

Общая характеристика аддиктивного поведения

Аддиктивное поведение — одна из форм деструктивного (разрушительного) поведения, стремление уйти от реальности путем изменения своего психического состояния приемом некоторых веществ или постоянной фиксацией внимания на определенных предметах или активностях (видах деятельности), сопровождающихся развитием интенсивных эмоций.

Прибегая к формам аддиктивного поведения, люди пытаются искусственным путем изменить свое психическое состояние, что дает им иллюзию безопасности, восстановления равновесия. Аддиктивные стратегии поведения как правило, вызваны трудностями адаптации к проблемным жизненным ситуациям: сложным социально-экономическим условиям, многочисленным разочарованиям, крушением идеалов, конфликтам в семье и на производстве, утрате близких, резкой смене привычных стереотипов. Хроническая неудовлетворенность реальностью приводит к бегству в мир фантазий, обретению пристанища в сектах, руководимых властными, демагогичными религиозными или политическими лидерами, или же в группировках, приверженных поклонению какому-либо кумиру: рок-группе, спортивной команде или другим «звездам», замене реальных жизненных ценностей и ориентиров искусственными, виртуальными.

Разрушительный характер аддикции проявляется в том, что в этом процессе устанавливаются эмоциональные отношения, связи не с другими людьми, а с неодушевленными предметами или явлениями (особенно при химических зависимостях, азартных играх, бродяжничестве и т.п.).

Эмоциональные отношения с людьми теряют свою значимость, становятся поверхностными. Способы аддиктивной реализации из средства постепенно превращаются и цель.

По мнению Ц.П.Короленко, отвлечение от сомнений и переживаний в трудных ситуациях периодически необходимо всем, но в случае аддиктивного поведения оно становится стилем жизни, когда человек оказывается в ловушке из-за постоянного ухода от реальной действительности.

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ И НАПРАВЛЕНИЯ ПРОФИЛАКТИКИ.

1. Диагностический этап. Включает в себя диагностику личностных особенностей, которые оказывают влияние на формирование аддиктивного поведения:

- повышенная тревожность,
- низкая стрессоустойчивость,
- неустойчивая -концепция,
- низкий уровень интернальности,
- неспособность к эмпатии,

- некоммуникабельность,
- повышенный эгоцентризм,
- низкое восприятие социальной поддержки,
- стратегия избегания при преодолении стрессовых ситуаций,
- направленность на поиск ощущений,
- стремление к социальному одобрению,
- высокие показатели по шкале алекситимии,
- высокие показатели по шкале депрессивности
- агрессивность и др.

Эти показатели можно измерять с помощью диагностических методик (и количественных и качественных), которые мы постоянно используем в своей работе.

Важным направлением работы по выявлению детей, с которыми следует проводить профилактическую работу, является **сбор информации** о положении ребенка в семье, о наличии в семье химически зависимых людей, о характере семейных взаимоотношений, о составе семьи, о увлечениях и способностях ребенка, о его друзьях и других возможных референтных группах. Психологу следует обращаться за информацией к воспитателям, учителям, родителям. Педагог, работающий с детским коллективом, хорошо знает каждого ребенка и достаточно легко укажет Вам на детей, использующих 1 из 4 поведенческих стратегий: «герой семьи», «потерянный ребенок», «козёл отпущения», «клоун».

Еще одним важным источником информации является **наблюдение**. Наблюдайте при личном контакте с детьми за их речью. Есть определенные маркеры, позволяющие нам найти детей этой категории:

Реактивность: проявляется в высказываниях, где причины собственных поступков и эмоций приписываются другим людям: «он меня изводит», «они всегда меня обижают», «она довела меня до белого каления», «он достал меня», «они заставляют меня поступать» и т.д. — т.е. все поступки, эмоции выглядят как реакции на окружающий мир, а не как собственные акции.

Негативные высказывание о себе, своих способностях, возможностях: «что-то голова моя сегодня плохо варит», «с утра ничего не соображаю», «а я-то, дурочка такая, и поверила», «отстаньте у меня уже крыша от Вас едет»

Залипание: в речи могут напрочь отсутствовать высказывания о себе лично, о своих целях, о своих делах. Вместо них все время звучит «мы», «у нас»,

«нам»); или, возможно постоянное упоминание кого-то из членов семьи или близких людей при ответах на вопросы, касающиеся лично ребенка.

2. Информационно-просветительский этап.

Представляет собой расширение компетенции в таких важных областях, как:

- психо-сексуальное развитие,
- культура межличностных отношений,
- технология общения,
- способы преодолевания стрессовых ситуаций,
- конфликтология,
- собственно проблемы аддиктивного поведения (с рассмотрением основных аддиктивных механизмов, видов аддиктивной реализации, динамики развития аддиктивного процесса и последствий).

Просветительская деятельность должна быть направлена на родителей, детей, педагогов. Она может выливаться в любые формы работы : родительские собрания (их можно организовать в форме лекций по теме, можно провести в форме беседы) тематические классные часы для школьников, семинары для педагогов, можно представить информацию на стенде и т.д.

Литература, которую можно рекомендовать родителям и педагогам:

Москаленко В.Д. Ребенок в алкогольной семье. – Вопросы психологии №4, 1991.

Москаленко В. Д. Дети больных алкоголизмом (возраст от 0 до 18 лет).

Джонсон В. Как заставить алкоголика или наркомана лечиться. Москва, 2000.

Норвуд Р. Как не быть рабой любви.

Скиннер, Клиз . Семья и как в ней уцелеть.

Скиннер, Клиз . Жизнь и как в ней выжить.