



International Science Group

ISG-KONF.COM

IV

**INTERNATIONAL SCIENCE CONFERENCE
"PROSPECTS AND ACHIEVEMENTS IN APPLIED
AND BASIC SCIENCES"**

Budapest, Hungary

February 9 – 12

ISBN 978-1-63684-355-1

DOI 10.46299/ISG.2021.I.IV

PROSPECTS AND ACHIEVEMENTS IN APPLIED AND BASIC SCIENCES

Abstracts of IV International Scientific and Practical Conference

Budapest, Hungary
February 9 – 12, 2021

Library of Congress Cataloging-in-Publication Data

UDC 01.1

The IV International Science Conference «Prospects and achievements in applied and basic sciences», February 9 – 12, 2021, Budapest, Hungary. 706 p.

ISBN - 978-1-63684-355-1

DOI - 10.46299/ISG.2021.I.IV

EDITORIAL BOARD

<u>Pluzhnik Elena</u>	Professor of the Department of Criminal Law and Criminology Odessa State University of Internal Affairs Candidate of Law, Associate Professor
<u>Liubchych Anna</u>	Scientific and Research Institute of Providing Legal Framework for the Innovative Development National Academy of Law Sciences of Ukraine, Kharkiv, Ukraine, Scientific secretary of Institute
<u>Liudmyla Polyvana</u>	Department of Accounting and Auditing Kharkiv National Technical University of Agriculture named after Petr Vasilenko, Ukraine
<u>Mushenyk Iryna</u>	Candidate of Economic Sciences, Associate Professor of Mathematical Disciplines , Informatics and Modeling. Podolsk State Agrarian Technical University
<u>Oleksandra Kovalevska</u>	Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs Dnipro, Ukraine
<u>Prudka Liudmyla</u>	Odessa State University of Internal Affairs, Associate Professor of Criminology and Psychology Department
<u>Slabkyi Hennadii</u>	Doctor of Medical Sciences, Head of the Department of Health Sciences, Uzhhorod National University.
<u>Marchenko Dmytro</u>	Ph.D. in Machine Friction and Wear (Tribology), Associate Professor of Department of Tractors and Agricultural Machines, Maintenance and Servicing, Lecturer, Deputy dean on academic affairs of Engineering and Energy Faculty of Mykolayiv National Agrarian University (MNAU), Mykolayiv, Ukraine
<u>Harchenko Roman</u>	Candidate of Technical Sciences, specialty 05.22.20 - operation and repair of vehicles.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОПРОФІЛАКТИКИ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ

Сидоренко Ольга

Кандидат психологічних наук, доцент
Національний педагогічний університет
ім. М.П. Драгоманова, м. Київ, Україна

Федоренко Алла

Кандидат психологічних наук, доцент
Національний педагогічний університет
ім. М.П. Драгоманова, м. Київ, Україна

На сучасному етапі розвитку суспільства відбувається тенденція інтенсивного зростання кількості осіб з адиктивною поведінкою. Адиктивна поведінка є однією з форм поведінки людини, яка проявляється у прагненні втекти від дійсності внаслідок свідомої зміни свого психічного стану, вживання ПАР (психоактивна речовина), алкоголю, наркотиків, різні токсичні препарати, беруть участь у комп'ютерних та азартних іграх, проводять більшість часу в соціальних мережах, що в подальшому переростає в інтернет залежність з метою підтримання інтенсивності своїх емоцій. Відхід від проблем – це самий простий і доступний для адиктивної особистості спосіб виживання. У цьому випадку на психофізіологічному рівні порушуються природні адаптаційні можливості особистості, з'являється психологічний дискомфорт, причини якого бувають як внутрішні, так і зовнішні. Люди по-різному реагують на такі стани. Адиктивні особистості не переносять перепадів настрою і психологічного дискомфорту і шукають легкі шляхи виходу з важких для них ситуацій, змінюючи свій психічний стан, щоб отримати приємні емоції, створюючи, таким чином, ілюзію вирішення проблеми, тобто йдуть по шляху найменшого опору. Людина існує у своєму «віртуальному світі», який призводить з часом до деградації особистості [1-2; 4; 8-9; 11].

Така поведінка супроводжується порушенням адаптаційного балансу і рівноваги з середовищем і соціальним оточенням і потребує психотерапії та психокорекції, а в першу чергу психопрофілактики, адже попередження її проявів є набагато ефективнішим ніж лікування адикцій. Найбільш дієвим засобом подолання адикцій є їх первинна, вторинна та третинна психопрофілактика, що спрямована на формування позитивних установок на здоровий спосіб життя, виявлення осіб груп ризику та соціальну, педагогічну, психопрофілактичну взаємодію з ними та їхніми сім'ями [6].

Виділяються три основні групи форм психопрофілактичної роботи за кількісною ознакою: індивідуальні, групові та масові. Індивідуальними формами роботи є консультування, бесіда, розповідь. Найчастіше використовуються з

молодими людьми, у яких продіагностовано схильність до адикції або які вже мають досвід використання ПАР. Такі форми реалізуються педагогом-психологом в контексті психолого-педагогічного супроводу дітей та молодих людей, що мають проблеми в сфері соціально-психологічної адаптації.

Основу психопрофілактичних програм становлять групові форми роботи (цільова аудиторія являє собою відносно цілісну групу, чисельний склад якої варіюється від 6–7 до 25–30 чоловік), серед яких найбільш поширеними є бесіда, дискусія, лекція, тренінг. Групові форми роботи дозволяють оптимально враховувати особливості аудиторії, використовуються в основному в процесі психопрофілактики, але є ефективними при роботі з молодими людьми, які мають досвід залежної поведінки. Масові форми превентивної роботи реалізуються щодо великих груп молодих людей, кількість яких повинна становити від 40–50 учасників. Вони використовуються тільки для психопрофілактики і характеризуються значно меншою адресністю. Серед учасників можуть бути молоді люди з різним ставленням до ПАР і досвідом адикції. Метою таких форм роботи є формування загального негативного фону сприйняття ПАР. Відносно нехімічних залежностей такі форми роботи практично не застосовуються.

До масових форм роботи відносяться концерти, шоу-програми, спектаклі, лотереї, спортивні змагання, конкурси, дискотеки, виставки та інші акції. Як правило, профілактичний характер цих форм роботи виражається в пропагандистському супроводі (гаслах, девізах, слоганах) акцій: наприклад, рок-концерт, спортивні змагання «Ми вибираємо життя» тощо.

В освітній процес з метою психопрофілактики адиктивної поведінки можна впроваджувати:

- аудиторні заняття (у формі змагань та ігор – конкурс, КВК, прес-конференція, ділова гра, рольова гра, кросворд, вікторина);
- позааудиторні заходи (походи в музеї і театри; акції проти залежності від ПАР);
- організаційно-виховні години, спрямовані на вторинну психопрофілактику адикцій та пропаганду здорового способу життя;
- консультації батьків з питань адикції дітей (індивідуальні консультації; проведення батьківських зборів).

Одними із методів психопрофілактики ПАР є: виявлення лідерів в групах молодих людей, дозволяє підтримати або сформувати у них антиадиктивні установки і вже через лідерів цілеспрямовано впливати на групу.

Адиктивні особи, які вживають ПАР, як правило, беруться під постійний контроль з боку викладачів, батьків. До недавнього часу основна увага приділялася вивченню форм поведінки, що завдають шкоди здоров'ю, а не сприяють його зміцненню, однак тепер підвищується інтерес людей до таких пов'язаних зі здоров'ям аспектів, як фізична активність, заняття спортом, здорова їжа, зняття стресових явищ, медитація.

Розглядаючи раціональний відпочинок як альтернативу вживання ПАР, а, отже, як необхідний компонент ЗСЖ, варто зазначити, що він повинен бути

насичений позитивними емоціями. Негативні емоції, тривожність, стресові ситуації, постійна незадоволеність і дратівливість, смуток тільки можуть призвести до залежності від вживання ПАР.

Велику роль у психопрофілактиці вживання ПАР займають фізична культура і спорт, які за своїми можливостями в багато разів перевершують всі інші методи профілактики. При занятті спортом у людини глибоко закладаються принципи здорового способу життя, вона систематично відчуває дію ендорфінів («м'язову радість»), концентрація яких після тренувань у молодих людей підвищується значно більше, ніж у дорослих. Ендорфіни підвищують емоційний стан і знімають депресивні стани, страхи, комплекс неповноцінності і невпевненості в собі. Тому особливо важливим є включення в будь-яку оздоровчу програму з психопрофілактики вживання ПАР комплексу фізичних вправ перш за все аеробної і силової спрямованості, що дозволить активізувати діяльність нейронів головного мозку продукують ендорфіни [10].

У роботі з адиктивними особами на перший план виступають засоби, що несуть наукову аргументацію, інформацію, що розкриває тематику, найбільш значущу для цього віку (здоров'я, сім'я, нащадки тощо). Проводяться бесіди, дискусії, використовуються пам'ятки, буклети, листівки, бюлетені. До засобів, що впливають більше на емоційну сферу, відносять кіно- і відеофільми, озвучені слайди та планшети або цілі комплекси засобів наочної агітації.

Зупинимося на їхній характеристиці більш детально. Профілактична бесіда – досить складна форма роботи через свою спонтанність. Аудиторія, з якої проводиться бесіда, повинна бути налаштована і готова до обміну думками щодо заявленої проблеми. Таким чином, спілкування носить багато в чому міжособистісний характер і передбачає різні способи мовного і немовного впливу партнерів один на одного. Ведучий бесіди повинен бути компетентною людиною, що володіє новою і цікавою для аудиторії інформацією про проблему – фахівцем, практиком, дослідником [5; 7].

Психопрофілактична бесіда складається з таких етапів:

1. Вибір тематики, перевірка зацікавленості аудиторії запропонованої тематикою.
2. Запрошення фахівців (гостей), обговорення змісту бесіди.
3. Підготовка аудиторії, забезпечення її попередньої інформованості з питання бесіди.
4. Підготовка ведучого, формулювання питань, підбір цікавих фактів, цитат, зауважень, які можуть змінювати хід проведення бесіди.
5. Проведення зустрічі: вступна інформаційна частина, представлення гостей, вступні питання, включення групи в бесіду.
6. Підведення підсумків, формулювання загальних висновків.
7. Аналіз профілактичної бесіди в професійному співтоваристві.

Групова дискусія представляє собою метод продуктивного розв'язання важливих, нерідко спірних групових проблем. Учасники дискусії, використовуючи переконливі логічні аргументи, намагаються вплинути на думки, переконання і установки інших членів групи з метою прийняття спільного

рішення. Дискусія передбачає чітко поставлену мету, грамотно підібрану систему засобів для більш ефективного впливу на учасників. В психопрофілактичних цілях вона, як правило, використовується для того, щоб непрямим шляхом подолати в учасників якесь невірне переконання, думку, міфи щодо адиктивної поведінки. Її перевагою є те, що контраргументи молода людина чує не від дорослої людини, якої він може сприйняти негативно, а від однолітків – друзів, приятелів, знайомих.

Для того щоб організувати активну і ефективну дискусію, необхідно:

- Сформулювати дійсно дискусійне питання.
- Сформулювати склад учасників дискусії, готових відстоювати власну точку зору.
- Надати підтримку в підготовці до участі в дискусії обом сторонам.
- Серйозно підготувати ведучих дискусії, які повинні вільно орієнтуватися в темі, вміло керувати послідовністю висловлювань кожним із учасників, стежити за регламентом, запобігати негативним варіантам розвитку дискусії, підвести підсумки.

Результат дискусії повинен виражатися в більш-менш об'єктивному судженні, підтримуваному усіма учасниками дискусії або більшістю. Таким чином, в дискусії виявляється більш чітке і ясне формулювання рішення проблеми, знімається, усувається до певної межі момент суб'єктивності: переконання однієї людини або групи людей співвідносяться з іншими і тим самим об'єктивуються, знаходячи певну обґрунтованість.

Лекція як домінуюча форма використовується в проблемному підході до психопрофілактики вживання ПАР. Обсяг міцно засвоєної інформації після закінчення лекції невеликий, крім того, на даний момент можна говорити про стійкий негативний стереотип ставлення до лекції у молодих людей. Саме за це лекція як форма профілактичної роботи часто піддається критиці. Однак у неї є кілька важливих переваг. Під час проведення лекції системно, логічно і науково можна надати інформацію, охопити великий обсяг аудиторії, тоді як інші форми розраховані на групи максимальною кількістю 20–25 осіб. Лекція прогнозована і менш складна в підготовці, ніж інші форми психопрофілактичної роботи [3].

Системність психопрофілактичних заходів передбачає роботу не тільки з адиктивними особами, їх сім'ями (надання індивідуальної, системної допомоги в усвідомленні власних особистісних, сімейних і соціальних ресурсів, що сприяють подоланню внутрішньо сімейних проблем і проблем взаємин з дітьми в сім'ї), але також і з педагогами освітніх установ, де молоді люди проводять значну частину свого часу.

Психопрофілактична робота з педагогами може включати наступні напрямки:

- навчання педагогів встановленню розвиваючої системи взаємовідносин з учнями, заснованої на взаєморозумінні і взаємному прийнятті один одного;
- формування у педагогів адекватної «Я-концепції», емпатії;
- надання психологічної допомоги у вирішенні внутрішньо-особистісних проблем;

– психологічний супровід процесу взаємодії усіх учасників освітнього процесу.

Методами психопрофілактичної роботи з педагогами є лекції-бесіди, дискусії, рольові ігри, тренінг навичок і умінь та інші психотехнології, спрямовані на усвідомлення процесів взаємного психологічного розвитку усіх учасників освітнього процесу.

Результатом взаємодії психолога з адиктивною особою стає досить велика кількість особистісно значимої інформації. Одним з базових етичних принципів роботи психолога є конфіденційність («таємниця сповіді»), тому інформація, що повідомляється педагогові про суб'єкта психологічної допомоги повинна носити рекомендаційний характер [3; 5; 7].

Вибудовуючи діалог з педагогом, не рекомендується вживати в розмові спеціальні терміни. Також слід враховувати і те, як він відноситься до адиктивної особи, його батьків і, при необхідності, починати корекційну роботу з нормалізації цих відносин.

В цілому, ефективність психопрофілактичної діяльності, спрямованої на попередження вживання особистостями психоактивних речовин, багато в чому залежить від координованості та узгодженості дій різних фахівців освітнього закладу таких, як психолог, соціальний педагог, викладацький склад, представники адміністративної ланки. Виявлення осіб із адиктивною поведінкою (в тому числі і зі схильністю до адиктивної поведінки) здійснюється в процесі систематично проведеної масової діагностики або в результаті отримання сигналу про проблему від самого суб'єкта, батьків або інших представників найближчого оточення. Відповідно супровід молоді «групи ризику» реалізується спільними зусиллями різних фахівців (психолога, соціального педагога і викладацького складу) згідно з планом індивідуального супроводу, який створюється на основі аналізу зібраної інформації про особу з адиктивною поведінкою.

Отже, первинна, вторинна і третинна психопрофілактика адиктивної поведінки в освітньому процесі є компонентами єдиної превентивної системи, які не можуть розглядатися ізольовано одна від одної, тому подальшого розроблення потребує єдина система психопрофілактичних заходів, спрямованих на соціальну, педагогічну та психологічну роботу з молодими людьми, що перебувають у групі ризику, та їхніми сім'ями.

«Список літератури»

1. Барамзіна М. Адиктивна поведінка як соціально-психологічний феномен / М. Барамзіна // Здоров'я та фіз. культура. – 2010. – № 30. – С. 18–20.
2. Бугайова Н. М. Психологічні закономірності розвитку адикцій в онтогенезі / Н. М. Бугайова // Проблеми загальної та педагогічної психології. – 2010. – т. XII, ч. 4. – С. 48–57.
3. Завадська Л. А. Профілактика адиктивної поведінки / Л. А. Завадська // Соціальна педагогіка. – Луцьк, 1999. – С. 105–111.

4. Змановська Є. В., Рибников В. Ю. Девіантна поведінка особистості і групи / Є. В. Змановська, В.Ю. Рибников. – К.: Логос, 2010. – 352 с.

5. Протасова Н. И. Психологическая помощь детям с девиантным поведением: Метод. Реком / Н.И. Протасова. – Астрахань. 2000. - 20 с.

6. Яременко О. О. Тютюн, алкоголь, наркотики в молодіжному середовищі: вживання, залежність, ефективна профілактика / О.О. Яременко. – К.: Держ ін-т пробл. сім. та мол., Укр. ін-т соц. д-нь, 2005. – Кн. 7. – 196 с.

7. Федоренко А.Ф., Сидоренко О.Б., Специфіка впровадження розвивально-адаптивних технологій у закладах вищої освіти при підготовки майбутніх психологів / О.Б. Сидоренко, А.Ф. Федоренко // Psychological Journal: Scientific Review / red. S.Maksymenko. - No 7. - Vol. 5. - Kyiv: H. S. Kostyuk Institute of Psychology of The National Academy of Educational Sciences of Ukraine , 2019. – P. 64-84.

Режим доступу: <https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/619/383>

8. Greenfield D. Treatment Considerations in Internet and Video Game Addiction: A Qualitative Discussion. Child Adolesc Psychiatric Clinics of North America. 2018 Apr;27(2):327-344. DOI: [10.1016/j.chc.2017.11.007](https://doi.org/10.1016/j.chc.2017.11.007)

9. Mihajlov M., Vejmelka L., Internet Addiction: A Review of the First Twenty Years. Psychiatr Danub. 2017 Sep;29(3):260-272. DOI: [10.1186/s12888-019-2366-2](https://doi.org/10.1186/s12888-019-2366-2)

10. Nutt D., Lingford-Hughes A., Erritzoe D., Stokes P. Nat Rev Neurosci. The dopamine theory of addiction: 40 years of highs and lows. 2015 May;16(5):305-12. DOI: [10.1038/nrn3939](https://doi.org/10.1038/nrn3939)

11. Sussman C., Harper J., Stahl J., Weigle P. Internet and Video Game Addictions: Diagnosis, Epidemiology, and Neurobiology. Child Adolesc Psychiatr Clin N Am. 2018 Apr; 27(2):307-326. DOI: [10.1016/j.chc.2017.11.015](https://doi.org/10.1016/j.chc.2017.11.015)