

УТВЕРЖДАЮ

Первый заместитель Министра

Д.Л.Пиневиц

« 27 »

2015г.

Регистрационный номер № 171-1115



**МЕТОД ЛЕЧЕНИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ АЛКОГОЛЯ С ВРЕДНЫМИ  
ПОСЛЕДСТВИЯМИ У ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ С  
НАРУШЕНИЯМИ ПОВЕДЕНИЯ**

инструкция по применению

УЧРЕЖДЕНИЯ-РАЗРАБОТЧИКИ:

Учреждение образования «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет»,

Государственное учреждение «Республиканский научно-практический центр психического здоровья»,

Учреждение здравоохранения «Витебский областной клинический центр психиатрии и наркологии».

АВТОРЫ: д.м.н. Копытов А.В., д. м. н. Кирпиченко А.А., Мужиченко В.А.

Минск, 2015

Данная инструкция по применению «Метод лечения употребления алкоголя с вредными последствиями у девочек-подростков с нарушениями поведения» (далее – инструкция) может быть использована в комплексе оказания медицинских услуг для лечения употребления алкоголя с вредными последствиями у девочек-подростков.

Инструкция предназначена для врачей-психиатров-наркологов и других врачей-специалистов, работающих с алкогольной аддикцией среди подростков.

### **Показания к применению**

Употребление алкоголя с вредными последствиями (F10.1).

Девочки-подростки из группы риска по алкогольному аддиктивному поведению, страдающие тревожно-фобическими расстройствами (F40), эмоционально-неустойчивым (F60.3) и тревожным расстройством личности (F60.6), с аффективными (F30) и невротическими расстройствами (F40).

### **Противопоказания**

Отсутствуют.

### **Перечень медицинских изделий, лекарственных средств, реактивов и т.д.**

1) Тест личностных акцентуаций, модифицированный вариант методики ПДО для выявления типов акцентуаций характера и сопряженных с ними личностных особенностей.

2) Тест школьной тревожности Филлипса для определения уровня тревожности, переживания социального стресса, фрустрации потребности в достижении успеха, проблем и страхов в отношениях с ровесниками и учителями.

3. Тест Басса-Дарки для диагностики агрессивных и враждебных реакций.

4. Стандартизированный тест-опросник на определение склонности к отклоняющемуся поведению (СОП).

### **Алгоритм проведения**

#### **1. Формирование профилактических групп.**

На основании полученных при помощи тестов результатов, необходимо распределить респондентов в группы и определить для них объем лечебного вмешательства следующим образом:

**Группа 1** – когнитивно-бихевиориальный метод, предполагающий обучение участников навыкам, повышающим коммуникативные адаптационные способности, приспособляемость к ситуациям стрессогенного характера, снижение вероятности неадекватного, деструктивного реагирования на тревожные факторы среды, коррекцию агрессивных тенденций у девочек-подростков с отклонениями в поведении (Таблица 2).

Задачи:

1) Мотивация каждого участника для дальнейшего участия в программе.

2) Формирование навыков саморегуляции и адекватной системы ценностных ориентаций.

3) Преодоление проблем заниженной самооценки и социальной компетенции, развитие толерантности и способности к эмпатии.

4) Выработку самоконтроля, позволяющего справиться с различными типами тревожности - общая школьная тревожность, переживание социального стресса, фрустрация потребности в достижении успеха, страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, страх несоответствия ожиданиям окружающих, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, проблемы и страхи в отношениях с учителями - например, с помощью тренингов релаксации.

5) Обучение элементам психорегулирующей тренировки позволяющим управлять своим эмоциональным состоянием, осуществлять коррекцию эмоционального напряжения, контролировать такие виды агрессии как, физическая агрессия, вербальная агрессия, косвенная агрессия, негативизм, склонность к раздражению, подозрительность, обида, чувство вины или аутоагрессия.

6) Ознакомление подростков с основными принципами изменения собственного поведения и самосовершенствования (постановка цели, самоконтроль), развитие коммуникативных способностей.

7) Выработка социальных умений (преодоление стеснительности, неумения выслушивать похвалу, проявление инициативы в социальных взаимодействиях, умение вести разговор, умение отстаивать собственную позицию), развитие коммуникативных способностей, формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях.

8) Выявление индивидуальных мотивов употребления алкоголя, характера ожиданий, работа, направленная на коррекцию в данном направлении.

9) Развитие умения самостоятельно ставить цели, использовать опыт, приобретенный в ходе профилактической работы.

**Группа 2 (группа риска)** – Программа группы 1 плюс целенаправленная программа, ориентированная на девочек-подростков с нарушениями поведения и проблемой чрезмерного употребления алкоголя (Таблица 3).

Задачи:

1) Изменение привычных представлений о нормах выпивки в пользу их снижения.

2) Мотивация участника программы на негативные последствия употребления алкоголя.

3) Тщательное психологическое исследование социально – биологических и личностных особенностей, выступающих в роли предрасполагающих факторов аддиктивного поведения.

4) Обязателен анализ системы семейных взаимоотношений, при возможности участие в профилактической программе родителей подростка.

## **2. Проведение метода лечения.**

Занятие целесообразно сопровождать демонстрацией видеоматериала, слайд-шоу, представляющих последствия употребления алкоголя, а также другой наглядный материал, соответствующий теме занятия.

Занятие с элементами тренинга состоит из 6 частей (таблица 1). Продолжительность каждого занятия – 60 мин. Указанное время является приблизительным и возможно его корректировка. Работа построена таким образом, что сразу после организационного момента стимулируется активность участников с помощью короткого разминочного упражнения, что необходимо для психологической разминки. Такая форма работы помогает быстрее сплотить группу, установить доверительные отношения между её участниками, задать тон и настроение занятию в его начале.

Таблица 1 - Составляющие элементы занятия

Часть занятия	Время
1. Организационный момент: приветствие, создание рабочей атмосферы, сообщение о теме занятия	5 мин
2. Разминочное упражнение	5 мин
3. Отчет о самостоятельной работе.	10 мин
4. Информационная часть. Обсуждение темы занятия.	5-10 минут
5. Выполнение заданий и упражнений.	20-25 мин
6. Обсуждение впечатления от занятия. Практическое задание для самостоятельной работы.	10 мин

Таблица 2 План для группы 1

№ занятия	Цели занятия	План занятия
1.	Создать доверительную, дружелюбную рабочую атмосферу; Сформулировать правила работы в группе; Выяснить ожидания участников.	Представление ведущего группы; Разминочное упражнение «Познакомимся заново»; Интерактивное обсуждение «Задачи тренинга и правила поведения в группе»; Выполнение упражнений «Кораблекрушение»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание: <i>отметить наиболее интересные и полезные моменты первого занятия.</i>
2.	Формирование навыков саморегуляции	Приветствие; Разминочное упражнение «Заросли»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Чувства»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание
3.	Преодоление проблем заниженной самооценки и социальной компетенции; развитие толерантности и способности к эмпатии	Приветствие; Разминочное упражнение «Построиться по...»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнений «Я рад», «Кто я»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание
4.	Обучение навыкам самоконтроля, позволяющего справиться с различными типами тревожности	Приветствие; Разминочное упражнение «Найди свою пару»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнений «Если

		я...», «Как вести себя»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание
5.	Обучение элементам психорегулирующей тренировки позволяющим управлять своим эмоциональным состоянием	Приветствие; Разминочное упражнение «Пожелание»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Раздражение»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание
6.	Обучение навыкам психотренинга направленного на коррекцию эмоционального напряжения	Приветствие; Разминочное упражнение «Найди хорошее»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Выход из кризиса»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание
7.	Выработка социальных умений: преодоление стеснительности, неумения выслушивать похвалу, проявление инициативы в социальных взаимодействиях, умение вести разговор, умение отстаивать собственную позицию	Приветствие; Разминочное упражнение «Я хочу – не буду»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Правила общения», ролевая игра «Взрослый-подросток»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание.....
8.	развитие коммуникативных способностей; формирование умения конструктивно действовать в конфликтных ситуациях	Приветствие; Разминочное упражнение «Знакомство по парам»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Правила эффективного общения»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание

9.	<p>Раскрыть значение понятие «зависимое поведение».</p> <p>Рассмотреть мотивацию употребляющих ПАВ.</p> <p>Сформировать активную жизненную позицию подростков в отношении использования ПАВ, предложить возможные варианты альтернативы в получении удовольствий.</p>	<p>Приветствие;</p> <p>Разминочное упражнение «Живое и неживое»;</p> <p>Отчет о самостоятельной работе;</p> <p>Обсуждение темы занятия;</p> <p>Выполнение упражнения «Уверенный отказ»;</p> <p>Итоговое обсуждение;</p> <p>Домашнее задание</p>
10.	<p>Закрепление полученных в процессе тренинга знаний и навыков;</p> <p>Анализ полученных навыков и достигнутого прогресса;</p> <p>Оценка степени приближения к целям программы.</p>	<p>Приветствие;</p> <p>Разминочное упражнение «Преодолей препятствие»;</p> <p>Отчет о самостоятельной работе;</p> <p>Обсуждение темы занятия;</p> <p>Выполнение упражнения «Я принимают решение»;</p> <p>Итоговое обсуждение.</p>

Таблица 3 - План для группы 2

№ занятия	Цели занятия	План занятия
1.	<p>Создать доверительную, дружелюбную рабочую атмосферу;</p> <p>Сформулировать правила работы в группе;</p> <p>Выяснить ожидания участников.</p>	<p>Представление ведущего группы;</p> <p>Разминочное упражнение «Познакомимся заново»;</p> <p>Интерактивное обсуждение «Задачи тренинга и правила поведения в группе»;</p> <p>Выполнение упражнения «Кораблекрушение»;</p> <p>Итоговое обсуждение;</p> <p>Домашнее задание: <i>отметить наиболее интересные и полезные моменты первого занятия.</i></p>
2.	<p>Формирование навыков саморегуляции</p>	<p>Приветствие;</p> <p>Разминочное упражнение «Заросли»;</p> <p>Отчет о самостоятельной работе;</p>



		Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Чувства»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание
3.	Преодоление проблем заниженной самооценки и социальной компетенции; развитие толерантности и способности к эмпатии	Приветствие; Разминочное упражнение «Построиться по...»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнений «Я рад», «Кто я»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание.....
4.	Обучение навыкам самоконтроля, позволяющего справиться с различными типами тревожности.	Приветствие; Разминочное упражнение «Найди свою пару»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнений «Если я...», «Как вести себя»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание.....
5.	Обучение элементам психорегулирующей тренировки позволяющим управлять своим эмоциональным состоянием.	Приветствие; Разминочное упражнение «Пожелание»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Раздражение»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание.....
6.	Обучение навыкам психотренинга направленного на коррекцию эмоционального напряжения	Приветствие; Разминочное упражнение «Найди хорошее»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Выход из кризиса»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание.....

7.	Выявление и признание участниками группы существования проблем, связанных с употреблением алкоголя; индивидуальный анализ употребления алкоголя подростком	Приветствие; Разминочное упражнение «Я хочу – не буду»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Вырвись из круга»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание
8.	Выявление ситуаций, связанных с высоким риском употребления алкоголя. Оценка взаимоотношений с друзьями, в компании которых происходит употребление алкоголя	Приветствие; Разминочное упражнение «Знакомства по парам»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Уверенный отказ»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание
9.	Выработка решимости в принятии решений (в первую очередь – в вопросах, связанных с употреблением алкоголя). Поиск альтернатив употребления алкоголя.	Приветствие; Разминочное упражнение «Живое и неживое»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения ролевая игра «Давай с нами»; Итоговое обсуждение; Домашнее задание.....
10.	тренинг противостояния (умение сказать «нет», умение противостоять желанию употребить алкоголь); анализ полученных навыков и достигнутого прогресса; оценка степени приближения к целям программы.	Приветствие; Разминочное упражнение «Преодолей препятствие»; Отчет о самостоятельной работе; Обсуждение темы занятия; Выполнение упражнения «Я принимают решение»; Итоговое обсуждение;

## 1. Критерии отбора на должность руководителя группы.

Искренняя симпатия к подросткам.

Компетентность в вопросах работы с подростками, а также стремление изучать обозначенные проблемы.

Предполагаемый кандидат должен пользоваться доверием и уважением среди подросткового коллектива.

Кандидат должен представлять своим позитивный пример для подростков.

Руководителем группы может быть назначен пользующийся доверием и уважением педагог, психолог, социальный работник или иное лицо, соответствующее вышеуказанным параметрам. Следует помнить, что подростки очень часто не доверяют взрослым, поэтому возможно привлечь для профилактики волонтеров из числа студентов.

## 2. Правила для руководителя группы.

Нужно:

1. Мотивировать участников группы к самораскрытию, доверию.
2. Стараться снижать привлекательность употребления психоактивных веществ (для этого необходимо хорошо представлять себе, в чем важность и значение алкоголя в данном случае).
3. Подчеркивать личную ответственность.
4. Подчеркивать поиск альтернативных вариантов поведения.
5. Разъяснять задачи.
6. Демонстрировать эмпатию (понимание и сочувствие проблемам подростка).
7. Поддерживать обратную связь.

Следует помнить, что в жизни подростка с проблемой алкоголизации и так уже многое произошло до того, как он обратился за помощью. Он

уже большое количество раз сталкивался с социальным осуждением.

Поэтому руководителю нельзя:

1. Осуждать участников группы.
2. Обвинять.
3. В категоричной форме оспаривать точку зрения проблемного подростка.
4. Вешать «ярлыки».
5. Недооценивать роль алкоголя в жизни данного подростка.