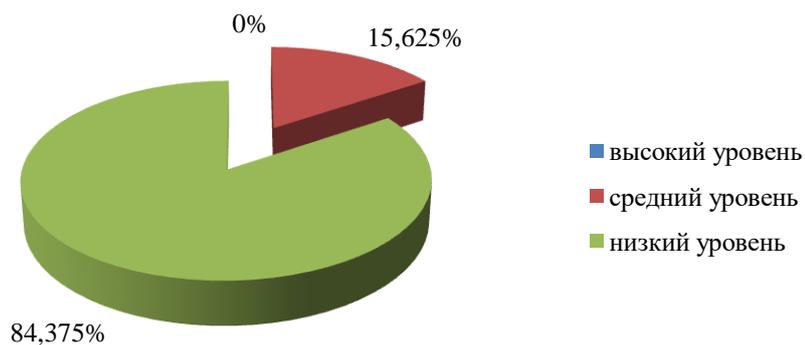


Рисунок 6 – Результаты первичной диагностики уровня зависимости от межполовых отношений у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

На данном этапе развития у подростков в естественном порядке могут иметься потребности сексуального характера: у 5 (15,625%) опрошенных диагностирован средний уровень зависимости от межполовых отношений.

Низкий уровень пищевой зависимости диагностирован у 11 (34,375%) подростков, средний уровень – у 13 (40,625%) подростков, высокий уровень – у 8 (25%) подростков. Представим полученные данные графически на рисунке 7.

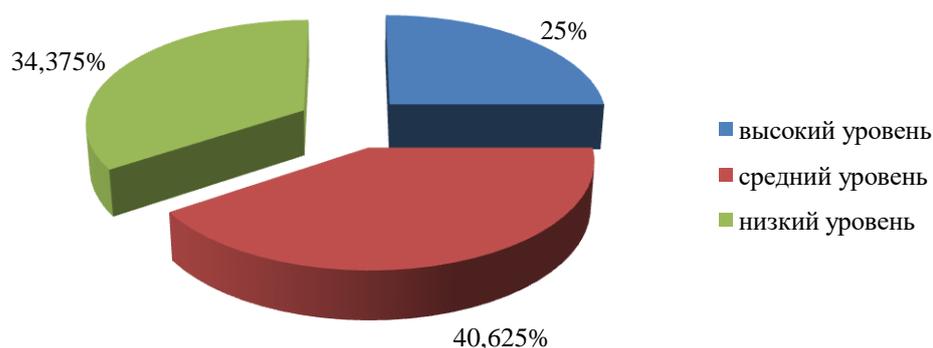


Рисунок 7 – Результаты первичной диагностики уровня пищевой зависимости у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень религиозной зависимости диагностирован у 25 (78,125%) подростков, средний уровень – у 7 (21,875%) подростков. Подростки с высоким уровнем религиозной зависимости в данной выборке не выявлены. Представим полученные данные графически на рисунке 8.

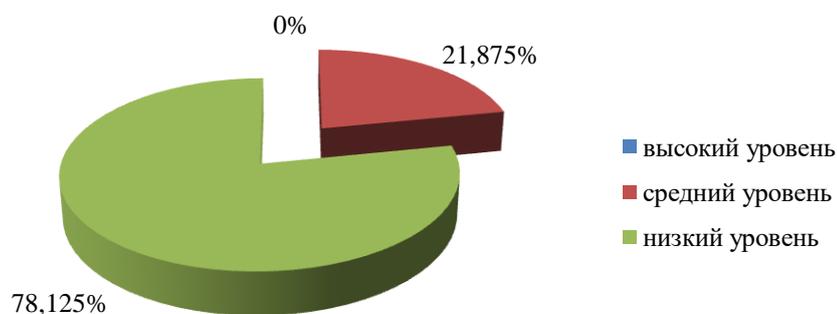


Рисунок 8 – Результаты первичной диагностики уровня религиозной зависимости у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень трудовой зависимости диагностирован у 6 (18,75%) подростков, средний уровень – у 22 (68,75%) подростков, высокий уровень – у 4 (12,5%) подростков. Представим полученные данные графически на рисунке 9.

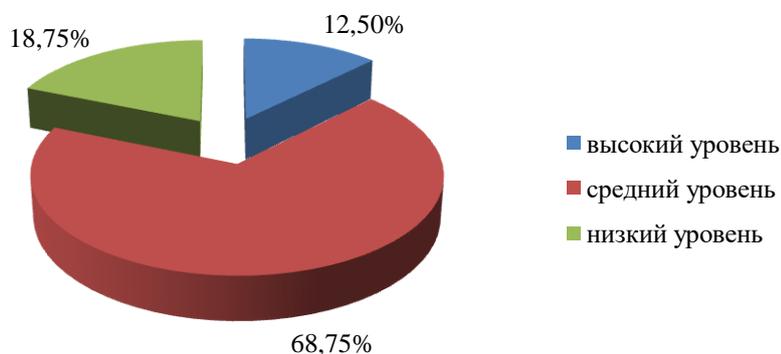


Рисунок 9 – Результаты первичной диагностики уровня трудовой зависимости у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень лекарственной зависимости диагностирован у 27 (84,375%) подростков, средний уровень – у 4 (12,5%) подростков, высокий уровень – у 1 (3,125%) подростка. Представим полученные данные графически на рисунке 10.

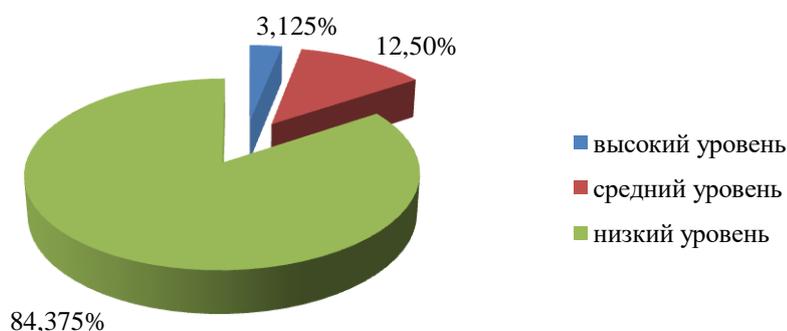


Рисунок 10 – Результаты первичной диагностики уровня лекарственной зависимости у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень зависимости от компьютера (интернета, социальных сетей) диагностирован у 24 (75%) подростков, средний уровень – у 8 (25%) подростков. Подростки с высоким уровнем компьютерной зависимости в данной выборке не выявлены. Представим полученные данные графически на рисунке 11.

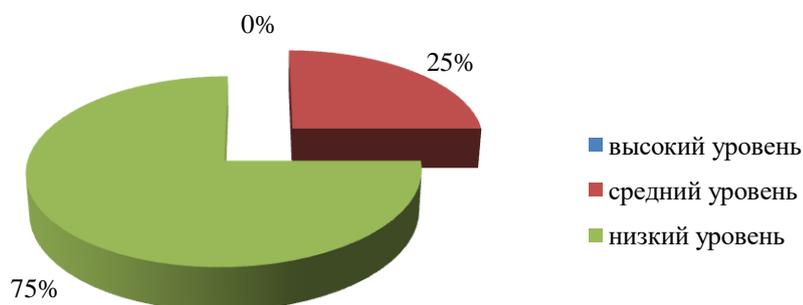


Рисунок 11 – Результаты первичной диагностики уровня зависимости от компьютера у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень зависимости от курения диагностирован у 31 (96,875%) подростка, средний уровень – у 1 (3,125%) подростка. Подростки с высоким уровнем зависимости от курения в данной выборке не выявлены. Представим полученные данные графически на рисунке 12.

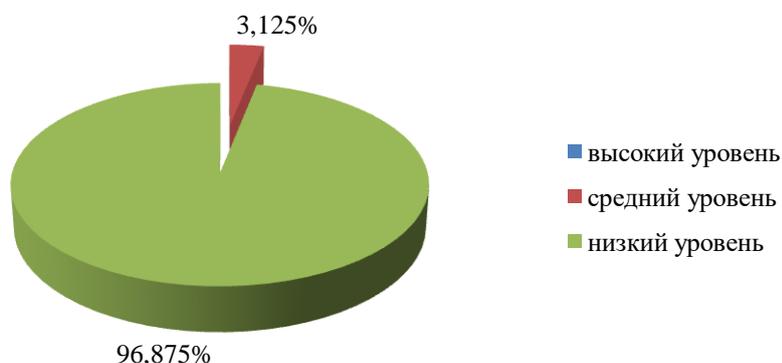


Рисунок 12 – Результаты первичной диагностики уровня зависимости от курения у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень зависимости от здорового образа жизни диагностирован у 2 (6,25%) подростков, средний уровень – у 13 (40,625%) подростков, высокий уровень – у 17 (53,125%) подростков. Представим полученные данные графически на рисунке 13.

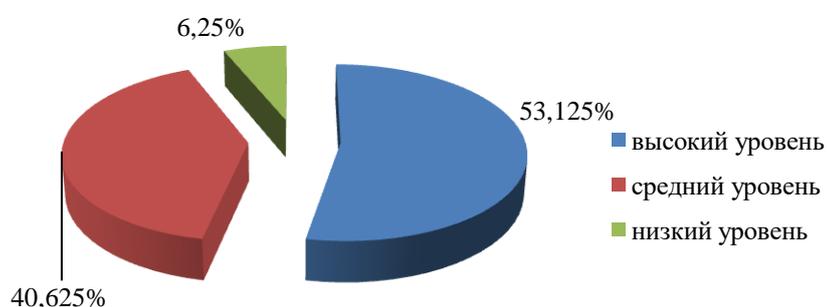


Рисунок 13 – Результаты первичной диагностики уровня зависимости от здорового образа жизни у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Низкий уровень наркотической зависимости диагностирован у всех 32 подростков. Представим полученные данные графически на рисунке 14.

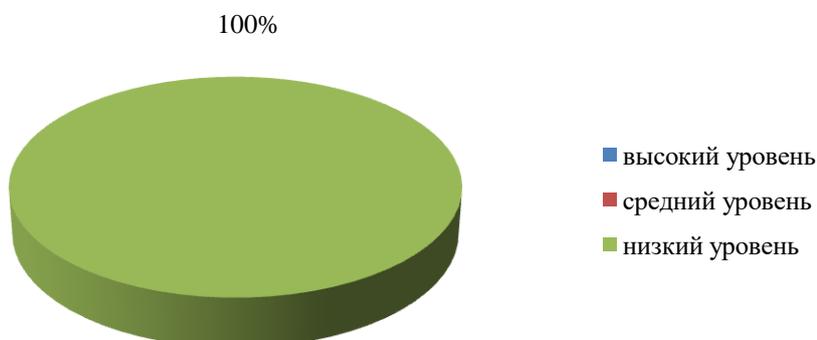


Рисунок 14 – Результаты первичной диагностики уровня наркотической зависимости у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Обобщив полученные данные, мы установили, что низкий уровень склонности к зависимостям диагностирован у 13 (40,625%) подростков, средний уровень – у 17 (53,125%) подростков, высокий уровень – у 2 (6,25%) подростков. Представим полученные данные графически на рисунке 15.

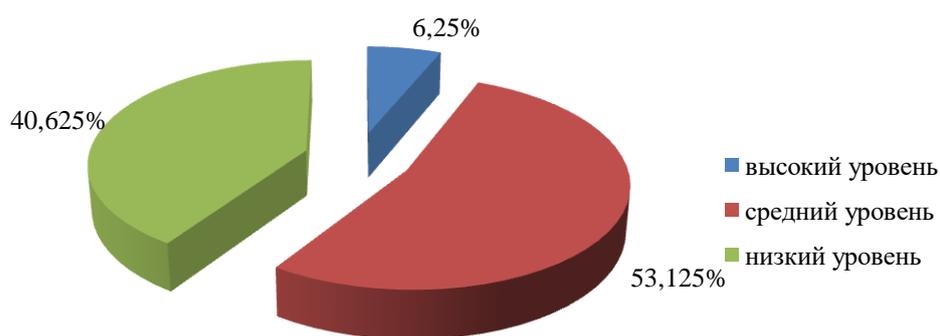


Рисунок 15 – Результаты первичной диагностики уровня склонности к зависимостям у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Результаты первичной диагностики по тесту «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев) представлены в Приложении Г. Анализ результатов первичной диагностики позволяет сделать следующие выводы.

У 2 (6,25%) подростков отсутствуют признаки социально обусловленного поведения, у 27 (84,38%) подростков диагностирована ситуативная предрасположенность к социально обусловленному поведению, у 3 (9,38%) подростков сформирована модель социально обусловленного поведения. Представим полученные данные графически на рисунке 16.



Рисунок 16 – Результаты первичной диагностики социально обусловленного поведения у старших подростков (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

Средние значения по данной шкале соответствуют возрастной норме для подростков, для которых характерно общение, как ведущий вид деятельности и основа психического и личностного развития; потребность в принадлежности к группе и ориентация на ее идеалы, стремление быть замеченным, принятым и понятым. У 3 (9,38%) опрошенных диагностирована выраженная степень социально обусловленного поведения. Это показатель высокой адаптированности в группе, но одновременно и свидетельство тесного слияния

со значимой группой, что может быть одним из проявлений зависимости от других людей или общения.

У 31 (96,875%) подростка отсутствуют признаки делинквентного поведения, у 1 (3,125%) подростка диагностирована ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению. Выраженная степень делинквентного поведения в данной выборке не диагностирована. Представим полученные данные графически на рисунке 17.

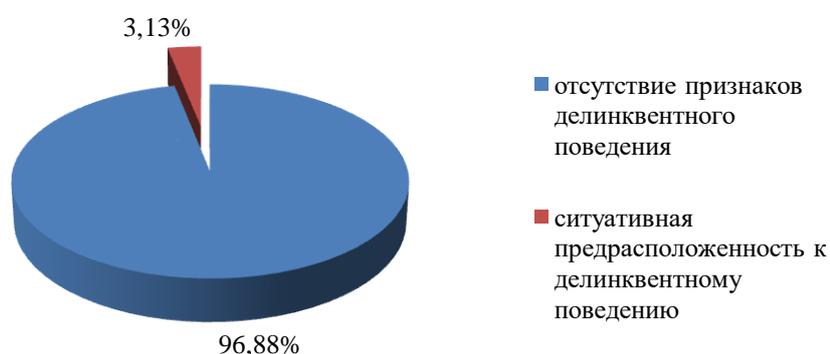


Рисунок 17 – Результаты первичной диагностики делинквентного поведения у старших подростков (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

У большинства опрошенных отсутствуют признаки делинквентного поведения. У 1 (3,125%) подростка диагностирована ситуативная предрасположенность к делинквентному поведению: этот подросток склонен к антисоциальному, противоречащему правовым нормам, угрожающему социальному порядку и благополучию окружающих людей поведению, включающему любые действия или бездействия, запрещенные законодательством.

У 31 (96,875%) подростка отсутствуют признаки зависимого (аддиктивного) поведения, у 1 (3,125%) подростка диагностирована ситуативная предрасположенность к зависимому поведению. Выраженная

степень зависимого поведения в данной выборке не диагностирована. Представим полученные данные графически на рисунке 18.

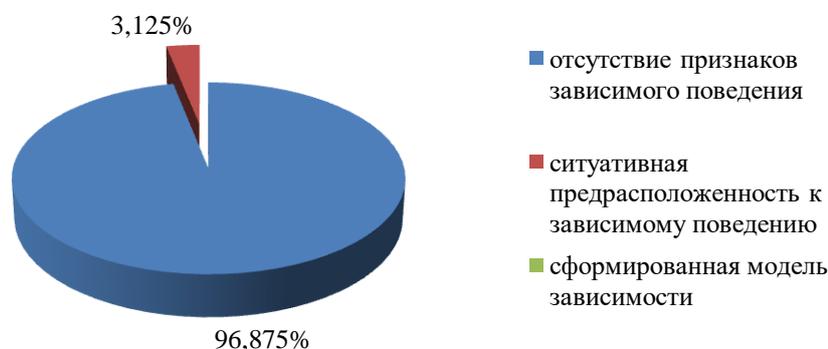


Рисунок 18 – Результаты первичной диагностики зависимого (аддиктивного) поведения у старших подростков (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

У большинства опрошенных отсутствуют признаки зависимого (аддиктивного) поведения. У 1 (3,125%) подростка диагностирована ситуативная предрасположенность к зависимому поведению. Подростки, склонные к формированию зависимого поведения, могут открыто проявлять как положительные, так и отрицательные свойства своей личности. Беспокойные, недовольные своим положением в жизни, они не доверяют окружающим, протестуют против общества в целом и не удовлетворены собой в частности. Подростки не принимают всерьез нравственно-моральные ценности и идеалы, стремятся жить, ориентируясь на собственные удовольствия, не думают ни о себе, ни об окружающих. Действуют необдуманно, рискуют собой, своим здоровьем, своим статусом, без учета своего собственного опыта и опыта других людей.

У 30 (93,75%) подростков отсутствуют признаки агрессивного поведения, у 2 (6,25%) подростков диагностирована ситуативная предрасположенность к агрессивному поведению. Выраженная степень агрессивного поведения в

данной выборке не диагностирована. Представим полученные данные графически на рисунке 19.

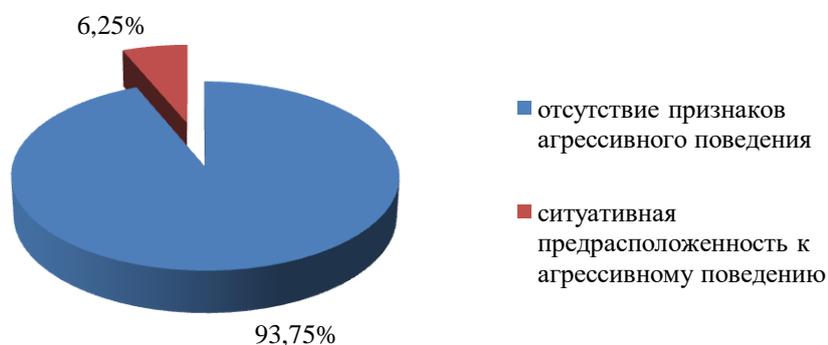


Рисунок 19 – Результаты первичной диагностики агрессивного поведения у старших подростков (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

У большинства опрошенных отсутствуют признаки агрессивного поведения. Однако, тревожным фактом являются легкая степень склонности к агрессивному поведению, выявленная у 2 (6,25%) опрошенных. Подростки-респонденты пренебрежительно относятся к принятым в обществе этическим нормам поведения. Опрошенные предпочитают в жизненных ситуациях действовать по обстоятельствам: когда выгодно - сказать правду и сделать все по правилам, когда невыгодно - промолчать или солгать и сделать что-либо не так, как нужно, а так, как хочется. Выраженного агрессивного поведения не диагностировано, т.е. в данной выборке нет подростков, проявляющих вербальную и физическую агрессию, направленную на окружающих, которая может трансформироваться в хулиганские действия, правонарушения в отношении других лиц или чужого имущества.

У 22 (68,75%) подростков отсутствуют признаки суицидального (аутоагрессивного) поведения, у 10 (31,25%) подростков диагностирована ситуативная предрасположенность к суицидальному поведению. Выраженная

степень суицидального поведения в данной выборке не диагностирована. Представим полученные данные графически на рисунке 20.

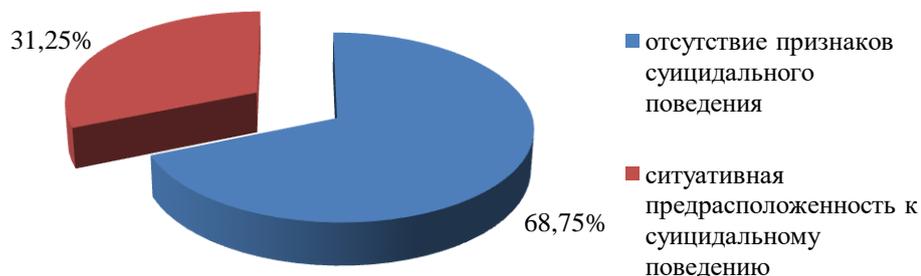


Рисунок 20 – Результаты первичной диагностики суицидального (аутоагрессивного) поведения у старших подростков (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

У 10 (31,25%) опрошенных диагностирована ситуативная предрасположенность самоповреждающего (аутоагрессивного) поведения. Она проявляется в мыслях о несправедливости окружающих людей и стремлении прекратить воздействие беспокоящей ситуации избеганием. Эти респонденты плохо контролируют свои эмоции и, как следствие, поведение. Легко возбуждаются, когда чувствуют, что не могут, да и не хотят справляться с жизненными трудностям, не всегда способны реально оценить возможный риск и последствия своего поступка.

Обобщив полученные данные, мы установили, что у 2 (6,25%) подростков отсутствуют признаки зависимого поведения, у 27 (84,38%) выявлена ситуативная предрасположенность к зависимому поведению, у 3 (9,38%) подростков диагностирована сформированная модель зависимости. Представим полученные данные графически на рисунке 21.

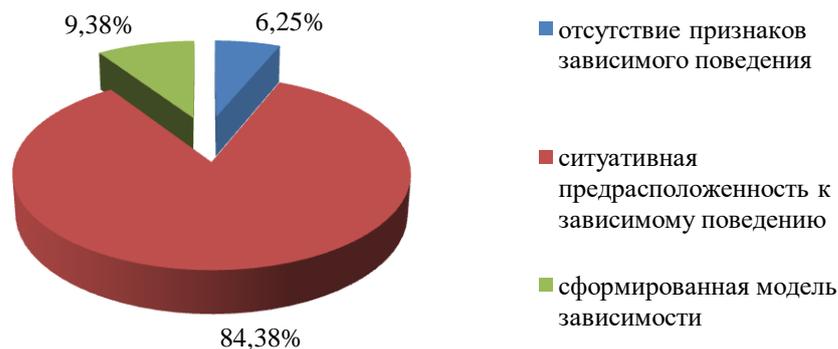


Рисунок 21 – Результаты первичной диагностики зависимого поведения у старших подростков (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

Результаты первичной диагностики по опроснику «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева) представлены в Приложении Г. Анализ результатов первичной диагностики позволяет сделать следующие выводы.

По шкале «Поведение в ситуации риска» у 7 (21,875%) подростков диагностирован низкий уровень наркозависимости, у 22 (68,75%) – средний уровень, у 3 (9,375%) подростков – высокий уровень наркозависимости. Представим полученные данные графически на рисунке 22.

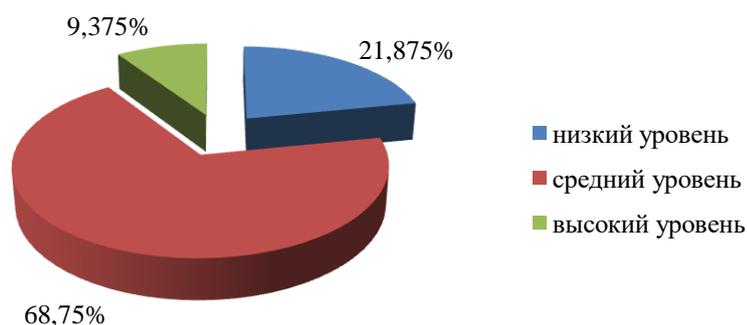


Рисунок 22 – Результаты первичной диагностики склонности к наркозависимости у старших подростков (по шкале «Поведение в ситуации риска»)

По шкале «Интерес к наркотикам» у 24 (75%) подростков диагностирован низкий уровень наркозависимости, у 7 (21,875%) – средний уровень, у 1 (3,125%) подростка – высокий уровень наркозависимости. Представим полученные данные графически на рисунке 23.

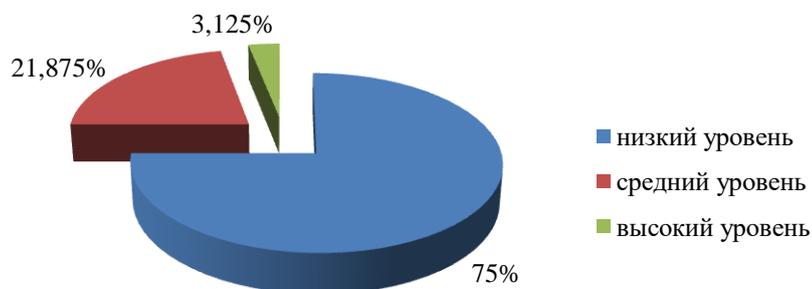


Рисунок 23 – Результаты первичной диагностики склонности к наркозависимости у старших подростков (по шкале «Интерес к наркотикам»)

По шкале «Социальные установки» у 6 (18,75%) подростков диагностирован низкий уровень наркозависимости, у 15 (46,88%) – средний уровень, у 11 (34,38%) подростков – высокий уровень наркозависимости. Представим полученные данные графически на рисунке 24.

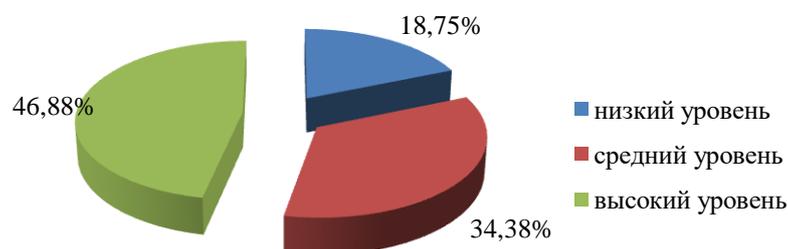


Рисунок 24 – Результаты первичной диагностики склонности к наркозависимости у старших подростков (по шкале «Социальные установки»)

Обобщив полученные данные, мы установили, что низкий уровень склонности к наркозависимости диагностирован у 13 (40,625%) подростков, средний уровень – у 17 (53,125%) подростков, высокий уровень – у 2 (6,25%) подростков. Представим полученные данные графически на рисунке 25.

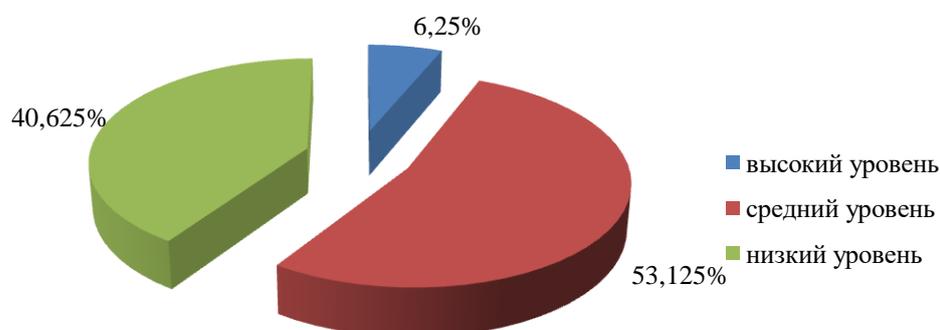


Рисунок 25 – Результаты первичной диагностики уровня склонности к наркозависимости у старших подростков (по методике Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева)

Анализ результатов первичной диагностики показал, 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 любопытства. 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 является 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.

На основании полученных данных первичной диагностики склонности к зависимому поведению старших подростков, выделены экспериментальная и контрольная группы, в которые вошли старшеклассники, имеющие разный уровень склонности к зависимому поведению.

Результаты первичной диагностики склонности к зависимому поведению представлены на рисунке 26.

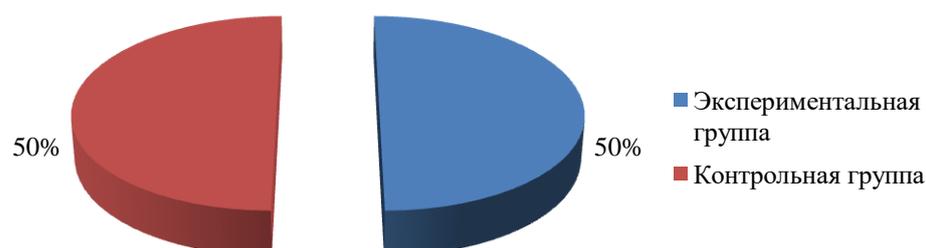


Рисунок 26 – Результаты первичной диагностики склонности к зависимому поведению у старших подростков

Мы констатируем, что в экспериментальную группу включены 16 (50%) старших подростков, у которых диагностировано наличие признаков тенденции формирования зависимого поведения, выявлены признаки повышенной склонности к зависимому поведению.

Контрольная группа включает 16 (50%) старших подростков, которые имеют низкий уровень склонности к зависимому поведению.

Обобщая результаты первичной диагностики, мы пришли к выводу о необходимости разработки и реализации системы занятий, направленной на профилактику зависимого поведения у старших 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. Нами представлена система занятий, реализованная со старшими подростками, вошедшими в экспериментальную группу.

2.2 Система занятий, направленных на профилактику зависимого поведения у старших подростков

Для осуществления профилактической работы со старшими подростками, имеющими склонность к аддиктивному поведению, нами разработана система занятий «Выбор за мной». Особая роль в ведении комплексной профилактической работы, затрагивающей личность подростка, принадлежит его семейному окружению, условиям обучения и воспитанию в образовательной организации. Роль и значение семьи в жизни подростка нельзя переоценить. Именно семья является основой для формирования наиболее значимых социальных функций. Это то главное, без чего нельзя представить человеческую личность в современном обществе. В условиях существования многообразных социальных классов и форм зависимости от общества семья играет решающую роль. Исходя из этого, принято решение привлечь к реализации занятий родителей подростков.

Цель занятий – формирование условий для профилактики зависимостей у старших подростков.

Задачи занятий:

1. Повысить уровень информированности старших подростков о негативном влиянии аддикций.

2. Способствовать формированию у старших подростков личностных качеств, обеспечивающих доминирование ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от зависимого поведения.

3. Оптимизировать общение подростков и родителей.

Занятия построены на следующих принципах:

1. Принцип комплексности, системности и последовательности.

2. Принцип единства диагностики и коррекции.

3. Деятельностный принцип.

4. Принцип учета возрастных и индивидуально-психологических особенностей каждого старшего подростка в процессе профилактической работы.

При разработке системы занятий «Выбор за мной» нами были использованы психолого-педагогические программы профилактики девиантного поведения и употребления психоактивных веществ таких авторов, как В.В. Барцалкина [6], П.В. Епизина [18], Ю.П. Реутова [39].

Разработанная система занятий рассчитана на 10 недель (1 занятие в неделю).

Ресурсное обеспечение системы занятий:

- материально-технические ресурсы: компьютер, проектор, бумага, фломастеры, ватманы, ручки, цветные карандаши;

- кадровые ресурсы: администрация образовательной организации, педагогический совет, педагог-психолог, социальный педагог, учителя-предметники, классные руководители, родители;

- финансовые ресурсы: проведение занятий обеспечивается за счет бюджета образовательной организации, дополнительных финансовых затрат занятия не требует;

- учебные и методические материалы: источники, указанные в списке использованной литературы по данной работе.

- информационные ресурсы: Интернет.

Ожидаемые результаты проведения занятий:

1. Повышение уровня информированности подростков о негативном влиянии аддикций.

2. Формирование у подростков личностных качеств, обеспечивающих доминирование ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от зависимого поведения.

3. Оптимизация общения подростков и родителей.

Этапы реализации системы занятий:

- организационный (составление плана занятий, подготовка необходимых материалов, информирование родителей и подростков);

- основной (проведение занятий);

- заключительный (подведение итогов работы, оценка эффективности).

На основании теоретического анализа проблемы аддиктивного поведения, а также результатов выявления у подростков различного рода зависимостей, был разработан и реализован комплекс занятий с элементами тренинга (Приложение Д).

Данный комплекс занятий с элементами тренинга состоит из 10 занятий, которые разбиты на три этапа: организационный, основной и заключительный.

Занятие 1. Цель: установление контакта и сплочение подростков и родителей, создание доверительных отношений.

Занятие 2. Цель: дальнейшее знакомство подростков и родителей, установление контакта.

Занятие 3. Цель: снижение уровня тревожности подростков, снятие напряженности в отношениях между подростками и родителями, повышение информационной грамотности о зависимостях.

Занятие 4. Цель: формирование личного отношения к жизни, к конкретной ситуации, избавление от негативных эмоций.

Занятие 5. Цель: установление контакта между подростками и родителями, разрядить обстановку, снижение уровня стрессового состояния.

Занятие 6. Цель: стимулирование интереса подростков и родителей к совместному проведению досуга, к позитивному общению, снижение уровня зависимого поведения.

Занятие 7. Цель: выявление скрытых желаний, формирование точных образов и составление плана действия по его выполнению.

Занятие 8. Цель: осознание участниками последствий состояния зависимого поведения; развитие у подростков навыков, способствующих положительному восприятию реальности и навыков постановки целей.

Занятие 9. Цель: формирование у подростков и родителей положительного настроения; снятие эмоционального напряжения, повышение настроения.

Занятие 10. Цель: формирование умения эмоционального контроля, выявление и закрепление наиболее эффективных способов контролирования зависимостей, эмоциональный настрой родителей и подростков на позитивное общение.

Методы работы: ролевые игры, психологические упражнения, мини-лекции, групповые дискуссии, арттерапевтические упражнения (групповой рисунок, «Прекрасный ужасный рисунок»), игры-испытания.

Занятия выстраиваются на принципе взаимодействия подростков и родителей, на качествах значимых и принятых (перенесенных во внутренний план) предметов, именно по ним идет и определение, и осознание мира. Подросток на занятиях не только анализирует данные, видит или слышит, он также может судить, оценивать и понимать других. Именно через субъектность и индивидуальность личности подросток может начать процесс адекватного постижения реальности. Необходимы целостный интеллект, целостная сфера деятельности, которая позволит видеть мир и самих себя «извне». Взаимоотношения, складывающиеся между подростками и родителями на занятиях, способствуют развитию идентичности, которая представляет собой набор подходов и реакций человека, которые он выработал в процессе своей жизни. Идентичность же в этом значении рассматривается как фактор

благополучия подростка, его психическое здоровье. Оно определяет тождественность подростка самому себе.

Занятия выстраиваются по единой схеме, приведенной на рисунке 27.

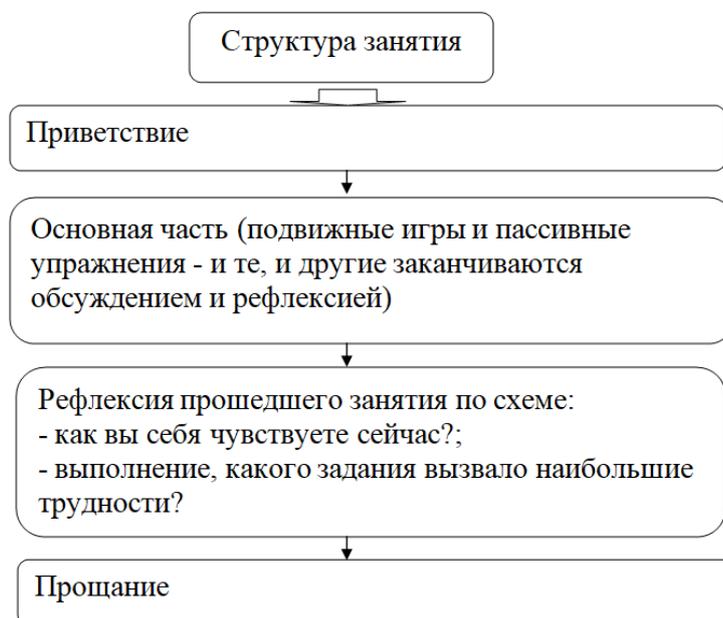


Рисунок 27 – Структура занятий

В основное содержание занятия входят разработанные упражнения, приемы мозгового штурма, ролевые игры, психодрама. 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.

Первое занятие носит ознакомительный характер. Основная цель этого занятия – установить психологический контакт между участниками, сблизить и сплотить их. Для этого был предложен необычный способ. Ведущий заранее подготовил пакет, в который были помещены разнообразные предметы по количеству участников. Этот пакет передавался по кругу, каждому предлагалось вынуть один предмет наугад и предположить каким образом данный предмет отражает какую-либо черту характера. К примеру, высказано предположение: сувенир «ангел» – «у меня ангельское терпение», магнит

«птица» – «у меня высокие намерения» и т.п. Последующее упражнение «Подъем» также было направлено на сплочению группы. Далее было предложено упражнение «Паутина»: среди участников, сидящих в кругу, был запущен клубок ниток. Подростку, к которому попадал клубок, предлагалось нанизать нить на палец и одновременно рассказать несколько значимых слов о себе. Когда клубок оказывался у последнего участника – получалась своеобразная паутина. Ведущий пояснял, что вся группа отныне – единый сплоченный организм, который будет работать слажено и сплоченно.

Завершилось занятие упражнением «Свечка»: среди участников, сидящих в кругу, была запущена горящая свеча. Подростку, в руках у которого оказывалась свеча, предлагалось рассказать свои впечатления о первом занятии, высказать свои пожелания и конструктивные предложения.

Цель второго занятия – закрепить установленный на предыдущем занятии психологический контакт между участниками, продолжить сплочение подростков. После традиционного приветствия было предложено упражнение «Представь друга». Суть его заключается в следующем: участники сидят в кругу. Каждому предлагается представить не себя, а соседа, сидящего слева. Для этого было предложено воспользоваться как описанием внешности, одежды, так и определенных черт характера – если это удавалось участнику. Таким образом получился своеобразный психологический портрет группы. Следующее упражнение «Живой шрифт» способствует проявлению фантазии и творческого потенциала подростков и родителей. Упражнение «Круг» помогает участникам развлекаться и отвлекаться. В итоге этого упражнения получается много забавных фигур, которые подростки и родители рисуют на бумаге. Далее проводится игра «Ниточка и иголочка». Для проведения игры участники свободно размещаются по залу. По желанию выбираются «иголки», которые подбирают себе по несколько «ниточек». Задача «ниточек» – синхронно повторять все движения, которые показывает «иголочка». Правило: показ движений сопровождается перемещением по залу, преодолением «препятствий». В результате выявляется самая крепкая «ниточка». В окончании

проводится упражнение на завершение: «Аплодисменты». Завершилось занятие упражнением «Дерево терминов»: среди участников, сидящих в кругу, была запущена веточка дерева. Подростку, в руках у которого оказывалась веточка, предлагалось высказать свои впечатления о занятии одним емким словом – это слово представляло собой «листик». В результате образовывалось своеобразное дерево, листья которого характеризовали занятие.

На третьем занятии осуществляется переход к основному этапу, целью данного этапа является снижение уровня зависимого поведения подростков. Начинается это занятие с традиционного приветствия. Далее участникам предлагается первое упражнение на снятие напряженности: «Колечко». После него – упражнение «Что важнее», благодаря которому подростки совместно с родителями должны ответить на очень важный для них вопрос, поделиться мнениями и впечатлениями. Выполнение упражнения «Самогипноз» предполагает активное и эмоциональное взаимодействие подростков и родителей, совместное выполнение этого задания, в ходе которого кто-то больше уделяет внимания положительному рисунку, кто-то, наоборот, пытается как можно больше выплеснуть негативных эмоций. В конце занятия проводится рефлексия: выявляется общее мнение родителей и подростков, их готовность на дальнейшее сотрудничество. По традиции занятие заканчивается прощанием и аплодисментами друг другу и благодарностью за проведенный день.

Занятие четвертое проходит по традиционной схеме и начинается с приветствия. Далее проводится упражнение «Прекрасный ужасный рисунок». Первым участникам намного проще справиться с этим заданием, а тем кто заканчивает упражнение – придется преодолеть ряд сложностей и проявить больше фантазии. Затем проводится упражнение «Я и мой жизненный путь», в ходе которого подростки и родители совместными усилиями составляют характеристику каждого из них, где также отмечаются изменения их самочувствия, внешних признаков и психологического состояния. Во время упражнения «Избавление от негативных эмоций» возможно возникновение

сложностей с исправлением ситуации, но предполагается, что общими усилиями подростки и родители справятся с этой трудностью. Итогом занятия является рефлексия, в процессе которой каждый высказывает свои впечатления по проведенным упражнениям. Занятие завершается прощанием и аплодисментами друг другу.

Занятие пятое посвящено снижению уровня стрессового состояния, установлению контакта между подростками и родителями. Упражнение «Бумажные мячики» нацелено на поднятие настроения, после чего предлагается приступить к выполнению следующего задания – «Создание линии времени». Данное упражнение направлено на составление «вероятной линии жизни», которая составляется из событий прошлых лет, планируется из того, что есть на данный момент. Благодаря этому упражнению подростки и родители поймут, как может сложиться их дальнейшая жизнь. В ходе упражнения «Работа с беспокойством» подростки и родители продумывают трудные жизненные моменты, а главное – помогают друг другу выходить из сложных ситуаций. По традиции занятие заканчивается рефлексией и ритуалом прощания.

Целью шестого занятия является стимулирование интереса подростков и родителей к совместному проведению досуга, к позитивному общению, снижению уровня зависимого поведения. Первое упражнение «Конкурс хвастунов» призвано вызвать у подростков и родителей интерес к другому человеку и желание найти у него хорошие черты. Следующее упражнение «Работа с привязанностью» требует от подростков и родителей проявления фантазии. Для устранения привязанности к Интернету проводится упражнение «Интернет-склад», оно предполагает совместную деятельность подростков и родителей, составление словесной картины о том, какие вещи там могут храниться и как там можно что-то, потом найти. Для того, чтобы подростки правильно научились заканчивать свою работу за компьютером, им предлагается упражнение-рекомендация: подростки должны внимательно следить за тем, что им говорят и следовать указаниям. По итогу занятия

проводится рефлексия, где каждый высказывает свои впечатления по проведенным упражнениям. Завершается занятие ритуалом прощания.

Занятие седьмое преследует собой цель помочь выявить скрытые желания, тайные мечты, сформировать точные образы и составить план действия по его выполнению. Для выполнения этих целей проводятся такие упражнения как «Черепаша», «Круг субличностей», «По следам субличностей». Подростки и родители фантазируют на тему своих желаний, делятся ими со всеми участниками, а затем составляют план действий по их выполнению. В соответствии с целями те ответы, которые не будут признаны правильными, детально изучаются и изменяются. Заканчивается занятие коллективной рефлексией и традиционным прощанием.

В начале восьмого занятия, в ходе традиционного ритуала приветствия, выдвигается идея о создании нового правила «Нельзя отказываться от участия в упражнениях». Далее проводится ролевая игра «Свобода от зависимости», которая нацелена на осознание подростками последствий состояния зависимого поведения. Участники описывают, какие чувства они испытывают, проигрывают свои роли, сообщают, приятным ли было освобождение от зависимости. А остальные участники рассказывают, что они наблюдают в этот момент. Затем проводится беседа «Значение позитивного отношения к жизни», которая поможет подросткам и родителям в развитии осознанности и активизация мышления. В ходе упражнения «Избавляемся от негативных слов» используется мяч, что способствует положительному настрою подростков. Для развития у подростков и родителей навыков, способствующих положительному восприятию реальности и навыков постановки целей, проводится упражнение «Позитивное мышление». В ходе этого упражнения подростки и родители смогут понять, что негативные мысли – это наш выбор, наша вредная привычка, которую можно и нужно заменить на полезную. В ходе рефлексии каждый высказывает свои впечатления по проведенным упражнениям. В завершении все аплодируют друг другу и благодарят за проведенный день.

Занятие девятое по традиции начинается с приветствия. Далее предлагается первое упражнение «Мой идеальный день». Подростки и родители должны в подробностях описать свой идеальный день, далее им предлагается прожить этот день, и поделится своими впечатлениями. В упражнении «Умение благодарить» предлагается благодарить абсолютно за все, что есть в их жизни, даже за трудности и разочарования, ведь они делают их сильнее, обогащают их жизненный опыт. Посмотреть на свою жизнь с точки зрения того, что у них уже есть, а не с точки зрения того, чего не хватает. Далее под релаксационную музыку проводится упражнение «Визуализация», в котором создаются в воображении позитивные образы будущего. В завершении этого упражнения подростки и родители делятся своими эмоциями, трудностями и переживаниями. В завершении девятого занятия проводится упражнение «Дождик». Это упражнение помогает снять эмоциональное напряжение и повысить настроение. В процессе рефлексии подростки и родители делают выводы о том, что необходимо быть более позитивными, добрыми и веселыми. В завершении все друг другу аплодируют и благодарят за проведенный день.

Занятие десятое является завершающим. Целью данного занятия является развитие умения эмоционального контроля. С помощи лекции-беседы, а также полученными в ходе коррекционной работы навыками, выявляются и закрепляются наиболее эффективные способы контролирования зависимости. В завершении все аплодируют друг другу и благодарят за проведенный день.

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.

Таким образом, в содержание занятий входят разработанные упражнения, приемы мозгового штурма, ролевые игры, психодрама. Упражнения, используемые на занятиях, направлены на повышение уровня информированности подростков о негативном влиянии аддикций;

формированию у подростков личностных качеств, обеспечивающих доминирование ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от зависимого поведения; оптимизацию общения подростков и родителей. Разработанная система занятий может способствовать снижению склонности к зависимому поведению у старших подростков.

Ниже представлены результаты повторной диагностики.

2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики

На заключительном этапе исследовательской работы было проведено повторное диагностирование зависимого поведения у старших подростков.

Цель повторной диагностики: проследить изменения склонности старших подростков к зависимому поведению в результате проведения системы занятий «Выбор за мной» и сделать вывод об эффективности проведенной работы.

Результаты повторной диагностики по методике «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая), тесту «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев), опроснику «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева) представлены в Приложении Е.

На рисунке 28 представлены результаты первичной и повторной диагностики старших подростков по методике «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая).

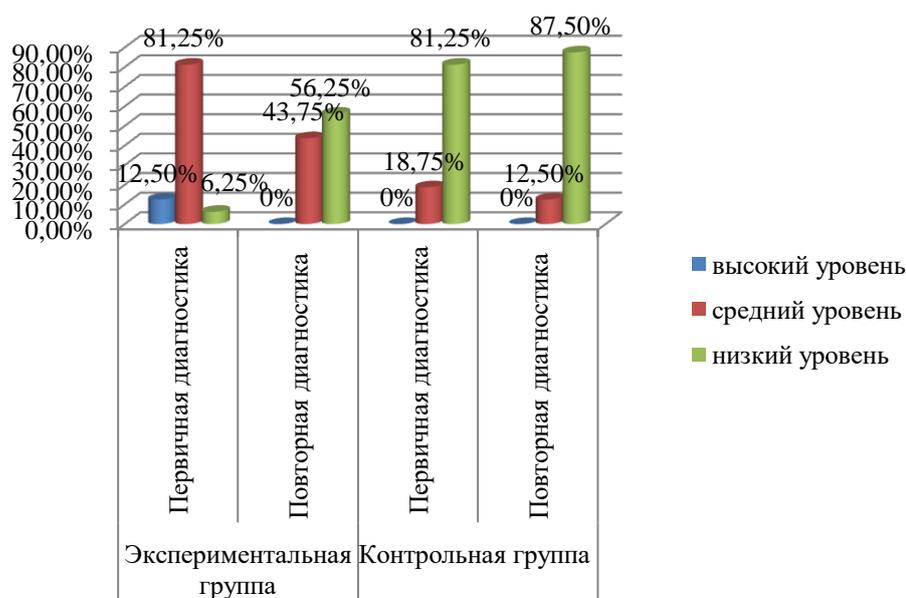


Рисунок 28 – Результаты первичной и повторной диагностики старших подростков по методике «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая)

Анализируя данные первичной и повторной диагностики по методике «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая), мы пришли к следующим выводам.

При первичной диагностике высокий уровень склонности к зависимостям характерен для 2 (12,5%) подростков экспериментальной группы, при повторной диагностике подростков с высоким уровнем склонности к зависимостям не выявлено.

При первичной диагностике средний уровень склонности к зависимостям выявлен у 13 (81,25%) подростков экспериментальной группы, при повторной диагностике средний уровень склонности к зависимостям - у 7 (43,75%) подростков.

Следует отметить, что при первичной диагностике низкий уровень склонности к зависимостям диагностирован у 1 (6,25%) подростка экспериментальной группы, при повторной диагностике низкий уровень склонности к зависимостям выявлен у 9 (56,25%) подростков.

Динамика показателей отмечается по всем 13 видам зависимостей, однако, наибольшие изменения зафиксированы относительно таких зависимостей, как: алкогольная, компьютерная, наркотическая, никотиновая, телевизионная, лекарственная.

В контрольной группе также произошли изменения в уровнях склонности к зависимостям, однако, более выражены они в экспериментальной группе, где была реализована система занятий, направленных на профилактику зависимого поведения у старших подростков.

На рисунке 29 представлены результаты первичной и повторной диагностики старших подростков по тесту «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев).



Рисунок 29 – Результаты первичной и повторной диагностики старших подростков по тесту «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев)

Анализируя данные первичной и повторной диагностики по тесту «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев), мы пришли к следующим выводам.

При первичной диагностике сформированная модель зависимости диагностирована у 3 (18,75%) подростков экспериментальной группы, при

повторной диагностике подростков со сформированной моделью зависимости не выявлено.

Следует отметить, что при первичной диагностике ситуативная предрасположенность к зависимому поведению характерна для 13 (81,25%) подростков экспериментальной группы, при повторной диагностике ситуативная предрасположенность - для 12 (75%) подростков.

Анализируя результаты исследования, мы отмечаем, что при первичной диагностике в экспериментальной группе не было выявлено подростков с отсутствием признаков зависимого поведения, при повторной диагностике отсутствие признаков зависимого поведения диагностировано у 4 (25%) подростков экспериментальной группы.

Констатируем, что наибольшее количество изменений зафиксировано по таким блокам, как: степень выраженности зависимого поведения и наличие склонности к делинквентному поведению.

В контрольной группе также произошли изменения в уровнях склонности к зависимостям, однако, более выражены они в экспериментальной группе, где была реализована система занятий, направленных на профилактику зависимого поведения у старших подростков.

На рисунке 30 представлены результаты первичной и повторной диагностики старших подростков по опроснику «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева).

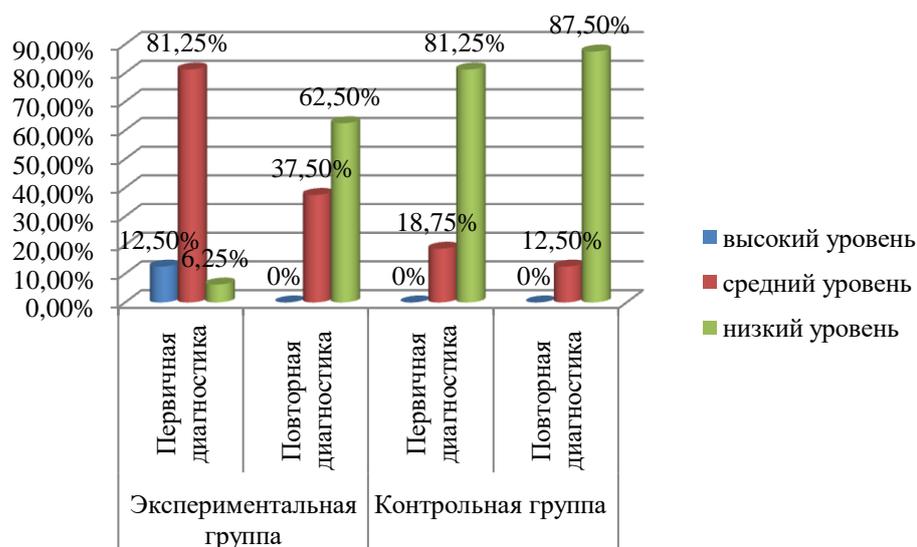


Рисунок 30 – Результаты первичной и повторной диагностики старших подростков по опроснику «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева)

Анализируя данные первичной и повторной диагностики по опроснику «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю. А. Тюменева), мы пришли к следующим выводам.

При первичной диагностике высокий уровень склонности к наркозависимости диагностирован у 2 (12,5%) подростков экспериментальной группы, при повторной диагностике подростков с высоким уровнем склонности к наркозависимости не выявлено.

При первичной диагностике средний уровень склонности к наркозависимости выявлен у 13 (81,25%) подростков экспериментальной группы, при повторной диагностике средний уровень склонности к наркозависимости - у 6 (37,5%) подростков.

При первичной диагностике низкий уровень склонности к наркозависимости характерен для 1 (6,25%) подростка экспериментальной группы, при повторной диагностике низкий уровень склонности к наркозависимости выявлен у 10 (62,5%) подростков.

Изменения произошли по всем трем шкалам данной методики, однако, наибольшее количество изменений зафиксировано по такой шкале, как

«Интерес к наркотикам». Если при первичной диагностике в ответах подростков выявлены любопытство к сфере наркотиков, а также повышенный интерес к данной сфере, то при повторной диагностике диагностировано полное отрицание интереса к наркотикам.

В контрольной группе также произошли изменения в уровнях склонности к наркозависимости, однако, более выражены они в экспериментальной группе, где была реализована система занятий, направленных на профилактику зависимого поведения у старших подростков.

Систематизируем данные по всем трем методикам в экспериментальной группе в таблице 1.

Таблица 1 – Сводная таблица проведенной диагностики в экспериментальной группе

	Диагностика склонности к 13 видам зависимостей»		«Склонность к девиантному поведению»		«Группа риска наркозависимости»	
	Первичная диагностика	Повторная диагностика	Первичная диагностика	Повторная диагностика	Первичная диагностика	Повторная диагностика
Высокий уровень	12,5%	0%	18,75%	0%	12,5%	0%
Средний уровень	81,25%	43,75%	81,25%	87,5%	81,25%	18,75%
Низкий уровень	6,25%	56,25%	0%	12,5%	6,25%	81,25%

Как свидетельствуют данные таблицы 1, уровень склонности к зависимому поведению у старших подростков экспериментальной группы снизился.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что система занятий «Выбор за мной» оказалась эффективной для снижения склонности к зависимому поведению у старших подростков экспериментальной группы, следовательно, может быть использована в практике педагога-психолога в условиях образовательной организации.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам проведенной работы мы можем сделать следующие выводы.

Проанализировав психолого-педагогическую литературу по теме исследования, мы пришли к выводу о том, что зависимое поведение рассматривается как поведение, связанное с психологической или физической зависимостью от употребления какого-либо вещества или от специфической активности, с целью изменения психического состояния. Существует несколько классификаций зависимого поведения: в наркологии зависимости принято рассматривать как психологические и физические, с точки зрения отношения социума к зависимому поведению выделяют социально одобряемое и социально неодобряемое поведение, Ц.П. Короленко и Н.В. Дмитриева зависимости делят на химические и нехимические, В.В. Барцалкина выделяет осознанную и неосознанную зависимости.

В настоящее время проблема зависимого поведения подростков стоит особенно остро. Обобщая теоретические источники, мы пришли к выводу, что причинами раннего развития зависимого поведения у старших подростков различны: наследственная предрасположенность, акцентуации характера и психопатии, психосоциальные факторы (деформации в системе воспитания родителями, негативное влияние ближайшего окружения, социальные установки и стереотипы), негативное влияние сверстников, физиологические и психологические особенности, свойственные молодым людям, потребность в новых ощущениях. Последствиями зависимостей старших подростков являются: наступление психопатологических расстройств, нарушение интеллекта и психики, проблемы в обучении, попадание в неблагоприятную социальную среду, возникновение аддиктивного поведения, нарушение деятельности всех органов и систем, развитие различных заболеваний.

В связи со сложившейся ситуацией возникает необходимость профилактики зависимого поведения у старших подростков. На сегодняшний

день можно говорить о трех направлениях профилактической работы в данном направлении. В рамках первого направления ведется информирование подростков о проблеме зависимого поведения. Задача данного направления: не допустить формирования склонности к зависимому поведению. Используются такие формы работы, как: проведение консультационных бесед, круглых столов, брифингов, популярных среди молодежи флешмобов. Также эффективно издание информационных брошюр, буклетов, памяток, листовок, в которых специалисты вооружают молодых людей способами, приемами и методами по преодолению зависимого поведения. Второе направление профилактической работы включает деятельность, направленную на устранение склонности к зависимому поведению. В рамках данного направления организуются тренинги, семинары, программы сопровождения. Основная цель третьего направления – это организация коррекции уже имеющегося и выявленного зависимого поведения. В работу вовлекаются не только педагоги и психологи, но и медицинские работники, сотрудники органов внутренних дел, подразделений по делам несовершеннолетних. Работа проводится посредством организации поддерживающих социальных групп, групп взаимопомощи, обеспечения доступа к профессиональной психологической и при необходимости медицинской помощи.

Нами организовано экспериментальное исследование, направленное на изучение зависимого поведения у старших подростков на базе МБОУ «СШ № 31» города Красноярск. Выборка представлена учащимися 9-ых классов в количестве 32 человек. В качестве диагностического инструментария использовались следующие методики: «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая); тест «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев); опросник «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева).

На основании полученных данных первичной диагностики склонности к зависимому поведению старших подростков, выделены экспериментальная и контрольная группы, в которые вошли старшеклассники, имеющие разный

уровень склонности к зависимому поведению. В экспериментальную группу включены 16 (50%) старших подростков, у которых диагностировано наличие признаков тенденции формирования зависимого поведения, выявлены признаки повышенной склонности к зависимому поведению. Контрольная группа включает 16 (50%) старших подростков, которые имеют низкий уровень склонности к зависимому поведению.

Для осуществления профилактической работы со старшими подростками, имеющими склонность к аддиктивному поведению, нами разработана система занятий «Выбор за мной». Особая роль в ведении комплексной профилактической работы, затрагивающей личность подростка, принадлежит его семейному окружению, условиям обучения и воспитанию в образовательной организации. Исходя из этого, принято решение привлечь к реализации занятий родителей подростков.

С подростками экспериментальной группы и их родителями реализована система занятий, в содержание которых вошли упражнения, приемы мозгового штурма, ролевые игры, психодрама. Упражнения, используемые на занятиях, направлены на повышение уровня информированности подростков о негативном влиянии аддикций; формированию у подростков личностных качеств, обеспечивающих доминирование ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от зависимого поведения; оптимизацию общения подростков и родителей.

Анализируя результаты повторной диагностики по методике «Диагностика склонности к 13 видам зависимостей» (автор – Г.В. Лозовая), тесту «Склонность к девиантному поведению» (авторы – Э.В. Леус, А.Г. Соловьев), опроснику «Группа риска наркозависимости» (авторы – Б.И. Хасан, Ю.А. Тюменева), мы отмечаем снижение количества старшеклассников экспериментальной группы, склонных к зависимому поведению. Данный факт позволяет нам говорить о том, что у данной группы подростков повысился уровень информированности о негативном влиянии аддикций, сформировались

личностные качества, обеспечивающие доминирование ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от зависимого поведения.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что система занятий «Выбор за мной» оказалась эффективной для снижения склонности к зависимому поведению у старших подростков экспериментальной группы, следовательно, может быть использована в практике педагога-психолога в рамках образовательной организации.

Цели задачи, поставленные нами в выпускной квалификационной работе, успешно реализованы в ходе исследования.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абдуллаева, В. К. Влияние семейных взаимоотношений на формирование интернет зависимого поведения у подростков / В. К. Абдуллаева, Ш. Р. Сулейманов, Ф. К. Шарипова, С. Б. Бабарахимова // Человеческий фактор: Социальный психолог. – 2021. – № 1(41). – С. 140-145.
2. 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.
3. Антоненко, А. А. Интернет-зависимость подростков от компьютерных игр и онлайн-общения : специальность 19.00.04 «Медицинская психология» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук / Антоненко Анна Анатольевна. – Москва, 2014. – 19 с.
4. Артюхова, А. Е. Эмоциональные состояния в подростковом возрасте / А. Е. Артюхова, Т. Г. Бобченко // Инновационная наука. – 2017. – № 5. – С. 228-230.
5. Балашова, Е. С. Влияние особенностей мировоззрения на формирование алкогольной зависимости в подростковом возрасте / Е. С. Балашова, С. М. Мальцева, А. А. Бушуева, Ю. В. Поздышева // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2019. – № 2. – С. 23-25.
6. Барцалкина, В. В. Актуальность научного направления «Аддиктология» / В. В. Барцалкина // Аддиктивное поведение: профилактика и реабилитация: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Москва : Институт психологии РАН, 2016. – С. 77-82.
7. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – Москва : Питер, 2008. – 398 с. – ISBN 978-5-91180-846-4.
8. Боташев, Э. С. Проблемы профилактики поведенческих девиаций старшеклассников в современном обществе / Э. С. Боташев, А. С. Койчуева // EUROPEAN SOCIAL SCIENCE JOURNAL. – 2017. – № 11. – С. 234-243.

9. Выготский, Л. С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. – Москва : Смысл : Эксмо, 2003. – 1134 с. – ISBN 5-699-02553-7.
10. Голубков, Г. В. Причины возникновения кризиса в подростковом возрасте / Г. В. Голубков, Я. А. Лычагина // Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2019. – № 5. – С. 327-331.
11. Голубков, Г. В. Причины возникновения кризиса в подростковом возрасте / Г. В. Голубков, Я. А. Лычагина // Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2019. – № 5. – С. 327-331.
12. Горбунова, В. С. Методика для исследования смысложизненного кризиса личности в подростковом возрасте / В. С. Горбунова // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2021. – № 1. – С. 27-40.
13. Григорьев, П. Е. Различия в структуре Интернет-зависимости у девушек и юношей - обучающихся старших классов общеобразовательных школ / П. Е. Григорьев, А. С. Гальченко, Л. В. Поскотинова // Гуманитарные науки (г.Ялта). – 2021. – № 3(55). – С. 123-127.
14. Джиба, Е. С. Изучение пищевого поведения старшеклассников / Е. С. Джиба // Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2020. – № 3. – С. 34-39.
15. Дмитриева, Н. В. Психологические механизмы развития аддиктивного поведения / Н. В. Дмитриева, Л. В. Левина // Сибирский педагогический журнал. – 2016. – № 9. – С. 65-72.
16. Дубровина, И. В. Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту / И. В. Дубровина. – Москва : Педагогика, 1987. – 181 с. – ISBN 5-7155-0028-1.
17. Егоров, А. Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции (обзор) / А. Ю. Егоров // Аддиктология. – 2017. – № 1. – С. 65-76.
18. Епихина, П. В. Социально-педагогическая профилактика употребления психоактивных веществ подростками / П. В. Епихина // Гаудеамус. – 2016. – № 4. – С. 63-68.

19. Змановская, Е. В. Девиантология: психология отклоняющегося поведения личности / Е. В. Змановская. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 207 с. – ISBN 978-5-7695-4921-2.
20. Казанская, В. Г. Подросток: трудности взросления: книга для психологов, педагогов, родителей / В. Г. Казанская. – Санкт-Петербург : Питер, 2008. – 283 с. – ISBN 978-5-388-00089-7.
21. Колмогорцева, А. А. Психологические особенности личности как предикторы интернет-зависимости : специальность 19.00.01. «Общая психология, психология личности, история психологии» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук / Колмогорцева Анастасия Алексеевна. – Челябинск, 2021. – 27 с.
22. Короленко, Ц. П. Психосоциальная аддиктология / Ц. П. Короленко, Н. В. Дмитриева. – Новосибирск : Олсиб, 2013. – 251 с. – ISBN 5-901048-06-7.
23. Котляр, И. А. Вехи на пути построения психологии подросткового возраста / И. А. Котляр, Л. Ф. Обухова // На пороге взросления. – Москва : Изд-во МГППУ, 2011. – 134 с. – ISBN 978-5-9916-9438-4.
24. Кузьмин, М. Ю. Динамика нормативного кризиса и собственно кризиса идентичности в подростковом возрасте / М. Ю. Кузьмин // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. – 2017. – № 1. – С. 202-207.
25. Кулаковская, Д. Н. Проблема компьютерной зависимости среди старшеклассников / Д. Н. Кулаковская // Молодежный научный форум : сборник статей по материалам СХХV студенческой международной научно-практической конференции, Москва, 26 апреля 2021 года. – Москва : ООО «Международный центр науки и образования», 2021. – С. 13-17.
26. Лебедкин, Н. Д. Трудности подросткового возраста / Н. Д. Лебедкин, А. Б. Михалева // Международный научно-исследовательский журнал. – 2015. – № 3. – С. 120-121.

27. Малыгин, В. Л. Дифференцированная психологическая коррекция интернет-зависимости у подростков / В. Л. Малыгин, Ю. А. Меркурьева // Консультативная психология и психотерапия. – 2020. – Т. 28. – № 3(109). – С. 142-163.
28. Мантикова, А. В. Формирование личности в старшем пубертатном возрасте / А. В. Мантикова // Наука. Мысль: электронный периодический журнал. – 2016. – № 9. – С. 38-42.
29. Меркурьева, Ю. А. Дифференцированная психологическая коррекция расстройств привычек и влечений в форме интернет-зависимости у подростков : специальность 19.00.04. «Медицинская психология» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора медицинских наук / Меркурьева Юлия Александровна. – Москва, 2022. – 29 с.
30. Мищенко, В. И. Проблемные вопросы профилактики девиантного поведения несовершеннолетних и пути их решения / В. И. Мищенко, В. В. Мищенко // Евразийский союз ученых. – 2018. – № 1-2(46). – С. 47-49.
31. Неустроева, О. В. Психологическая характеристика подросткового возраста в концепциях Д.Б. Эльконина и Д.И. Фельдштейна // / О. В. Неустроева // European research. – 2015. – № 6. – С. 64-66.
32. Овчинникова, Р. С. Выявление склонности к зависимому поведению среди старшеклассников / Р. С. Овчинникова, И. Ф. Шиляева // Молодой ученый. – 2021. – № 15(357). – С. 296-299.
33. Орлов, В. Б. Особенности аэнергично-затрудняющегося типа организации ответственности у подростков в аспекте отношения к алкоголю, формированию алкогольных установок и профилактики алкогольной зависимости / В. Б. Орлов // Евразийский Союз Ученых. – 2019. – № 11. – С. 63-68.
34. Петрова, Д. Б. Инструментальный подход к исследованию трудностей общения в подростковом возрасте / Д. Б. Петрова, Н. А. Мишанкина // Перспективы науки и образования. – 2018. – № 1. – С. 188-194.

35. Петухова, Л. П. Чувство одиночества и внутриличностные конфликты в старшем подростковом возрасте / Л. П. Петухова, Н. В. Серегина, Т. А. Степченко // Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – № 63. – С. 304-307.
36. Прихожан, А. М. Проблема подросткового кризиса / А. М. Прихожан // Психологическая наука и образование. – 1997. – № 1. – С. 82-87.
37. Распопова, Н. И. Дисгармоничное развитие личности, как предиктор формирования аддиктивного поведения / Н. И. Распопова, М. Ш. Джамантаева, Р. А. Мархабаева // Вестник Казахского Национального медицинского университета. – 2019. – № 1. – С. 216-224.
38. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_180402/ (дата обращения 15.01.2023).
39. Реутова, Ю. П. Психолого-педагогические технологии преодоления зависимого поведения в молодежной среде / Ю. П. Реутова // Трибуна ученого. – 2021. – № 12. – С. 380-391.
40. Рождественская, Н. А. Как понять подростка / Н. А. Рождественская. – Москва: Просвещение, 1995. – 83 с. – ISBN 5-86825-004-4.
41. Руководство по аддиктологии / под ред. проф. В. Д. Менделевича. – Москва : Речь, 2015. – 768 с. – ISBN 5-9268-0543-0.
42. Семяняк, И. В. Психологические предикторы зависимого поведения: специальность 19.00.04. «Медицинская психология» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук / Семяняк Иван Владимирович. – Москва, 2022. – 29 с.
43. Симонов, К. И. Современные методы профилактики зависимого поведения подростков / К. И. Симонов, О. А. Гучустян // Интернаука. – 2019. – № 39(121). – С. 13-15.

44. Солдатова, Е. Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: монография / Е. Л. Солдатова. – Челябинск : Изд-во ЮУрГУ, 2007. – 267 с. – ISBN 978-5-696-03755-4.

45. Тигров, С. В. Профилактика девиантного, аддиктивного, рискованного, делинквентного поведения у несовершеннолетних / С. В. Тигров, О. В. Юдина // Семья и социум: психологические и социально-педагогические аспекты профилактики девиантного поведения : сборник материалов межрегиональной научно-практической конференции с международным участием – Липецк : Полиграфическая студия «Открытый мир», 2020. – С. 156-162.

46. Трусова, А. В. Распространенность интернет-зависимого поведения среди российских подростков в возрасте 15-18 лет / А. В. Трусова, А. Е. Канашов // Вопросы наркологии. – 2021. – № 5 (200). – С. 5-14.

47. Указ Президента РФ от 23.11.2020 № 733 «Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года». – URL: <https://base.garant.ru/74938781/> (дата обращения 15.01.2023).

48. Фельдштейн, Д. И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности: Избранные труды / Д.И. Фельдштейн.– Москва : Флинта, 2004. – 670 с. – ISBN 5-89502-096-8.

49. Холодковская, О. С. Трудный переходный возраст. Легкое решение сложных проблем / О. С. Холодковская, В. А. Пашнина. – Москва : Норма, 2011. – 192 с. – ISBN 978-5-4226-0176-9.

50. Хомерики, Н. С. Индивидуально-психологические особенности подростков с интернет-зависимым поведением : специальность 19.00.04. «Медицинская психология» : автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора психологических наук / Хомерики Нина Сергеевна. – Санкт-Петербург, 2013. – 24 с.

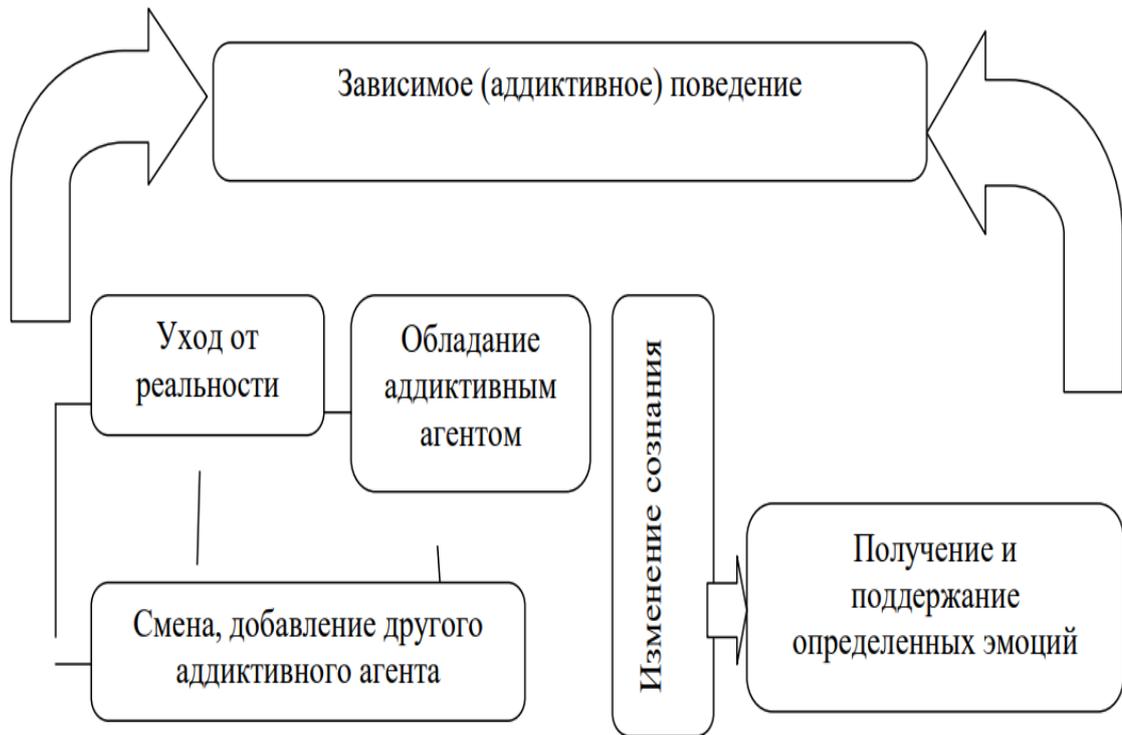
51. Эльконин, Д. Б. Детская психология: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования / Д. Б. Эльконин. – Москва : Академия, 2011. – 383 с. – ISBN 978-5-7695-8389-6.

52. Эриксон, Э. Г. Детство и общество: перевод А. А. Алексеева / Э. Г. Эриксон. – Санкт-Петербург : Психол. центр «Ленато», 1996. – 589 с. – ISBN 5-7841-0070-X.

53. Юстус, С. А. Жизненные стратегии современных подростков, склонных к зависимому поведению / С. А. Юстус // Поколение z: социальный характер, идентичность и ориентации современных подростков : сборник статей Всероссийской научной конференции с международным участием. – Уфа : Башкирский государственный университет, 2019. – С. 253-256.

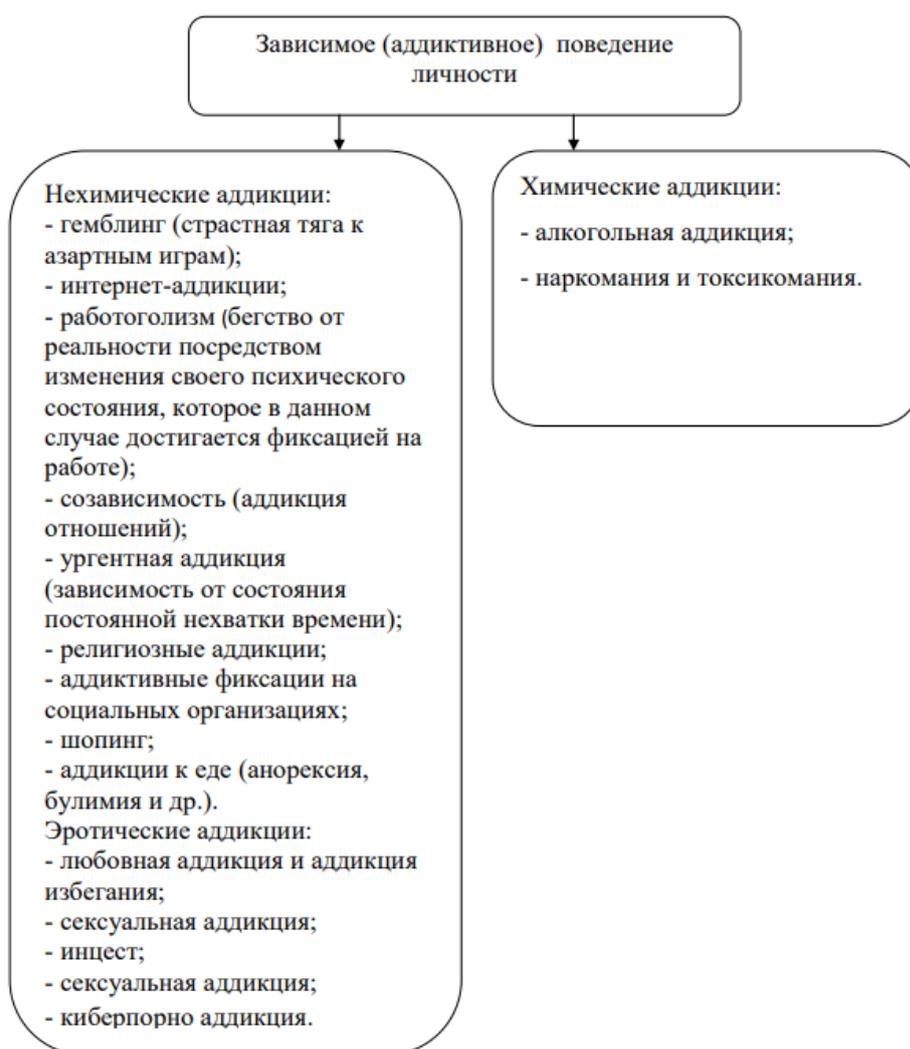
ПРИЛОЖЕНИЕ А

Структура зависимого поведения (авторы – Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева)



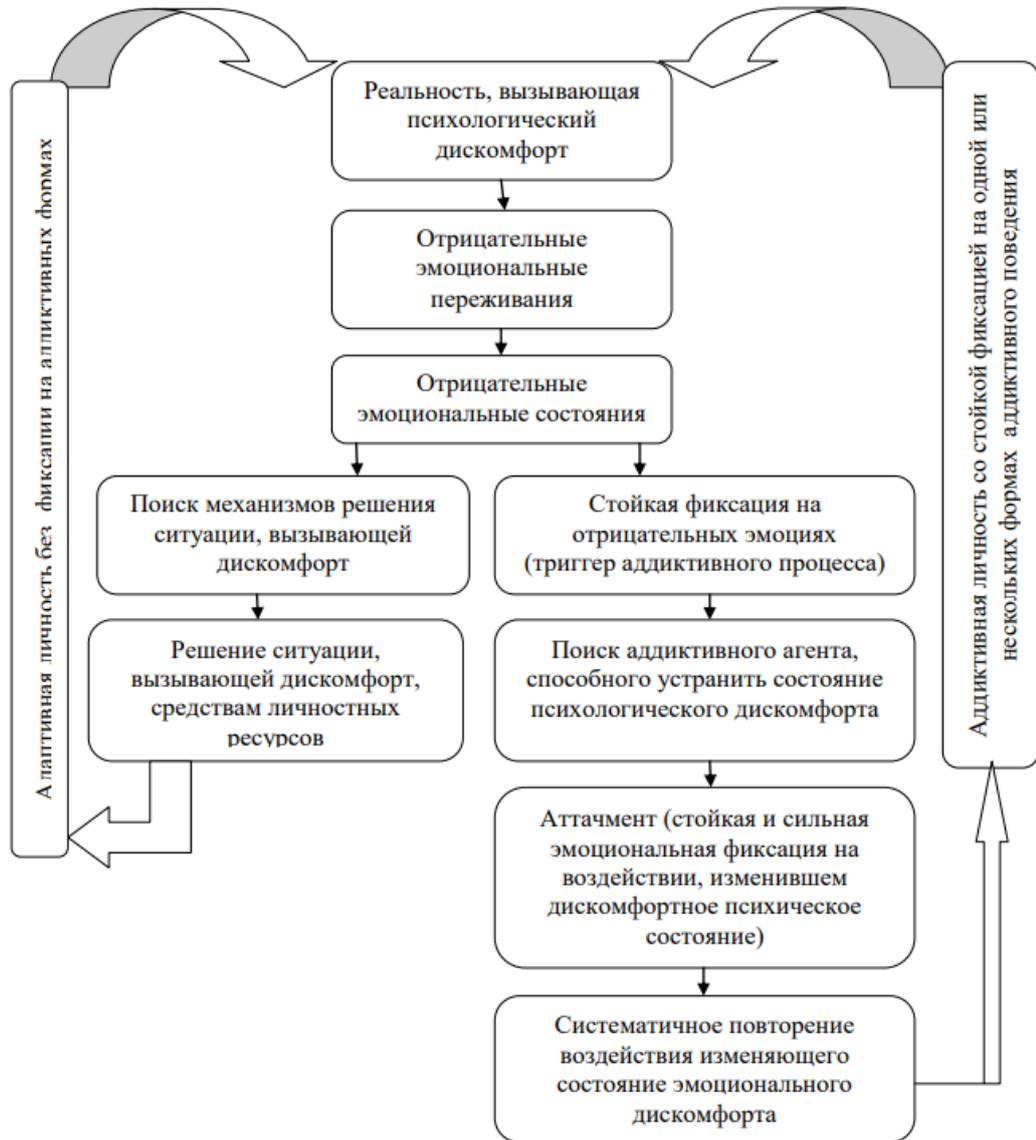
ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Классификация зависимых форм поведения (авторы – Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева)



ПРИЛОЖЕНИЕ В

Механизмы развития зависимого поведения (авторы – Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева)



ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Результаты первичной диагностики зависимого поведения у старших подростков

Таблица Г.1 – Результаты первичной диагностики уровня склонности к зависимостям у старших подростков (по методике Г.В. Лозовой)

Респонденты			Зависимости													
№	Возраст	Пол	Зависимость от алкоголя	Телевизионная зависимость	Любовная зависимость	Игровая зависимость	Зависимость от межполовых отношений	Пищевая зависимость	Религиозная зависимость	Трудовая зависимость	Лекарственная зависимость	Зависимость от компьютера (интернета, соц. сетей)	Зависимость от курения	Зависимость от здорового образа жизни	Наркотическая зависимость	Общая склонность к зависимостям
1	15 лет	м	5	15	21	5	11	18	15	17	5	7	5	25	5	13
2	15 лет	ж	5	5	13	5	5	9	5	18	11	6	5	19	5	5
3	15 лет	ж	5	19	21	12	11	17	5	14	7	11	5	16	7	16
4	15 лет	м	5	12	20	8	9	17	8	17	17	13	5	25	5	17
5	16 лет	м	6	6	19	7	5	14	5	15	15	7	5	13	7	16
6	16 лет	ж	5	18	24	10	10	23	15	15	8	9	5	17	5	17
7	16 лет	ж	5	14	17	8	7	9	8	12	6	11	5	8	5	13
8	16 лет	м	5	13	13	5	5	9	9	13	5	5	5	21	6	12
9	15 лет	ж	10	12	11	9	6	25	5	21	23	17	15	20	7	11

Продолжение таблицы Г.1

10	16 лет	ж	5	13	21	5	5	22	17	10	5	13	5	18	5	17
11	16 лет	м	5	5	14	5	5	13	5	17	5	7	5	23	5	9
12	16 лет	ж	5	9	14	5	8	12	13	20	5	9	5	21	6	12
13	15 лет	м	6	5	10	5	5	7	5	15	8	7	5	15	5	14
14	16 лет	ж	14	5	17	13	12	17	5	10	8	15	5	12	5	15
15	16 лет	м	5	7	13	5	11	9	5	16	7	10	5	14	5	9
16	16 лет	ж	5	15	16	5	11	19	6	12	7	6	5	22	5	12
17	16 лет	ж	5	7	18	14	11	11	12	12	10	11	5	15	9	15
18	16 лет	ж	5	12	16	5	9	13	5	17	8	9	5	19	5	8
19	15 лет	м	8	13	24	18	13	13	5	6	7	12	5	12	6	16
20	16 лет	м	9	6	18	5	13	6	5	11	9	8	7	15	7	19
21	15 лет	ж	6	5	10	7	5	12	18	13	5	7	5	21	5	5
22	15 лет	ж	5	13	18	6	16	16	5	23	10	8	5	23	7	11
23	16 лет	м	17	17	5	5	5	12	5	9	13	13	9	9	5	14
24	15 лет	ж	5	7	17	5	5	6	5	13	5	6	5	21	5	11
25	15 лет	м	12	21	14	11	9	20	8	20	9	16	5	18	5	15
26	16 лет	ж	5	17	14	5	5	10	7	12	7	11	5	20	6	19

Окончание таблицы Г.1

27	16 лет	м	5	5	17	5	5	8	5	13	5	5	5	23	5	7
28	16 лет	ж	5	13	21	5	9	21	5	17	5	13	5	25	7	13
29	16 лет	м	8	6	9	5	15	14	5	13	14	10	5	17	5	8
30	15 лет	м	7	14	20	12	10	11	13	18	7	7	5	22	5	9
31	15 лет	м	9	17	17	5	5	19	9	15	5	7	5	25	5	9
32	16 лет	ж	11	13	17	7	11	19	9	10	7	6	5	19	5	10

Значение баллов:

5-11 баллов – низкая степень склонности к зависимостям.

12-18 – средняя степень склонности к зависимостям.

19-25 – высокая степень склонности к зависимостям.

Таблица Г.2 – Результаты первичной диагностики уровня склонности к зависимостям у старших подростков (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

Респонденты			Социально обусловленное поведение (СОП) 1-15	Делинквентное поведение (ДП) 16-30	Зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП)	Агрессивное поведение (АП)	Суицидальное (аутоагрессивное) поведение (СП)
№	возраст	пол	1 блок (1-15)	2 блок (16-30)	3 блок (31-45)	4 блок (46-60)	5 блок (61-75)
1	15 лет	м	14	4	5	1	0
2	15 лет	ж	14	3	3	3	12
3	15 лет	ж	13	7	3	6	11
4	15 лет	м	21	9	9	9	11
5	16 лет	м	17	5	5	4	12
6	16 лет	ж	17	3	7	4	6
7	16 лет	ж	13	4	6	1	2
8	16 лет	м	14	6	3	2	6
9	15 лет	ж	18	9	10	15	13
10	16 лет	ж	19	6	3	7	11
11	16 лет	м	14	2	2	1	2
12	16 лет	ж	13	4	6	2	4
13	15 лет	м	16	2	2	2	2
14	16 лет	ж	17	6	6	6	12
15	16 лет	м	17	5	3	5	8

Окончание таблицы Г.2

16	16 лет	ж	13	1	2	4	5
17	16 лет	ж	16	7	6	6	11
18	16 лет	ж	12	5	2	1	2
19	15 лет	м	18	11	5	6	9
20	16 лет	м	16	5	4	2	5
21	15 лет	ж	20	2	1	0	2
22	15 лет	ж	13	4	5	4	4
23	16 лет	м	19	8	11	1	13
24	15 лет	ж	12	0	4	0	1
25	15 лет	м	24	7	8	13	13
26	16 лет	ж	13	4	5	2	7
27	16 лет	м	12	1	4	2	1
28	16 лет	ж	10	0	0	2	0
29	16 лет	м	24	7	8	5	9
30	15 лет	м	16	4	3	4	2
31	15 лет	м	8	6	3	6	3
32	16 лет	ж	19	2	5	3	2

Таблица Г.3 – Результаты первичной диагностики уровня склонности к наркозависимости у старших подростков (по методике Б.И. Хасана, Ю.А. Тюменева)

Респонденты			Шкала «Поведение в ситуации риска»	Шкала «Интерес к наркотикам»	Шкала «Социальные установки»
№	возраст	пол			
1	15 лет	м	9	6	10
2	15 лет	ж	8	8	20
3	15 лет	ж	23	12	34
4	15 лет	м	13	9	14
5	16 лет	м	19	13	28
6	16 лет	ж	19	21	30
7	16 лет	ж	14	9	12
8	16 лет	м	18	7	30
9	15 лет	ж	27	16	35
10	16 лет	ж	22	16	32
11	16 лет	м	15	6	12
12	16 лет	ж	16	7	24
13	15 лет	м	18	14	30
14	16 лет	ж	22	14	33
15	16 лет	м	20	9	26
16	16 лет	ж	19	14	27
17	16 лет	ж	20	9	33
18	16 лет	ж	11	8	17
19	15 лет	м	20	21	35
20	16 лет	м	20	6	19
21	15 лет	ж	14	6	20
22	15 лет	ж	17	6	14
23	16 лет	м	14	28	36

Окончание таблицы Г.3

24	15 лет	ж	14	6	20
25	15 лет	м	28	13	19
26	16 лет	ж	21	14	30
27	16 лет	м	15	6	20
28	16 лет	ж	17	6	14
29	16 лет	м	22	15	33
30	15 лет	м	17	6	22
31	15 лет	м	14	15	19
32	16 лет	ж	25	16	24

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Тематический план системы занятий «Выбор за мной»

№	Тема и цель занятия	Содержание и форма проведения	Материалы и ТСО
Организационный этап			
1	Цель: установления контакта и сплочение подростков и родителей, создание доверительных отношений	Знакомство. Упражнения: «Неужели это я?», «Подъем», «Паутина». Рефлексия: упражнение «Свечка»	- правила взаимодействия в группе - бумага - ручка
2	Цель: дальнейшее знакомство подростков и родителей, установление контакта	Упражнения: «Представь друга», «Живой шрифт», «Круг» «Ниточка и иголочка». Упражнение на завершение: «Аплодисменты»	- макет вопросника - бумага - ручка
Основной этап			
3	Цель: снижение уровня тревожности подростков, снятие напряженности в отношениях между подростками и родителями, повышение информационной грамотности о зависимостях	Упражнения на снятие напряженности: «Колечко», «Что важнее», «Самогипноз», Рефлексия	- бумага - ручка
4	Цель: формирование личного отношения к жизни, к конкретной ситуации, избавление от негативных эмоций	Упражнения «Прекрасный ужасный рисунок», «Я и мой жизненный путь», «Избавление от негативных эмоций». Рефлексия.	- бумага - ручка
5	Цель: установление контакта между подростками и родителями, разрядить обстановку, снижение уровня стрессового состояния	Упражнения: «Бумажные мячики», «Снежки», «Создание линии времени», «Работа с беспокойством». Рефлексия.	- старые газеты - клейкая лента - ручка - бумага
6	Цель: стимулирование интереса подростков и родителей к совместному проведению досуга. к позитивному общению, снижение уровня зависимо поведения	Упражнения: «Конкурс хвастунов», «Работа с привязанностью», «Интернет-склад». Рефлексия	- бумага - ручка

Окончание таблицы

7	Цель: выявление скрытых желаний, формирование точных образов и составление плана действия по его выполнению	Упражнение «Черепаша» «Круг субличностей» «По следам субличностей» Рефлексия	- бумага - ручка -цветные карандаши -фломастеры
8	Цель: осознание участниками последствий состояния зависимого поведения; развитие у подростков навыков, способствующих положительному восприятию реальности и навыков постановки целей	Ролевая игра «Свобода от зависимости». Беседа «Значение позитивного отношения к жизни». Упражнения: «Избавляемся от негативных слов», «Позитивное мышление». Рефлексия	- бумага - ручка -цветные карандаши -фломастеры -мяч
9	Цель: формирование у подростков и родителей положительного настроя; снятие эмоционального напряжения, повышение настроения	Упражнения: «Мой идеальный день», «Умение благодарить», «Визуализация», «Дождик». Рефлексия.	- бумага - ручка - цветные карандаши - фломастеры
Заключительный этап			
10	Цель: формирование умения эмоционального контроля, выявление и закрепление наиболее эффективных способов контролирования зависимостей, эмоциональный настрой родителей и подростков на позитивное общение	Лекция-беседа Круглый стол Рефлексия Подведение итогов	- бумага - ручка -цветные карандаши -фломастеры -тексты ролей

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Результаты повторной диагностики зависимого поведения у старших подростков

Таблица Е.1 – Результаты повторной диагностики уровня склонности к зависимостям у старших подростков экспериментальной группы (по методике Г.В. Лозовой)

Респонденты			Зависимости													
№	Возраст	Пол	Зависимость от алкоголя	Телевизионная зависимость	Любовная зависимость	Игровая зависимость	Зависимость от межполовых отношений	Пищевая зависимость	Религиозная зависимость	Трудовая зависимость	Лекарственная зависимость	Зависимость от компьютера (интернета, соц. сетей)	Зависимость от курения	Зависимость от здорового образа жизни	Наркотическая зависимость	Общая склонность к зависимостям
1	16 лет	м	5	5	14	5	5	13	5	17	5	7	5	23	5	9
2	16 лет	ж	5	9	14	5	8	12	13	20	5	9	5	21	6	12
3	15 лет	м	6	5	10	5	5	7	5	15	8	7	5	15	5	14
4	16 лет	ж	14	5	17	13	12	17	5	10	8	15	5	12	5	15
5	16 лет	м	5	7	13	5	11	9	5	16	7	10	5	14	5	9
6	16 лет	ж	5	15	16	5	11	19	6	12	7	6	5	22	5	12
7	16 лет	ж	5	7	18	14	11	11	12	12	10	11	5	15	9	15
8	16 лет	ж	5	12	16	5	9	13	5	17	8	9	5	19	5	8
9	15 лет	ж	6	5	10	7	5	12	18	13	5	7	5	21	5	5

Окончание таблицы Е.1

10	15 лет	ж	5	13	18	6	16	16	5	23	10	8	5	23	7	11
11	16 лет	м	17	17	5	5	5	12	5	9	13	13	9	9	5	14
12	15 лет	ж	5	7	17	5	5	6	5	13	5	6	5	21	5	11
13	15 лет	ж	5	5	13	5	5	9	5	18	11	6	5	19	5	5
14	16 лет	м	5	5	17	5	5	8	5	13	5	5	5	23	5	7
15	16 лет	м	8	6	9	5	15	14	5	13	14	10	5	17	5	8
16	15 лет	м	7	14	20	12	10	11	13	18	7	7	5	22	5	9

Таблица Е.2 – Результаты повторной диагностики уровня склонности к зависимостям у старших подростков контрольной группы (по методике Г.В. Лозовой)

Респонденты			Зависимости													
№	Возраст	Пол	Зависимость от алкоголя	Телевизионная зависимость	Любовная зависимость	Игровая зависимость	Зависимость от межполовых отношений	Пищевая зависимость	Религиозная зависимость	Трудовая зависимость	Лекарственная зависимость	Зависимость от компьютера (интернета, соц. сетей)	Зависимость от курения	Зависимость от здорового образа жизни	Наркотическая зависимость	Общая склонность к зависимостям
1	16 лет	ж	5	14	17	8	7	9	8	12	6	11	5	8	5	13
2	16 лет	м	5	13	13	5	5	9	9	13	5	5	5	21	6	12
3	15 лет	ж	10	12	11	9	6	25	5	21	23	17	15	20	7	11
4	15 лет	м	12	21	14	11	9	20	8	20	9	16	5	18	5	15
5	16 лет	м	5	7	13	5	11	9	5	16	7	10	5	14	5	9
6	16 лет	ж	5	15	16	5	11	19	6	12	7	6	5	22	5	12
7	16 лет	м	5	5	14	5	5	13	5	17	5	7	5	23	5	9
8	16 лет	ж	5	9	14	5	8	12	13	20	5	9	5	21	6	12
9	15 лет	ж	10	12	11	9	6	25	5	21	23	17	15	20	7	11
10	15 лет	м	7	14	20	12	10	11	13	18	7	7	5	22	5	9

Окончание таблицы Е.2

11	16 лет	ж	11	13	17	7	11	19	9	10	7	6	5	19	5	10
12	15 лет	ж	10	12	11	9	6	25	5	21	23	17	15	20	7	11
13	15 лет	ж	6	5	10	7	5	12	18	13	5	7	5	21	5	5
14	16 лет	м	5	5	14	5	5	13	5	17	5	7	5	23	5	9
15	16 лет	ж	5	9	14	5	8	12	13	20	5	9	5	21	6	12
16	16 лет	ж	5	12	16	5	9	13	5	17	8	9	5	19	5	8

Таблица Е.3 – Результаты повторной диагностики уровня склонности к зависимостям у старших подростков экспериментальной группы (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

Респонденты			Социально обусловленное поведение (СОП) 1-15	Делинквентное поведение (ДП) 16-30	Зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП)	Агрессивное поведение (АП)	Суицидальное (аутоагрессивное) поведение (СП)
№	возр	пол	1 блок (1-15)	2 блок (16-30)	3 блок (31-45)	4 блок (46-60)	5 блок (61-75)
1	15 лет	м	14	4	5	1	0
2	16 лет	ж	17	3	7	4	6
3	16 лет	ж	13	4	6	1	2
4	16 лет	м	14	6	3	2	6
5	16 лет	м	14	2	2	1	2
6	16 лет	ж	13	4	6	2	4
7	15 лет	м	16	2	2	2	2
8	16 лет	ж	13	1	2	4	5
9	16 лет	ж	12	5	2	1	2
10	15 лет	м	18	11	5	6	9
11	16 лет	м	16	5	4	2	5
12	15 лет	ж	20	2	1	0	2
13	15 лет	ж	13	4	5	4	4
14	16 лет	ж	13	4	5	2	7
15	16 лет	м	17	5	3	5	8
16	15 лет	м	8	6	3	6	3

Таблица Е.4 – Результаты повторной диагностики уровня склонности к зависимостям у старших подростков контрольной группы (по методике Э.В. Леуса, А.Г. Соловьева)

Респонденты			Социально обусловленное поведение (СОП) 1-15	Делинквентное поведение (ДП) 16-30	Зависимое (аддиктивное) поведение (ЗП)	Агрессивное поведение (АП)	Суицидальное (аутоагрессивное) поведение (СП)
№	возр	пол	1 блок (1-15)	2 блок (16-30)	3 блок (31-45)	4 блок (46-60)	5 блок (61-75)
1	16 лет	ж	13	4	5	2	7
2	16 лет	м	12	1	4	2	1
3	16 лет	ж	10	0	0	2	0
4	16 лет	м	24	7	8	5	9
5	15 лет	м	16	4	3	4	2
6	15 лет	м	8	6	3	6	3
7	16 лет	ж	19	2	5	3	2
8	16 лет	ж	12	5	2	1	2
9	15 лет	м	18	11	5	6	9
10	16 лет	м	16	5	4	2	5
11	15 лет	ж	20	2	1	0	2
12	15 лет	ж	13	4	5	4	4
13	16 лет	ж	17	3	7	4	6
14	16 лет	ж	13	4	6	1	2
15	16 лет	м	14	6	3	2	6
16	15 лет	м	14	4	5	1	0

Таблица Е.5 – Результаты повторной диагностики уровня склонности к наркозависимости у старших подростков экспериментальной группы (по методике Б.И. Хасана, Ю.А. Тюменева)

Респонденты			Шкала «Поведение в ситуации риска»	Шкала «Интерес к наркотикам»	Шкала «Социальные установки»
№	возраст	пол			
1	15 лет	м	9	6	10
2	16 лет	ж	11	8	17
3	16 лет	ж	17	6	14
4	15 лет	м	14	6	20
5	15 лет	м	17	6	22
6	15 лет	ж	14	15	19
7	16 лет	ж	20	9	26
8	15 лет	м	8	8	20
9	16 лет	ж	16	7	24
10	16 лет	ж	20	9	26
11	15 лет	м	17	6	22
12	16 лет	ж	15	6	12
13	16 лет	м	16	7	24
14	16 лет	ж	25	16	24
15	16 лет	м	11	8	17
16	16 лет	ж	20	9	26

Таблица Е.6 – Результаты повторной диагностики уровня склонности к наркозависимости у старших подростков контрольной группы (по методике Б.И. Хасана, Ю.А. Тюменева)

Респонденты			Шкала «Поведение в ситуации риска»	Шкала «Интерес к наркотикам»	Шкала «Социальные установки»
№	возраст	пол			
1	15 лет	ж	14	15	19
2	16 лет	м	15	6	12
3	15 лет	ж	14	6	20
4	16 лет	м	11	8	17
5	15 лет	м	9	6	10
6	16 лет	ж	15	6	12
7	16 лет	м	16	7	24
8	16 лет	ж	15	6	20
9	16 лет	ж	17	6	14
10	15 лет	м	17	6	22
11	15 лет	ж	14	15	19
12	16 лет	ж	25	16	24
13	16 лет	ж	14	9	12
14	15 лет	м	9	6	10
15	15 лет	ж	8	8	20
16	15 лет	ж	17	6	14