

Методические рекомендации по организации волонтерских отрядов по пропаганде здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде

I. Введение

Как показывают результаты современных исследований, возраст приобщения к употреблению табака, алкоголя и наркотиков и различных психоактивных веществ (далее – ПАВ) приходится в большинстве случаев на школьные годы и первые годы обучения в вузе. В связи с чем необходимо проводить первичную профилактику злоупотребления алкоголем, наркотиками, токсическими веществами именно в этот период.

Одной из наиболее эффективных форм профилактической работы в молодежной среде является организация молодежных волонтерских отрядов по противодействию злоупотреблению ПАВ и пропаганде здорового образа жизни.

Принадлежность ребят, проводящих занятия со сверстниками, к одному поколению, способность говорить на одном языке, их успешность и привлекательный имидж, компетентность и доступность – все это увеличивает положительный эффект профилактической работы.

Привлечение молодых людей к работе в волонтерских отрядах по противодействию злоупотреблению ПАВ и пропаганде здорового образа жизни позволяет сформировать устойчивые антиалкогольные и антинаркотические установки как у самих волонтеров, так и у тех ребят, с кем они занимаются, развить чувство самоуважения и ответственности. Международная практика и накопленный в нашей стране опыт показывают, что добровольческий труд, являясь лишь одной из возможных форм социализации, играет важную роль в процессе формирования у молодежи первичных знаний, опыта, ценностей и полномочий, необходимых для того, чтобы стать социально активными, ответственными гражданами. Именно добровольчество является сегодня одним из действенных и эффективных инструментов реализации государственной молодежной политики.

II. Формы организации участия молодежи

в волонтерских отрядах по пропаганде здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде

Причины вступления молодых людей в такие отряды могут быть самыми разными:

- желание изменить мир к лучшему, сделать его здоровым и безопасным;
- внутренняя психологическая потребность быть нужным;
- потребность в общении;
- подтверждение взрослости и самостоятельности;
- интерес (работа волонтера связана с нестандартными подходами и новыми возможностями);
- антураж (начинающих волонтеров больше интересует внешняя привлекательность движения (кепки, футболки, значки и т.п.), чем идея, цели или конечный результат);
- материальные соображения (волонтер работает не ради денег, но он может получать какие-либо материальные выгоды в той или иной форме);
- карьера, авторитет и самореализация;
- возможность попробовать себя в различных видах деятельности вне зависимости от возраста или от уже имеющейся профессии;
- желание победить собственные пагубные привычки или поделиться своим опытом преодоления табачной, алкогольной или наркотической зависимости;

защита своих интересов, при отстаивании которых требуется поддержка официальных лиц, организаций или просто инициативных людей.

Привлечение молодых людей к профилактической работе с молодежью обеспечивает наибольшую результативность и эффективность такой работы. Так как при распространении идей ничто не является более эффективным, чем привлечение тех, на кого эти идеи направлены. Такие стратегии, как молодежное участие, равное обучение, отлично себя зарекомендовали. Лучший способ воспитать человека – не воспитывать, а привлечь его к воспитанию других. Лучший способ информировать – привлечь к информированию других. Один из самых действенных способов усвоения информации – передача ее кому-либо.

За счет волонтеров значительно увеличивается количество представителей целевой аудитории, привлеченной к деятельности, число проводимых мероприятий и свежих идей.

Функции волонтеров в профилактической работе с молодежью:

- проведение профилактических занятий или тренингов;
- проведение массовых акций, выставок, соревнований, игр;
- распространение информации (через раздачу полиграфии, расклейку плакатов, работу в своей социальной среде);
- первичное консультирование и сопровождение;
- подготовка других волонтерских команд и участников;
- работа с «закрытыми» группами (наркозависимые, дворовые тусовки, различные субкультуры и т.п.);
- творческая деятельность (разработка станционных игр, массовых акций, создание плакатов, брошюр, видеороликов);
- сбор (анкетирование, тестирование, опросы) и обработка информации.

Организовать молодежный волонтерский отряд по пропаганде здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде могут все те, кто заинтересован в совершенствовании работы с молодежью: руководители и специалисты органов и учреждений по работе с молодежью, молодежных общественных организаций и объединений, медицинских учреждений, учебных заведений и т.п.

Как правило, вначале собирается инициативная группа, затем к ней присоединяются волонтеры, которые либо проходят предварительное обучение, либо сразу подключаются к работе.

Существует несколько основных форм организации таких волонтерских отрядов в зависимости от конкретных условий и возможностей:

«Команда» – группа от 3 до 30 человек активистов, созданная и работающая на базе общественной организации, молодежного клуба или учебного заведения. Группа имеет своего лидера (руководителя), установленное место сбора, план работы. Как правило, основным движущим и объединяющим фактором для участников группы является общение в хорошей компании. Многое также зависит и от лидера «команды».

«Агентство» – независимые друг от друга отдельные люди, объединенные общей идеей и привлекаемые по мере необходимости. Как правило, «агентство» имеет ядро в виде инициативной группы, которая время от времени организует мероприятия.

«Система» – объединение команд, агентств, подчиняющихся общим правилам и идеологии. Подобная форма организации имеет финансовую поддержку, офис, документацию, а порой и официальную регистрацию.

Структура волонтерского отряда по пропаганде здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде:

Руководитель волонтерского формирования – педагог, психолог, молодежный лидер или социальный работник, прошедший обучение по программе профилактики наркомании, алкоголизма и табакокурения, владеющий знаниями, умениями и навыками

работы с добровольцами, психологически грамотный, коммуникабельный, ответственный, демократичный. Важным условием является творческий подход к делу, умение делегировать полномочия, приверженность идеям добровольчества, тактичность. Руководитель обеспечивает координацию всей деятельности, подбирает людей для кураторской работы и распределяет между ними обязанности, организует работу волонтеров по различным направлениям, обеспечивает связь с государственными структурами, общественностью, средствами массовой информации и т.д. Он организует социальный маркетинг, получает заказы от учебных заведений и других организаций, осуществляет стратегическое планирование деятельности службы вместе с кураторами и волонтерским активом.

Кураторы – это взрослые люди, которые помогают организовать деятельность волонтерского отряда и осуществляют ее сопровождение.

Действующие волонтеры – это молодые люди, которые прошли отбор, обучение по программе профилактики наркомании, алкоголизма и табакокурения и стажировку под руководством куратора и волонтеров, имеющих опыт профилактической работы.

Стать волонтером может любой молодой человек от 14 лет.

В профилактической работе хорошо зарекомендовали себя старшеклассники, учащиеся учреждений среднего и высшего профессионального образования; медицинские работники, психологи, педагоги, социальные работники, социологи; сотрудники общественных организаций.

Для привлечения молодых людей к участию в профилактической работе:

необходимо сделать так, чтобы участие в волонтерской команде или движении было привлекательным для молодых людей. Этому может способствовать наличие красивой формы для участников движения, выпуск полиграфической продукции, положительные отзывы в средствах массовой информации. Ядро команды или движения должны составлять позитивные энергичные люди с ярко выраженными лидерскими качествами – люди, за которыми хотелось бы идти, и идти было бы весело и интересно;

необходима информационная кампания (распространение информации о волонтерском движении). Привлечь волонтеров можно с помощью объявлений, рекламных плакатов и листовок в местах массового пребывания молодежи (клубы, учебные заведения и т.п.), а также через проведение всевозможных акций и приглашений через друзей и близких.

Если информация направлена на молодых людей, совсем далеких от профилактики, есть несколько привлекательных для молодежи идей:

- социальная значимость предлагаемого;
- общение и интересное времяпрепровождение;
- карьерный рост и улучшение своего социального положения;
- слава и известность;

- дух свободы («Приходи, не понравится – уйдешь»);

- опыт предыдущих участников (необходимо показать молодым людям, как здорово все сделали до них и как можно сделать еще лучше);

- всевозможные незначительные материальные блага (например, сувениры);

- пропаганда мысли о том, что если ты не волонтер – с тобой «что-то не так».

Понимание идеи, осознание значимости, энтузиазм появляются позже, когда молодые люди уже включаются в деятельность.

Для того, чтобы удержать волонтеров в отряде необходимо:

- доверие (тебе доверяют – значит, уважают и ценят);

- понимание молодыми людьми значимости и сути работы (волонтеры должны пройти обучение, принимать участие в составлении плана работ и видеть положительные результаты своей деятельности);

карьерный рост (в зависимости от успехов молодой человек приобретает тот или иной статус, что не только повышает его самооценку, но и развивает чувство ответственности);

новая деятельность (молодым людям свойственно пробовать себя в различных видах деятельности: пусть тот, кто не очень хорошо проводит занятия, попробует себя в разработке полиграфии или анкетировании, или подготовке акций).

перспектива (например, возможность получения рабочего места в организации, интересная поездка, обучение на семинаре, рекомендательное письмо для поступления в вуз или получения работы, получение премии);

поощрения.

Способы поощрения волонтеров:

вручение «личной книжки волонтера»;

благодарственное письмо или грамота на место работы, учебы или родителям;

личная благодарность от известного человека;

знак отличия или фирменная нашивка, означающая повышение;

представительство на конференции, выставке и т.п.;

материальное вознаграждение (денежная премия или подарок);

прием на работу по результатам деятельности в волонтерском движении;

поручение ответственных работ;

публичное признание заслуг с привлечением представителей средств массовой информации или вручение чего-либо при большом скоплении народа.

Для эффективной работы волонтерского отряда по пропаганде здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде необходимо:

помещение. Как показала практика, если волонтерам негде собираться, мотивация и эффективность работы снижаются. При наличии помещения волонтеры имеют возможность общаться, готовиться к занятиям, обмениваться опытом;

поддержка. Ничто так не разваливает волонтерские группы, как пренебрежительное к ним отношение и скептицизм в отношении их деятельности. Ребята это быстро понимают и уходят. Отношение к волонтерам должно быть таким же уважительным, как к сотрудникам. Многие вещи волонтеры в силу возраста и отсутствия полномочий сделать не могут. В составе волонтерской группы должен быть взрослый участник или руководитель, способный решать проблемы «взрослого характера»;

обучение;

материальное обеспечение. Рано или поздно материальные затраты все же потребуются. При работе волонтеров они минимальны, но есть. В основном это расходы на канцелярские товары, призы, транспорт.

Кроме того, важной составляющей деятельности волонтерских отрядов является ее планирование, которое позволяет четко определить цель предстоящей деятельности, дает возможность разумно использовать все имеющиеся ресурсы, обеспечивает стабильное развитие волонтерского формирования.

Разумно начинать планирование с определения концепции формирования – краткого описания того, что оно из себя представляет и к какой цели стремится («визитная карточка»). Необходимо ответить на следующие вопросы:

Кто мы? (статус волонтерского формирования).

Какова наша цель? (высшие цели и ценности; качественные изменения, на которые направлена деятельность волонтерского формирования).

Для кого? (целевая группа, на которую направлена деятельность волонтерского формирования).

Где? (география деятельности волонтерского формирования).

Что мы делаем? (общая формулировка типа деятельности волонтерского формирования, направленной на удовлетворение потребностей целевой группы).

Что касается продолжительности занятия волонтерской деятельностью, то в среднем она составляет от одного дня до пяти лет. Одни могут прийти один раз и уже больше никогда не появиться. Другие работают от полугода до двух лет и, как правило, получив то, что хотели, уходят, так как у них появляются другие интересы, проблемы и новые перспективы. Есть и те, кто работает более 3-5 лет. Почему 3-5, а не 10? Потому что через 3-5 лет волонтер, посвящающий все свое свободное время интересному для него делу, становится профессионалом и, как правило, начинает работать в организации уже как специалист.

Уход волонтеров – процесс необратимый. Кому-то стало интересней в другом деле, кто-то уехал, обзавелся семьей, нашел работу. Люди уходят учиться, работать, заниматься семьей. Но проходит время, и один за другим многие из них приходят помогать, отдавая свои силы и часть своего времени на благое дело.

Учитывая сложность проблемы пропаганды здорового образа жизни и профилактики наркомании, алкоголизма и табакокурения среди молодежи, волонтеры, работающие в этом направлении, должны быть хорошо подготовлены. Уровень необходимой подготовки определяется видом работы, в которую включен волонтер.

Можно выделить три основных направления подготовки волонтеров по данному направлению:

- проведение групповых занятий со сверстниками;
- проведение профилактических бесед;
- проведение КВН, подготовка театрализованных представлений и выступлений агитбригад.

Важно помнить, что для любого из направлений необходимы базовые знания (причины возникновения злоупотребления; факторы, способствующие его распространению; реальные последствия влияния употребления на организм человека, семью и общество в целом и т.д.). Поэтому необходимым условием качественной подготовки волонтеров является привлечение к обучению медицинских работников-практиков, психологов, социологов, специалистов по работе с молодежью, специалистов Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков – профессионалов, умеющих работать с молодежной аудиторией.

Обучение волонтеров должно осуществляться в тренинговом режиме. Интерактивные методы обучения позволяют через общение более глубоко осознать мотивы обращения к волонтерской деятельности, развить уже имеющиеся навыки работы с людьми, осознать свой стиль в общении и скорректировать его.

Количество участников тренинга не должно превышать 20 человек на двух ведущих тренеров.

Необходимо помнить, что успешному обучению волонтеров могут помешать:

- отсутствие учебной мотивации;
- физическое недомогание;
- отсутствие уверенности в себе;
- отсутствие комфортных условий;
- нерациональное использование времени;
- отсутствие или недостаточность обратной связи и положительной оценки;
- различие в стилях усвоения знаний.

Волонтеры хорошо учатся, когда:

- обучение отличается от традиционного и проходит в интересной форме;
- в процессе обучения они активно взаимодействуют с другими участниками;
- чувствуют уважение к себе и своему жизненному опыту;
- могут быть самими собой и не бояться выразить себя;
- между группой и тренером устанавливается взаимное уважение;

понимают, что могут не соглашаться с остальными, и что их мысли имеют такое же значение, как мысли других;

могут допускать ошибки, и их никто не будет осуждать;
поощряется сотрудничество участников обучения, и они сами оценивают свои успехи.

Первое направление подготовки волонтеров для работы по пропаганде здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде – проведение групповых занятий со сверстниками.

Цель обучения: овладение знаниями и навыками, необходимыми волонтерам для ведения групповых занятий по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде и пропаганде здорового образа жизни.

Программа обучения включает 4 блока:

1. Мотивационный: ориентация участников в предстоящей деятельности, углубленное изучение собственных мотиваций.

2. Профилактический: знакомство с темой, определение возможных путей профилактики злоупотребления ПАВ и выработка жизненных стратегий, помогающих избежать опасности приобщения к психоактивным веществам.

3. Коммуникативный: развитие коммуникативных навыков.

4. Практический: тренировка навыков самостоятельного проведения занятий.

Количество необходимых часов в каждом блоке может варьироваться в зависимости от степени подготовленности молодых людей и особенностей развития группы.

Второе направление – проведение профилактических бесед.

Цель обучения: овладение знаниями и навыками, необходимыми волонтерам для ведения групповых занятий по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде и пропаганде здорового образа жизни.

Для волонтеров, работающих в этом направлении, важно быть хорошо информированными, уметь структурировать предлагаемый слушателям материал, делать его интересным и доступным для восприятия в разных возрастных группах, уметь удерживать внимание группы и организовывать дискуссию.

Подготовку волонтеров для этого вида деятельности также лучше проводить в форме тренинговых занятий. Практически без сокращения используется первый и второй блоки программы подготовки ведения групповых занятий, а также сокращенный вариант коммуникативного тренинга (около 15 часов). Прорабатывается тема профилактики злоупотребления наркотиками, алкоголем и табакокурением, пропаганды здорового образа жизни и отрабатываются навыки организации и проведения групповых дискуссий.

Для проведения данной работы не требуется длительной психологической подготовки. Достаточно, чтобы у подростка было желание работать, знания в этой области, а также грамотная и без дефектов, затрудняющих восприятие информации, речь.

Третье направление – проведение КВН, подготовка театрализованных представлений и выступлений агитбригад.

Цель обучения: овладение знаниями и навыками, необходимыми волонтерам для проведения творческих мероприятий (КВН, театрализованных представлений, выступлений агитбригад), направленных на профилактику наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде, а также пропаганду здорового образа жизни.

Подготовка для работы в этом направлении требует создания атмосферы творчества. Важна тренировка внимания, памяти, правильной речи, а также владение собственным телом и умение вжиться в роль. Руководить подготовкой волонтеров может профессиональный организатор досуга.

Также важным аспектом является психологическое сопровождение деятельности волонтеров. Оно необходимо для решения трех важных задач:

1. Мотивация добровольческой активности.

Это сквозная задача, решать которую необходимо постоянно. Мотивация начинает формироваться внутри группы в результате деятельности волонтеров или благодаря работе со средствами массовой информации. Постепенно она становится более отчетливой и

осознанной, поддерживается благодаря совместному планированию деятельности волонтерского формирования, возможности постоянно обучаться и неформально общаться в атмосфере психологического комфорта.

2. Преодоление трудностей в работе.

3. Разрешение личных проблем волонтеров и профилактика «синдрома сгорания», возникающего в результате сильного психоэмоционального напряжения при работе молодых людей с темой профилактики табачной, алкогольной и наркотической зависимостей.

Психологическое сопровождение деятельности молодежного волонтерского формирования должно обеспечиваться специалистами-психологами, прошедшими специальную подготовку в области профилактики по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде и пропаганде здорового образа жизни, владеющими навыками ведения групповых занятий и психологического консультирования подростков и молодежи, а также осознающими значимость работы добровольцев в системе профилактики и пропаганде здорового образа жизни.

III. Реализация профилактических мероприятий по противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения и пропаганде здорового образа жизни в молодежной среде

Для успешной реализации профилактических мероприятий по противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения и пропаганде здорового образа жизни в молодежной среде в молодежной среде необходимо организовать работу по следующим направлениям:

1. Организация информационно-исследовательских и методических мероприятий по проблемам злоупотребления наркотиками, алкоголем и табакокурением и пропаганды здорового образа жизни в молодежной среде:

проведение социологических исследований (анкетирование, опрос, интервью);

проведение научно-методических мероприятий (семинары, «круглые столы», конференции и т.п.);

разработка, адаптация и апробация методических материалов;

формирование информационных баз данных (молодежь «группы риска», «проблемная» молодежь, программы, технологии работы и т.п.).

2. Формирование активного общественного мнения:

организация работы со средствами массовой информации;

организация социальной рекламы (массовые мероприятия, издание печатной продукции, использование творчества молодежи и т.п.);

проведение разъяснительной работы среди населения по данному вопросу (выступления, лекции, организация дискуссий, размещение информационных материалов);

привлечение к участию в профилактических мероприятиях «значимых людей» (родители, молодежные кумиры и «звезды», спортсмены, лидеры, педагоги, тренеры, и т.п.).

3. Организация профилактической помощи подросткам и молодежи по проблеме злоупотребления наркотиками, алкоголем и табакокурением:

представление услуг социальной помощи и поддержки в разрешении личных, семейных проблем и неблагополучий (индивидуальные и групповые формы консультирования и обучения, тренинги);

оказание помощи родителям в связи с проблемами подростковой наркомании, обучение диагностике признаков наркозависимого поведения и методам воздействия на подростка (консультирование, лекции, занятия в группе);

проведение с подростками (в том числе с «проблемными» и «группы риска») занятий по формированию антинаркотических взглядов и убеждений, навыков

противостояния наркотическому давлению, отказа от первой пробы и «наркоэкспериментирования», осознания преимуществ здорового образа жизни (обучение, диагностика, игра, тренинг);

выявление возможностей и содействие включению подростков «группы риска» в творческие, спортивные, оздоровительные и иные программы и мероприятия молодежных организаций.

4. Развитие волонтерской основы проведения профилактической работы:

обучение волонтеров-подростков приемам ведения профилактической работы на улице, в неформальных подростковых группах (лекции, игры, тренинги, консультирование по результатам «уличной» работы и т.п.);

содействие деятельности молодежных общественных организаций по противодействию распространению наркомании, алкоголизма и табакокурения и пропаганде здорового образа жизни в молодежной среде в молодежной среде (организационная, информационная, методическая и другая помощь).

Для оказания целевого профилактического воздействия на различные группы подростков и молодежи необходимо, в первую очередь, ознакомиться со следующей информацией:

разновидности наркотика, ПАВ, наиболее распространенного на территории, где будет реализована программа;

контингент потребителей (возраст, пол, социальное положение, этническое происхождение, культурный уровень и т.п.);

география точек незаконного оборота наркотиков, ПАВ;

места злоупотребления (в школе, дома, на улице, с друзьями или в одиночестве);

причины, мотивы злоупотребления;

способы употребления (курение, инъекции, нюхание и т.д.);

состояние развития у подростков и молодежи установок на здоровый образ жизни и наличие условий для их реализации.

В качестве источников необходимых сведений могут быть использованы официальные данные различных ведомств (УВД, УФСКН, органов по делам молодежи субъекта, органов государственной статистики, образования, здравоохранения), а также анкетирование подростков и молодежи, анализ публикаций СМИ и др.

Для использования социологических методов сбора указанной выше информации необходимо привлекать сотрудников, прошедших специальную подготовку, т.к. неквалифицированное проведение исследований по данным вопросам может обернуться своеобразной рекламой употребления наркотиков и алкоголя и спровоцировать рост интереса молодежи к психоактивным веществам.

При проведении исследований на относительно благополучных территориях целесообразно в большей степени сосредоточить внимание на изучении состояния проблемы здорового образа жизни, сознательного отношения к своему здоровью как к базовой жизненной ценности.

Формирование атмосферы всеобщего неприятия алкоголя, наркотиков и табакокурения у населения имеет своей целью преодоление пассивного и равнодушного отношения к данной проблеме. Наибольшего эффекта можно добиться при активном использовании возможностей средств массовой информации, которые служат основным, а порой и единственным, источником информации для большинства населения.

Устанавливая деловые контакты с работниками телевидения, радио, газет и журналов, представляя им необходимую информацию о данной проблеме в молодежной среде, необходимо добиваться, чтобы в основе сообщений СМИ лежала объективность, а не сенсационность.

Передаваемая информация должна быть объективной, точной и достоверной. В противном случае она будет расходиться с информацией, полученной ранее, и оказывать

неоднозначное влияние на подростков и молодежь. Передачу негативной информации о проблеме необходимо подкрепить позитивными аргументами в пользу здорового образа жизни.

При проведении мероприятий по разъяснению подросткам и молодежи антинаркотического законодательства, негативных последствий немедицинского употребления психоактивных веществ, а также предупреждению совершения действий, подпадающих под уголовное или административное законодательство, требования к передаваемой информации аналогичны вышеуказанным для передачи СМИ. В связи с этим требуется квалифицированный подход и тщательная подготовка к лекции, беседе или выступлению.

Информация должна быть доступна той аудитории, где проводится разъяснительная работа. При этом необходимо подыскать конкретные причины и мотивы для отказа подростков и молодежи от наркотиков, алкоголя и табакокурения (здоровье, достижение успеха в жизни, стремление поддержать родителей и близких и т.п.).

В рамках проведения разъяснительной работы обычно представляют частичную информацию о фактах влияния наркотиков, алкоголя и табакокурения на организм, поведение и продолжительность жизни подростка или молодого человека, деградацию его личности, о ситуациях и мотивах употребления ПАВ, сопутствующих заболеваниях, способах лечения и вероятности выздоровления.

При проведении профилактических мероприятий необходимо показывать опасность употребления наркотиков, алкоголя и табакокурения для личного здоровья каждого и генофонда нации в целом; освещать меры предупреждения и пресечения незаконного оборота наркотических средств; формировать самостоятельную активную жизненную позицию подростков и молодежи по отношению к любым попыткам одурманивания; стимулировать желание слушателей помогать работникам здравоохранения и правоохранительных органов в предупреждении немедицинского потребления психоактивных веществ.

Одновременно с разъяснением и агитацией важно приобретать авторитет и популярность среди подростков и молодежи для дальнейшего привлечения их к проведению мероприятий, направленных на предупреждение и пресечение правонарушений, связанных с злоупотреблением наркотиками, алкоголем и табакокурением, а также сотрудничать с неправительственными организациями. В последние годы активизировалась деятельность неправительственных организаций (общественных, благотворительных, религиозных), направленная на разработку и реализацию различных форм профилактики наркомании, алкоголизма и табакокурения. Эффективность и значимость их деятельности заключаются в нетрадиционном и гибком подходе к проблеме. Информационная, организационная, материально-техническая поддержка данных форм способствует систематическому привлечению населения к участию в совместном проведении различных профилактических мероприятий, направленных на профилактику злоупотребления наркотиками, алкоголем и табакокурением, пропаганду здорового образа жизни, создание и поддержание условий, при которых выбор здорового образа жизни становится для подростков и молодежи привлекательным и доступным.

При организации работы необходимо учитывать, что рассматривавшаяся выше информационная составляющая методических рекомендаций обладает большим эффектом повышения знаний по проблеме у подростков и молодежи, но может дать лишь толчок к принятию решения не употреблять наркотик.

Учитывая важность и необходимость проведения исследовательской и информационно-разъяснительной работы, следует иметь в виду, что центральным звеном является все-таки организация для молодежи системы услуг профилактики злоупотребления наркотиками, алкоголем и табакокурением, с помощью которой можно не

только сделать выбор в пользу здорового образа жизни, но и скорректировать свои взгляды, убеждения и поведение.

При организации профилактической помощи молодежи необходимо помнить, что проблема злоупотребления наркотиками, алкоголем и табакокурением чаще всего рождается в контексте неблагополучия, которое ограничивает полноценную жизнедеятельность молодого человека. В этом смысле зависимость от психоактивных веществ является попыткой компенсации личностного, психического или социального неблагополучия.

Как показывает практика, основные проблемы, с которыми подростки и молодые люди обращаются за помощью к специалистам, практически полностью совпадают с причинами, которые обуславливают приобщение к наркотикам:

дисгармоничные отношения в семье (авторитаризм, отсутствие взаимной поддержки и понимания, повышенная конфликтность, агрессия и насилие, терпимое отношение к психоактивным веществам и т.п.);

отсутствие успехов в учебной или профессиональной деятельности;

одиночество (отсутствие поддержки в семье и дружеских связей среди сверстников).

Нередко подростки и молодые люди не обращаются за помощью к специалистам, а пытаются разрешить свои неблагополучия самостоятельно, порой, к сожалению, неадекватными способами, в том числе используя прием алкоголя или наркотиков. В этих случаях начальная фаза употребления психоактивных веществ может быть:

попыткой демонстрации «взрослого» поведения;

формой отчуждения от родительской дисциплины;

выражением социального протеста и вызовом по отношению к ценностям среды;

«инструментом» эксперимента;

стремлением получить новый, ранее не познанный опыт;

поиском удовольствия и снятия постоянного напряжения;

«открытием двери» в группу сверстников;

желанием стать участником оригинального субкультурального жизненного стиля;

сигналом потребности в помощи в ситуациях конфликта, напряжения, давления со стороны социальной среды;

актом отчаяния и т.д.

Субъективных мотивов здесь может быть очень много. Однако за всеми ними лежит некомпетентность подростка, молодого человека в других формах «разговора» с социальной средой, а также наивная убежденность в том, что психоактивные вещества являются частью этой среды.

Очевидно, что для данной категории подростков и молодых людей необходима организация занятий по развитию личностных навыков преодоления жизненных проблем и обучению социальным навыкам, которые повышают индивидуальную компетентность и устойчивость к различным социальным влияниям.

Следующей важной составляющей системы профилактической помощи является организация работы с молодыми людьми «группы риска». В данном случае под «группой риска» имеются в виду подростки и молодые люди, обладающие тем или иным набором факторов риска злоупотребления психоактивными веществами.

1. Личностные факторы риска:

ощущение собственной ненужности;

недостаточный (слабый) самоконтроль и самодисциплина;

неспособность осознавать и адекватно выражать свои чувства;

стремление к реализации эмоционального напряжения в непосредственное поведение;

неприятие и недопонимание социальных норм и ценностей;

низкая самооценка и неуверенность в себе;

отсутствие «смысла жизни».

2. Социально-психологические (психогенные) факторы риска:

нарушенная семейная система (неполные семьи, вновь созданные семьи и т.п.);

патогенный тип воспитания (все разрешается, слабый или вообще отсутствующий контроль, эмоциональное отвержение – гипопротекция; диктат, чрезмерно жесткий контроль - гиперпротекция);

алкогольная или наркотическая зависимость родителей;

отсутствие ясных норм и правил поведения в семье;

проявление асоциального поведения, насилие в семье;

слабые социальные связи семьи с отсутствием принадлежности к какой-либо группе;

низкий уровень образования, культуры родителей.

3. Биологические факторы риска:

патология головного мозга;

отягощенная наследственность (психическое заболевание, алкоголизм, наркомания родителей);

нарушенное развитие (черепно-мозговые травмы, хронические соматические заболевания).

Наличие у конкретного подростка или молодого человека особенностей, указанных в перечне факторов риска, увеличивает вероятность возникновения проблемы злоупотребления алкоголем, наркотиками и табакокурением.

Зависимость от психоактивных веществ чаще развивается у личностей с трудностями в определении и выражении эмоций, имеющих в структуре своего воспитания так называемый «запрет на эмоции» и неразвитую способность сопереживания (эмпатию). В связи с этим они не умеют накапливать не только собственный, но и чужой опыт переживаний и принятия решений в сложных стрессовых ситуациях. Подростки и молодые люди с неразвитой способностью открыто проявлять свои эмоции обычно недостаточно общительны, низко оцениваются сверстниками как хорошие собеседники и поэтому готовы любой ценой, даже посредством приобщения к употреблению психоактивных веществ, быть принятыми в группу сверстников.

Такой фактор риска, как низкий культурный уровень, в сочетании с отсутствием полноценного досуга (неумение организовать свой досуг, иногда отсутствие возможностей для реализации своих увлечений, интересов в свободное от учебы, работы время) необходимо особо учитывать при работе с молодежью, проживающей в условиях сельской местности, где возможности для реализации разносторонних увлечений и интересов на сегодняшний день ниже, чем у молодых людей, проживающих в городах.

Организация работы с родителями является одним из основных направлений в рамках создания системы профилактической помощи и поддержки подростков. Цель состоит в том, чтобы обеспечить родителей знаниями об опасности, существующей в связи с либеральным отношением некоторых подростков к употреблению психоактивных веществ; проинформировать их о том, на что необходимо обращать особое внимание, как формировать отношение к психоактивным веществам у своего ребенка, как научить сказать «нет» в опасной ситуации.

В этой связи большое значение имеет организация консультационных услуг (в том числе по предоставлению базовых сведений о психоактивных веществах и справочной информации о возможной помощи), а также организация специальных занятий. В процессе работы с родителями необходимо выявлять тех из них, кто сам нуждается в медико-психологической и психотерапевтической помощи, а также родителей-лидеров, готовых после соответствующего обучения оказывать консультационную и социальную поддержку другим семьям и родителям.

IV. Из опыта работы молодежных волонтерских отрядов по пропаганде здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде

По данным опроса Минспорттуризма России за 2010 год на сегодняшний день волонтерские отряды, деятельность которых направлена на пропаганду здорового образа жизни, противодействию распространения наркомании, алкоголизма и табакокурения в молодежной среде существуют в 35 субъектах Российской Федерации.

Так в Тюменской области в 2008 году в волонтерском движении принимали участие 26 муниципальных образований Тюменской области. На конец 1 квартала 2009 года в области насчитывалось 235 волонтерских отрядов, деятельность которых направлена на работу со сверстниками по профилактике употребления ПАВ, пропаганду здорового образа жизни, а общая численность волонтеров составляла 4082 человека. Важным результатом деятельности в данном направлении стала консолидация молодежных групп, готовых и способных к противодействию распространения наркомании и других асоциальных явлений на территории Тюменской области. Это подтверждается количественным показателем: 63588 человек в 1 квартале 2009 года были охвачены мероприятиями, проводимыми волонтерами.

В г. Кемерово более чем в 50 образовательных учреждениях работа по пропаганде здорового образа жизни организована силами волонтерских отрядов. Волонтеры проводят гимнастику перед началом занятий и физкультминутки, занимаются профилактикой вредных привычек, пропагандируют здоровый образ жизни, участвуя сами и вовлекая сверстников в школьные и городские мероприятия. Обучение волонтеров проводят их старшие наставники – учителя физической культуры и ОБЖ. Во все образовательных учреждениях города имеются электронные материалы с комплексами гимнастики и физкультминуток, а также методические рекомендации по их использованию.

В школах города Кемерово, в муниципальном образовательном учреждении «Центр диагностики и консультирования» созданы программы первичной профилактики «Секреты здоровья», «Радуга жизни», «Антистресс» и др., ориентированные на привлечение к профилактической работе подростков. На базе «Центра диагностики и консультирования» создан клуб «Здоровое поколение», где подростки и педагоги из разных школ города определяют, какова цель их работы, какие результаты они получат, достигнув этой цели.

Специалисты Центра – организаторы работы волонтеров – очень важным считают разъяснительную и мотивирующую стороны этой деятельности.

В Костромской области студенческие волонтерские отряды реализуют различные программы по пропаганде здорового образа жизни среди подростков и молодежи. Занимаются профилактикой асоциальных проявлений в подростково-молодежной среде (наркомании, СПИДа, курения, алкоголизма, сквернословия). Она включает выход волонтеров в школы, средние специальные учебные заведения, проведение бесед и дискуссионных клубов, тренингов и маршрутных игр, распространение специальной профилактической литературы. Традиционными стали акции: «Мы за здоровый образ жизни», «Победи сигаретный дым», «Быть здоровым – это здорово!»; пользуются спросом у молодежи маршрутные игры: «Мы – за здоровое будущее», «Спаси мир».

В Саратовской области работает волонтерская группа из числа студентов и учащихся образовательных учреждений в рамках областных программ по профилактике асоциальных явлений «Выбор за тобой», «НЕЗАВИМость – шаг к твоей свободе». Волонтеры, подготовленные по данным направлениям, принимают участие в молодежной акции «Безопасная зона», распространяют на крупных молодежных мероприятиях информационные буклеты, пропагандирующие здоровый образ жизни. Студенты Энгельсского медицинского колледжа осуществляют работу по пропаганде здорового

образа жизни, участвуя в районных акциях: «Молодёжь против наркотиков», «Анти-СПИД», «О вреде курения» и т. д.

Департамент молодежной политики и общественных связей Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации