

Нурыев Сердар Язмырадович

магистрант

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный
педагогический университет им. И.Я. Яковлева»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

ПРОФИЛАКТИКА РИСКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В МОЛОДЁЖНОЙ СРЕДЕ

Аннотация: в статье рассматривается проблема профилактики риска аддиктивного поведения среди молодежи. Анализируются социально-психологические факторы, способствующие возникновению и развитию различных форм зависимостей в молодежной среде. Представлены современные подходы к профилактике аддикций, основанные на интеграции психологических, педагогических и социальных методов. Особое внимание уделяется разработке эффективных профилактических программ, направленных на формирование у молодежи устойчивых навыков саморегуляции, стрессоустойчивости и социальной компетентности.

Ключевые слова: аддиктивное поведение, профилактика, молодежь, социально-психологические факторы, программы профилактики.

Введение. Актуальность исследования обусловлена нарастанием масштабов и разнообразия проявлений аддиктивного поведения в современной молодёжной среде, что представляет собой серьёзную угрозу для психологического здоровья подрастающего поколения и социальной стабильности общества в целом. В условиях динамичной трансформации социальных институтов, интенсивного развития информационно-коммуникативных технологий и изменения ценностно-смысовых ориентиров молодёжи наблюдается существенное расширение спектра аддикций, среди которых особую тревогу вызывают новые формы зависимостей, связанные с цифровой средой и виртуальной коммуникацией (А.А. Максименко, О.С. Дейнека и др. [3]). Согласно исследованиям С.В. Велиевой [2], психологические особенности современной молодёжи, выражающиеся

в повышенной восприимчивости к внешним воздействиям, недостаточной сформированности механизмов саморегуляции и низкой стрессоустойчивости, способствуют возникновению и закреплению деструктивных поведенческих паттернов. В связи с этим необходима разработка комплексных профилактических программ, направленных на формирование у молодёжи устойчивых навыков конструктивного взаимодействия с социальной средой, развитие личностных ресурсов и повышение уровня психологической компетентности в целях минимизации риска возникновения различных форм аддикций.

Актуальность проблемы профилактики аддиктивного поведения обусловлена необходимостью своевременного выявления факторов риска и разработки эффективных мер по предотвращению возникновения зависимостей. Важнейшей задачей является создание комплексных профилактических программ, ориентированных на развитие личностных ресурсов молодежи и формирование устойчивых социальных навыков.

Возникновение аддиктивного поведения обусловлено действием комплекса биологических, психологических и социальных факторов. Согласно исследованиям С.В. Велиевой [1] среди последних выделяются такие значимые детерминанты, как неблагоприятная семейная среда, дефицит позитивного социального опыта, низкий уровень социальной поддержки и недостаточная сформированность навыков конструктивного преодоления стрессовых ситуаций. Кроме того, значительную роль играют особенности молодежной субкультуры, характеризующиеся высоким уровнем конформизма и стремлением к экспериментированию с новыми формами поведения.

Исследования показывают, что в основе аддиктивного поведения лежит неудовлетворенность базовых психологических потребностей личности: потребности в принятии, признании, эмоциональной близости и самореализации. Молодежь, не обладающая достаточными ресурсами для конструктивного удовлетворения данных потребностей, склонна использовать аддиктивные формы поведения как способ ухода от реальности и компенсации эмоционального дискомфорта.

Современные подходы к профилактике аддиктивного поведения среди молодежи базируются на интеграции психологических, педагогических и социальных технологий. Важнейшими направлениями профилактической работы являются.

1. *Формирование социальной компетентности и навыков конструктивного взаимодействия.* Профилактические программы должны включать тренинги коммуникации, развитие навыков решения конфликтов и принятия ответственных решений в сложных жизненных ситуациях.

2. *Развитие личностных ресурсов и стрессоустойчивости.* Особое внимание следует уделять формированию у молодых людей навыков саморегуляции эмоциональных состояний, развитию способности к осознанному управлению собственным поведением в стрессовых условиях.

3. *Повышение уровня психологической грамотности молодежи.* Необходимо осуществлять просветительскую деятельность по информированию о последствиях различных видов аддикций и способах их профилактики.

4. *Создание благоприятной социальной среды.* Согласно исследованиям С.В. Велиевой [1] важным условием профилактики является обеспечение позитивной социальной поддержки со стороны семьи, образовательных учреждений и молодежных организаций.

Эффективность профилактики аддиктивного поведения определяется комплексным характером проводимых мероприятий и их адресностью по отношению к конкретным группам риска. Наиболее эффективными признаны программы первичной профилактики, реализуемые на ранних этапах социализации личности (в подростковом возрасте), когда еще не сформированы устойчивые деструктивные стереотипы. Эффективные профилактические программы должны включать следующие компоненты: диагностику факторов риска; психологическое консультирование; тренинговую работу по развитию социальных и личностных навыков; вовлечение молодежи в социально значимую деятельность; создание условий для реализации творческого потенциала личности.

Таким образом, профилактика риска аддиктивного поведения в молодежной среде представляет собой комплексную задачу, требующую интеграции усилий специалистов различных направлений – психологов, педагогов, социальных работников. Успешная реализация профилактических мероприятий возможна при условии учета социально-психологических факторов риска и применения современных технологий формирования позитивных личностных ресурсов. Дальнейшие научные исследования должны быть направлены на разработку и апробацию инновационных методик профилактики зависимого поведения с учетом особенностей современной молодежной субкультуры.

Список литературы

1. Велиева С.В. Вовлечение родителей в профилактику аддиктивных форм поведения у обучающихся / С.В. Велиева, А.Р. Велиев // Психология, дошкольная и специальная педагогика в условиях международного сотрудничества и интеграции: сборник научных статей (Чебоксары, 27 марта 2024 г.). – Чебоксары: Чувашский государственный педагогический университет им. И.Я. Яковлева, 2024. – С. 40–49. – EDN CSMDJP.
2. Велиева С.В. Первичная профилактика аддиктивного поведения у подростков: организационно-психологические подходы / С.В. Велиева // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. – 2015. – Т. 11. №4. – С. 107–123. – EDN VUDEDD.
3. Максименко А.А., Дейнека О.С., Духанина Л.Н., Сапоровская М.В. Фаббинг: особенности аддиктивного поведения молодежи // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2021. – №4 (164). – С. 345–362. – DOI 10.14515/monitoring.2021.4.1822. – EDN FJGRSC.