



## МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ

Р. ГАРИФУЛЛИН

**Б**лагодаря традиционной профилактике наркомании и её антинаркотической пропаганде, которая имеет прямые и открытые формы, все мы теперь знаем, что наркотики — это плохо. Зайдите в любой школьный класс, и практически все учащиеся хором вам подтвердят это. Но тогда возникает вопрос: «Откуда берутся наркоманы?» Напрашивается вывод: открытая профилактика наркомании необходима, но недостаточна.

Открытой профилактикой наркомании необходимо заниматься. Можно, например, на кабинете сделать вывеску: «Специалист по профилактике наркомании». Можно выйти к учащимся и напрямую заявить, что вы будете заниматься профилактикой наркомании. К сожалению, как показали наши наблюдения, слово «профилактика» в большинстве случаев не вызывает интереса у учащихся. Можно много говорить о наркотиках, их вреде здоровью, часто произносить слово «наркомания» и учащиеся будут знать всё о наркотиках, их разновидностях, где они продаются, но этого опять будет не достаточно. Вы снимите у них лишь некое поверхностное, познавательное любопытство к наркотикам. Кстати, по такому пути пошли многие российские школы, но практика показала, что такой подход, направленный на снятие любопытства о наркотиках в некоторых случаях, наоборот, стимулирует его. Увы! Некоторые наши московские коллеги почему-то уверены, что для того, чтобы школьники не интересовались наркотиками, им надо всё рассказывать о них. Всё-всё! Чтобы любопытства не было, и поэтому учащиеся почему-то не будут потреблять. Нам приходилось присутствовать на таких уроках: выходит работник МВД и начинает рассказывать о типах наркотиков, какие они бывают, где они производятся. Более того после окончания занятий, учащиеся вручали атласы о различных наркотиках, чтобы они окончательно «утолили» своё любопытство. В этом справочнике рассказывается всё подробно о том, где наркотики растут, их историю, где они продаются, какого цвета фантики и картинки. Получается, что если взять сексуально-озабоченного подростка и много ему рассказывать о женщинах, об их красоте, он всё меньше и меньше будет соблазняться и хотеть своего удовлетворения. Повидимому, всё наоборот. Снимая чисто поверхностное и познавательное любопытство, мы рискуем стимулировать иное любопытство, которое находится за гранью познавательной сферы учащегося — это эмоциональное любопытство и искушение. В результате в классе могут появиться наиболее «продвинутые» ребята, которые утолили не познавательное любопытство к наркотикам, а эмоциональное. Такой учащийся уже начинает хвастаться о своих познаниях. Он даже горд, как горд мальчишка, который курит на виду у девчонок. «Он продвинутый у нас мальчик. Он уже курил марихуану» — говорят его одноклассники. Значительная часть учащихся, к со-

93

Исследования  
и эксперименты  
[ 99 - 114 ]





жалению, как показывают наши наблюдения, восхищаются этим. Это происходит не только потому, что это что-то необычное и новое. Это происходит благодаря средствам массовой информации, книгам, где ведутся соответствующие «проповеди» в той или иной форме. Например, обожаемая молодёжью книга Виктора Пелевина «Поколение пепси» стала бестселлером. Эта книга была издана гигантскими тиражами. В ней прекрасно описаны особенности наркотического сознания главного героя. В этой книге представлено всё объективно. Возможно, для взрослого человека она полезна. Подросток же, прочитав её, может всё оценить неадекватно и начать потреблять наркотики.

Кроме того, необходимо отметить, что в настоящее время наблюдается преобладание сравнительно дорогого пропагандистского подхода в профилактике наркомании (рок-музыканты, велосипедисты, байкеры против наркотиков и т.п.). Время показало, что эти пропагандистские трюки, направленные на удовлетворение чисто финансовых интересов их создателей, не эффективны. Они уже многих утомили.

Снять любопытство к наркотикам простыми рассказами о них, на наш взгляд, невозможно. Если вы часто будете говорить о них во время профилактики наркомании, произносить часто слово «наркотик», то это может даже вызвать обратную реакцию. Но в то же время совсем не произносить это слово нельзя. Надо произносить его один раз, но этот «один раз» должен быть таким, чтобы учащиеся эмоционально отреагировали, вздрогнули и т.п.

Недостаточно эффективно проходит профилактика наркомании и тогда, когда акцент делается исключительно на психодиагностику. Мы должны делать всё, чтобы уже до диагностики не было учащихся, склонных к наркотическому потреблению. А если дело дошло до диагностики наркомании, то уже поздно. Многие преподаватели уже устали от этих холодных и «бездушных» тестирований. Устали настолько, что нет сил заниматься живым общением с учащимися. Нельзя забывать главного: диагностировать и выявлять необходимо не наркоманов, а учащихся, которые имеют риск потреблять наркотики.

Таким образом, на основании всего вышеизложенного напрашивается вывод о необходимости иных подходов к профилактике наркомании. Одним из таких подходов является метод *косвенной и скрытой профилактики наркомании*, разработанный нами. *В этом случае при взаимодействии преподавателя с учащимися должны затрагиваться ненаркотические темы, казалось бы не имеющие отношения к проблеме наркомании.*

Практика показывает, что с одной стороны, опытные и талантливые педагоги, сами того не замечая, часто начинают выполнять роль практического психолога в отношении учащихся. (Так, например, академик РАО Р.Х. Шакуров в работе «Психологические основы профилактики наркомании учащихся. Казань [1], рассматривая социально-психологические предпосылки эффективной профилактики наркомании, выделяет такой аспект преподавателя, как его психологическая власть над учащимися, которая в свою очередь, не возможна без эффективного межличностного общения). С другой стороны, сами психологи часто обучают и перевоспитывают своих клиентов, превращая психокоррекцию в долгосрочный педагогический процесс, направленный на перевоспитание деструктивных установок личности [2]. Современная ситуация, связанная с алкоголизацией и наркотизацией социума, часто вынуждает выступать преподавателю в роли практиче-



ского психолога [1]. В связи с этим, существует заблуждение, что практическая психология — это нечто качественно иное, чем педагогика. И действительно, в практической психологии есть направления, связанные с внушением, гипнозом, воздействием на сознание и подсознание, но они занимают во всей этой системе незначительную часть. В практической психологии существуют и другие подходы: психоанализ, когнитивная психокоррекция, групповые социально-психологические тренинги, семейная психология и др. [3]. Все эти направления во многих своих приёмах аналогичны приёмам и технологиям педагогики. Более того, многие знания и педагогические приёмы входят в практическую психологию, но просто называются иначе. Фактически, значительная часть практической психологии направлена на обучение и перевоспитание проблемной личности. По-видимому, педагогика, по сравнению с практической психологией, в некоторых своих случаях более долговременна и основательна. Следовательно, она во многом аналогична практической психологии.

Существует заблуждение: «что психолог делает в течение часа, то педагог делает годами». Это не так. Но в некоторых случаях практическая психология — это радикальная педагогика. Такое бывает в силу того, что в психике есть такие её составляющие, благодаря которым возможно проведение эффективного внушения, определённого психического воздействия и т.п. При этом необходимо отметить, что и в практической психологии есть долгосрочные методы. Так психолог, занимающийся психоанализом, порой несколько лет перевоспитывает своих пациентов, напоминая педагога, который перевоспитывает своих учащихся, на основании понимания семейных истоков деструктивного поведения учащегося. Более того, в практической психологии есть разделы (когнитивная психокоррекция, семейная терапия, психологические тренинги, поведенческая психокоррекция и т.п.), которые часто используют положения и принципы педагогики [3].

Таким образом, педагоги на основании действий, которые они совершают в отношении учащихся, могут считать себя практическими психологами. Но часто они этого не осознают, утверждая, что практическая психология — это нечто отдельное и недостижимое. Оно и понятно, ведь педагогика часто направлена на изменение и анализ поведения учащихся, а не их эмоций и переживания. Видимо с того момента, когда педагог начнёт обращать внимание на эмоциональную сферу учащихся, его деятельность можно будет назвать практико-психологической. То есть педагогика станет психологичной, как только станет педагогикой чувств, эмоций и переживаний. Следовательно, настало время ставить «оценку» не только за знания и поведение, но и за настроение и переживание учащихся.

Некоторые педагоги после прочтения вышеприведённых положений могут почувствовать беспокойство, вызванное невозможностью внедрить элементы практической психологии в свою работу. Поэтому часто многие педагоги считают, что проблема наркомании — это проблема практической психологии или медицины. И действительно, проблема лечения наркомании — это дело рук врачей, психотерапевтов и психологов, а вот проблема того, чтобы наши дети не пришли к потреблению наркотиков — это проблема общая. К сожалению, врачи до сих пор ничего эффективного в плане лечения предложить не могут [4] (5–7% выздоравливающих, но остающихся хронически больными).





На наш взгляд, преподавателям необходимо научиться внушать учащимся «нечто», способствующее эффективной профилактики наркомании. Педагог может внушать в директивной и прямой формах. (Например, некоторые педагоги, используя агрессивную форму внушения, вызывают страх у своих учеников). Существует косвенная форма внушения. (Хорошим косвенным внушением является поход наркологическую клинику, на похороны подростка-наркомана или в морг на вскрытие больного умершего от разложения, вызванного наркотиком и т.д.)

В рамках процесса преподавания, приём косвенного внушения [1] против наркомании и алкоголизма можно применять практически во всех школьных предметах. Для этого, на наш взгляд, необходимы следующие этапы:

1. Выбрать занимательную тему.
2. Вывести эту тему на психологическую или философскую проблему (переживания, настроения, поведения, ценностей, смерти, жизни и т. д.).
3. Показать, как усложняется разрешение этой проблемы в случае потребления алкоголя или наркотиков.

По этой схеме возможна профилактика наркомании в рамках гуманитарных дисциплин: истории, русского языка др. Так, например, через феномен пьянства, который описывается в том, или ином произведении, можно всегда перейти к феномену настроения. На маленьком отрывке из рассказа можно всегда плавно выйти на проблему настроения.

В рамках преподавания музыкальных предметов также возможна профилактика наркомании. Разве нас музыка не пьянит? И вот мы уже заговорили о феномене опьянения. На уроки музыки можно привести множество примеров о трагических судьбах великих творцов, вызванных наркотической и алкогольной зависимостью (С. Сайдашев, А. Мусоргский, Э. Пресли, Ф. Мекъюри, М. Монро и др.).

Далее рассмотрим основные темы, которые необходимо раскрывать преподавателям на уроках биологии, анатомии и химии.

Первая тема — боль в организме человека [5]. Чувство острой боли возникает у человека при повреждении тканей, например, укусом, порезом, ушибом, ожогом и т.п. Боль — неприятное чувство, но очень нужное организму. Боль, как надёжная охрана, информирует человека о повреждении тела, т.е. об опасности для здоровья и жизни, и принуждает принять меры для устранения этой опасности.

Снятие болевой чувствительности равносильно снятию службы охраны. Течение многих болезней после этого ухудшается, так как больные, не чувствуя боли, не щадят повреждённые органы, дают на них чрезмерную нагрузку. Нельзя без необходимости принимать обезболивающие средства. Они изменяют клинические проявления заболеваний и затрудняют диагностику, что может привести к смертельному исходу.

Наркотики способствуют угнетению болевых рецепторов, благодаря чему боль прекращается. Поэтому часто наркоманы не знают о катастрофичности состояния своего организма.

Следующая тема — дыхание организма. Наркотики «анальгезируют» хеморецепторы, вследствие этого при накоплении углекислого газа эти рецепторы до нормального уровня не возбуждаются. неизбежно снижается, а затем и угнетается активность дыхательного центра. Наркоман уже никогда не сможет дышать



свободно. Он обрекает себя на пожизненное кислородное голодание (гипоксию). Поэтому наркоманы чаще всего умирают от остановки дыхания при случайной передозировке наркотиков. Смерть наступает уже через 5 минут после внутривенного введения наркотика.

Молодому человеку, решившему попробовать действие наркотика для испытания удовольствия, надо знать, что тем самым он позволяет надеть на свою шею удавку, которая будет всё туже и туже и в конце концов задушит. Это метафора. Никакой петли на шее, конечно, нет но результат тот же.

Наркотики, как уже было сказано ранее, «анальгезируют» хемо- и барорецепторы и тем самым снижают возбудимость кашлевого центра. Человек, начавший принимать наркотики, отключает защитный механизм кашля. Даже при простуде кашля не возникает. В легких наркомана накапливаются слизь, гной, компоненты дыма, пыли. Лёгкие наркомана можно сравнить с переполненной плевательницей: не может отхаркнуть наружу, а значит, плюет в самого себя, во внутреннее пространство своих легких. Следующий этап — мокрота разлагается, микробы размножаются.

Далее, можно коснуться сердечно-сосудистой системы. Наркотики, «анальгезируя» баро- и хеморецепторы, способствуют угнетению сосудодвигательного центра, а вследствие этого снижению кровяного давления и замедлению пульса. По этой причине в организме наркомана всегда возникает ухудшение функций сердечно-сосудистой системы, уменьшается снабжение клеток необходимыми им веществами, а также «очистка» клеток и тканей. Функции всех клеток слабеют, и весь организм дряхлеет, как в глубокой старости. Наркоман уже не в силах справляться с привычным объёмом работы.

Особое внимание заслуживает тема пищеварения. Роль питания также общеизвестна. У наркоманов притупляются все вкусовые и обонятельные ощущения. Они уже не могут в полной мере получать удовольствие от пищи. Снижается аппетит. Уменьшается выработка ферментов, желчи, желудочного и кишечного соков. Пища не в полной мере переваривается и усваивается. Наркоман обрекает себя на хроническое голодание. Обычно наркоманы имеют дефицит веса.

И, наконец, одна из главных тем молодёжи — любовь и отношения между полами. По многим механизмам при наркоманиях угнетаются половые потребности и возможности. Гинекологи отмечают, что у девушек-наркоманок быстро развиваются атрофические процессы в наружных и внутренних половых органах. По состоянию половой сферы эти девушки напоминают старух. Они даже не могут заниматься проституцией из-за потери необходимых для этого физических качеств. У юношей-наркоманов происходит быстрое угасание потенции. У наркоманов обычно не бывает детей, а среди родившихся часты случаи уродств.

Косвенное внушение часто начинается с того момента, когда преподаватель, казалось бы, обращаясь к одним (непроблемным ученикам), в действительности обращается к другим (проблемным ученикам).

Необходимо организовать педагогический процесс так, чтобы школьник всё больше и больше жил в мире не неких «мёртвых» ценностей дальнего круга, дескать «учись — это тебе когда-нибудь пригодится», а на позитивно-переживаемых ценностях, ощущаемых «здесь и теперь». Для этого необходима организация психодинамики, основанная на механизме преодоления, механизме моделирования и имитации «пограничной ситуации» и т.д. Это возможно только





в русле постмодернистского подхода [6], когда учёба является не самоцелью, а способом решения задач, стоящих перед учащимися, которые заняты конкретной полезной деятельностью наравне со взрослыми.

Профилактика наркомании никогда не должна быть специальным процессом. Она должна проходить в рамках тех программ, которые уже наработаны в школах. Очевидно, не стоит сразу напористо наваливаться на профилактику наркомании. Педагог продолжает работать как и работал, но теперь уже не забывает о возможности внедрения в прямой или косвенной форме элементов, способствующих первичной профилактике наркомании.

В целом, для проведения эффективной первичной профилактики [7] необходимо выполнение следующих рекомендаций: а) повышать психологическую защищённость учащихся от наркотиков (развития жизнелюбия и навыков к творчеству, преодоления стрессов и депрессий, знаний о психологии радости); б) развивать среди учащихся навыки противостояния манипуляции (от наркоторговцев) и деструктивных зависимостей; в) учить выявлению самой личностью в себе, склонности и риска наркопотребления; г) делать учащимся внушение, основанное на последствиях для здоровья, вызываемых наркотиком; д) как можно раньше выявлять наркоманов и лиц, склонных к потреблению наркотиков (их личностные, поведенческие, эмоциональные, внешние изменения); е) проводить скрытую профилактику наркомании (групповая психотерапия и тренинги, а также преподавание с элементами скрытой профилактики наркомании); ж) повышать уровень творческих процессов в психике, не доводя её до критического, непредсказуемого состояния.

### Литература

1. Шакуров Р.Х., Гарифуллин Р.Р. Психологические основы профилактики наркомании учащихся. Казань: РИЦ «Школа», 2002. 200 с.
2. Сурнов К. Г. Некоторые принципы психологической реабилитации больных алкоголизмом. Журн. невропатол. и психиат. им. С. С. Корсакова. 1981. Вып. 2. С. 1866–1870.
3. Психотерапевтическая энциклопедия. Спб.: Питер Ком, 1999. 752 с.
4. Гарифуллин Р.Р. Кодирование личности от алкогольной и наркотической зависимости. Манипуляции в психотерапии (монография). Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. 256 с.
5. Гарифуллин Р.Р. Скрытая профилактика наркомании. М.: Творческий Центр «Сфера», 2002. 64 с.
6. Гарифуллин Р.Р. Постмодернистская психология или язык и алгоритмы искусства в психологии. Образование и культура постмодерна: сб. статей / Казан. гос. ун-т. Казань: Каз. ун-т, 2005. С. 48–50.
7. Гарифуллин Р.Р. Скрытая профилактика алкоголизма и наркомании в школе и семье. Психологические проблемы современной российской семьи: Материалы второй всерос. науч. конф. / Гос. НИИ семьи и воспитания. М., 2005. Ч. 1. С. 240–245.