

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

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

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

УТВЕРЖДАЮ
Первый заместитель министра

_____ Д.Л. Пиневиц
27.11.2015
Регистрационный № 171-1115

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

инструкция по применению

УЧРЕЖДЕНИЯ-РАЗРАБОТЧИКИ: УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет», ГУ «Республиканский научно-практический центр психического здоровья», УЗ «Витебский областной клинический центр психиатрии и наркологии»

АВТОРЫ: д-р мед. наук А.В. Копытов, д-р мед. наук А.А. Кирпиченко, В.А. Мужиченко

Минск 2015

Данная инструкция по применению (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, медицинских психологов и других врачей-специалистов, работающих с алкогольной аддикцией среди подростков.

ПЕРЕЧЕНЬ НЕОБХОДИМОГО ОБОРУДОВАНИЯ, РЕАКТИВОВ, СРЕДСТВ, ИЗДЕЛИЙ МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ

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).

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).

ОПИСАНИЕ ТЕХНОЛОГИИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДА

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) выработка 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, вербальная, косвенная, 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 алкоголя 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. Лечение

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 — 60 мин. Указанное время является приблизительным и возможна 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 ее участниками, задать тон и настроение занятию в его начале.

Таблица 1. — Составляющие элементы занятия

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

Таблица 2. — План занятий 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.	Раскрыть значение понятия «зависимое поведение»;	Приветствие; разминочное упражнение «Живое

	рассмотреть мотивацию употребляющих ПАВ; сформировать активную жизненную позицию подростков в отношении использования ПАВ, предложить возможные варианты альтернативы в получении удовольствий	и неживое»; отчет о самостоятельной работе; обсуждение темы занятия; выполнение упражнения «Уверенный отказ»; итоговое обсуждение; домашнее задание
10.	Закрепление полученных в процессе тренинга знаний и навыков; 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 принимаю решение»; итоговое обсуждение

Таблица 3. — План занятий для группы 2

№ 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 упражнения «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.	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 его употребление	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	Приветствие; разминочное упражнение «Живое и неживое»;

	с употреблением алкоголя).; поиск альтернатив употребления алкоголя	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 принимаю 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 собой 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

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 многое произошло до того, как он обратился за помощью, он уже 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.