

**Приложение 1 к РПД Б1.В.01.08 Профилактика и коррекция
зависимого поведения
37.03.01 Психология,
направленность (профиль) Практическая психология
Форма обучения – очная
Год набора – 2022**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.	Кафедра	Психологии и коррекционной педагогики
2.	Направление подготовки	37.03.01 Психология
3.	Направленность (профиль)	Практическая психология
4.	Дисциплина (модуль)	Профилактика и коррекция зависимого поведения
5.	Форма обучения	очная
6.	Год набора	2022

1. Методические рекомендации

I. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных и практических занятий

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой, умение создавать тексты. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях, изучения рекомендованной литературы, выполнения контрольных письменных заданий.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

Основными видами аудиторной работы студентов являются лекции и практические занятия.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

Практическое занятие предполагает свободный обмен мнениями по избранной тематике. Он начинается со вступительного слова преподавателя, формулирующего цель занятия и характеризующего его основную проблематику. Затем, как правило, заслушиваются сообщения студентов. Обсуждение сообщения совмещается с рассмотрением намеченных вопросов. Сообщения, предполагающие анализ публикаций по отдельным вопросам практического занятия, заслушиваются обычно в середине занятия. Поощряется выдвижение и обсуждение альтернативных мнений. В заключительном слове преподаватель подводит итоги обсуждения и объявляет оценки

выступавшим студентам. В целях контроля подготовленности студентов и привития им навыков краткого письменного изложения своих мыслей преподаватель в ходе практического занятия может осуществлять текущий контроль знаний в виде тестовых заданий.

При подготовке к практическому занятию студенты имеют возможность воспользоваться консультациями преподавателя. Кроме указанных тем студенты вправе, по согласованию с преподавателем, избирать и другие интересующие их темы.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

В ходе самостоятельного изучения дисциплины методические рекомендации позволяют студентам получить комплексное всестороннее представление о предмете, ознакомиться с основами терминологической, теоретической и практической стороны педагогической психологии. В методических рекомендациях представлен комплекс материалов для самостоятельного овладения учащимся всей программой дисциплины.

Активная работа на лекциях - одно из решающих условий качественного обучения студентов. Активное слушание лекций должно приобрести характер поиска ответов на поставленные преподавателем вопросы. Правильно их понять можно лишь при условии предельной мобилизации внимания к излагаемому материалу, последовательного усвоения материала, умения записывать основные положения, категории, обобщения, выводы, собственные мысли, замечания, вопросы.

Общие и утвердившиеся в практике правила и приемы конспектирования лекций:

- конспектирование лекций ведется в специально отведенной для этого тетради, каждый лист которой должен иметь поля (4 - 5 см) для дополнительных записей;
- необходимо записывать тему и план лекции, рекомендуемую литературу к теме. Записи разделов лекции должны иметь заголовки, подзаголовки, красные строки. Для выделения разделов, выводов, определений, основных идей можно использовать цветные карандаши и фломастеры;
- названные в лекции ссылки на первоисточники надо пометить на полях, чтобы при самостоятельной работе найти и вписать их;
- в конспекте дословно записываются определения психологических понятий, законов, остальное должно быть записано своими словами;
- каждому студенту необходимо выработать и использовать допустимые сокращения наиболее распространенных терминов и понятий (например: Д – дети, Р – развитие; П - психика и т.п.).

Все используемые сокращения нужно хорошо знать, для того чтобы в них правильно ориентироваться. Для того чтобы в них не путаться, можно сокращения выписать на последнем листе тетради.

Самостоятельная работа студентов - планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов). Самостоятельная работа является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения. Обучение студентов МАГУ включает в себя две, практически одинаковые по объему и взаимовлиянию части – процесса обучения и процесса самообучения. Поэтому СРС должна стать эффективной и целенаправленной работой студента.

Основные способы самостоятельной работы по изучению дисциплины являются:

- изучение и конспектирование первоисточников - произведений классиков психологической науки;
- чтение учебников, учебно-методических пособий, научных статей, монографий

и другой учебной литературы;

- регулярное чтение журналов, газет, просмотр и прослушивание теле- и радиопередач;
- работа над конспектами лекций, их дополнение материалом из учебников (учебных пособий);
- подготовка докладов, научных сообщений и выступление с ними на практических занятиях, научных (научно-практических) конференциях;
- подготовка и написание рефератов по темам изучаемой дисциплины;
- решение задач, выполнение заданий, рекомендованных (заданных) преподавателем;
- формулировка развернутых ответов на вопросы для подготовки к практическим занятиям;
- подготовка и выполнение контрольной работы (для студентов заочной формы обучения);
- подготовка к зачету \ экзамену.

В образовательном процессе студентов МАГУ выделяется два вида самостоятельной работы – аудиторная, под руководством преподавателя, и внеаудиторная. Тесная взаимосвязь этих видов работ предусматривает дифференциацию и эффективность результатов ее выполнения и зависит от организации, содержания, логики учебного процесса (межпредметных связей, перспективных знаний и др.):

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию. Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Основными видами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются:

- 1) формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- 2) написание рефератов;
- 3) подготовка к семинарам и практическим занятиям;
- 4) составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.);
- 5) выполнение микроисследований;
- 6) подготовка практических разработок;
- 7) компьютерный текущий самоконтроль и контроль успеваемости на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

Практические занятия проводятся под руководством преподавателя. Чтобы хорошо подготовиться к практическому занятию, студенту необходимо:

- уяснить вопросы и задания, рекомендуемые для подготовки к практическому занятию;
- ознакомиться с методическими указаниями, которые представлены в каждом плане практического занятия;
- прочитать конспект лекций и соответствующие главы учебника (учебного пособия), дополнить запись лекций выписками из него;
- изучить и законспектировать рекомендованные преподавателем произведения классиков психологической науки;
- прочитать дополнительную литературу, рекомендованную преподавателем.

На студента обрушивается громадный объем информации, которую необходимо усвоить. Нужный материал содержится не только в лекциях (запомнить его – это только

малая часть задачи), но и в учебниках, книгах, статьях. Порой возникает необходимость привлекать информационные ресурсы Интернет.

Система обучения студентов МАГУ подразумевает значительно большую самостоятельность студентов в планировании и организации своей деятельности.

Самопроверка. После изучения определенной темы по записям в конспекте и учебнику, а также решения соответствующих задач на практических занятиях и самостоятельно студенту рекомендуется, используя лист опорных сигналов, воспроизвести по памяти определения, выводы формул, формулировки основных положений и доказательств.

В случае необходимости нужно еще раз внимательно разобраться в материале. Иногда недостаточность усвоения того или иного вопроса выясняется только при изучении дальнейшего материала. В этом случае надо вернуться назад и повторить плохо усвоенный материал. Важный критерий усвоения теоретического материала - умение решать задачи или пройти тестирование по пройденному материалу. Однако следует помнить, что правильное решение задачи может получиться в результате применения механически заученных формул без понимания сущности теоретических положений.

Консультации. Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

2. Планы практических занятий

Тема 1.1. Проблема зависимого поведения в современной психологической науке

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Введение в психологию зависимого поведения. Предмет адиктологии. Исторический аспект.
2. Задачи профилактики зависимого поведения. Определение зависимого поведения.
3. Виды зависимых форм поведения в подростковой среде. Общие черты аддиктивности: социальная стоимость, сопряженность, динамика развития.

Вопросы для самоконтроля:

1. Что является предметом адиктологии?
2. Какие задачи решаются в профилактике зависимого поведения?
3. Назовите характеристики следующих зависимых форм аддиктивного поведения:
 - химическая зависимость,
 - нарушения пищевого поведения);
 - гемблинг – игровая зависимость;
 - сексуальные аддикции;
 - религиозное деструктивное поведение
4. Опишите общие признаки аддиктивного поведения, группы риска среди детей и подростков.
5. Раскройте проблему взаимообусловленности различных видов зависимого поведения.

Задания для самостоятельной работы:

1. Составьте опорную схему «Формы аддиктивного поведения».

Литература: [1, 2, 4, 7].

Тема 1.2. Характеристика основных видов зависимого поведения (4 часа)

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Характеристика химических и других форм зависимостей. Поведенческие проявления зависимости.
2. Причины и следствия злоупотребления химическими веществами.
3. Особенности протекания химических аддикция в подростковом возрасте.
4. Особенности выбора и употребления ПАВ при разных типах акцентуаций характера.
5. Психоактивные вещества: сущность понятия, типы.
6. Воздействие ПАВ на организм человека.
7. Нормативные документы, регламентирующие деятельность психолога в области работы с зависимым поведением».

Вопросы для самоконтроля:

1. Перечислите этапы развития аддиктивности.
2. Что входит в понятие «психологическое сопровождение лиц с аддиктивным поведением»?
3. Перечислите акцентуации характера, которые являются фактором риска аддиктивности.
4. Перечислите новые тенденции в зависимом поведении.

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовьте таблицу «Этапы развития аддиктивности и их содержание». *Интерактивная форма (2 часа) – Круглый стол «Нормативные документы, регламентирующие деятельность психолога в области работы с зависимым поведением».*
Литература: [1, 2, 4, 7].

Тема 2.1. Теоретические подходы к проблеме зависимого поведения

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Социальные и психологические факторы зависимого поведения в подростковом возрасте.
2. Подростковый возраст как сензитивный период аддиктивного развития.
3. Психоаналитический подход к изучению зависимого и созависимого поведения.
4. Теория Боулби о формировании здоровой и нарушенной привязанности в детском возрасте.
5. Бихевиоральные интерпретации зависимого и созависимого поведения.
6. Зависимое и созависимое поведение как усвоенная модель поведения значимых взрослых с точки зрения теории оперантного научения и социальнокогнитивной теории А.Бандуры.

Вопросы для самоконтроля:

1. Аддиктивное развитие в психодинамическом подходе.
2. Нарушение иерархии мотивов и формирование патологических потребностей при аддикциях в деятельностном подходе (на примере пищевой и алкогольной зависимых форм поведения в подростковой среде).

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовьте таблицу «Психологические концепции зависимого поведения: время создания и авторы».
Литература: [1, 3, 4, 5].

Тема 2.2. Теоретические подходы к проблеме зависимого поведения (4 часа). Трансактный анализ.

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Объяснение проблемы зависимости и созависимости с точки зрения трансактного анализа.

2. Деструктивные игры «Алкоголик», «Наркоман», «Игроман» и другие.
3. Сценарии, сопряженные с проблемой зависимости-созависимости.
4. Структурные схемы личности созависимых отношений: Тирания в созависимых отношениях и Спасательство.
5. Роли созависимых.

Вопросы для самоконтроля:

1. Опишите критерии созависимых отношений.
2. Опишите примеры игрового взаимодействия в созависимых отношениях

Задания для самостоятельной работы:

1. Проанализируйте примеры из любого фильма, где присутствуют различные игровые сценарии с зависимым и созависимым поведением.

Интерактивная форма (2 часа) – Круглый стол «Роловое поведение в созависимых отношениях».

Литература: [1, 3, 4, 5].

Тема 3.1. Дисфункциональная семья как определяющий фактор развития зависимого поведения (4 часа).

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Роль неправильного семейного воспитания в возникновении зависимого поведения у подростков.
2. Характеристика основных типов неправильного семейного воспитания.
3. Влияние типа семейного воспитания на формирование акцентуаций характера ребенка.
4. Признаки дисфункциональной семьи.
5. Деструктивные установки в дисфункциональной семье.
6. Правила дисфункциональной семьи.

Вопросы для самоконтроля:

1. Назовите признаки дисфункциональной семьи.
2. С помощью какой методики можно выявить тип семейного воспитания и прогнозировать формирование акцентуации характера ребенка, в следствии конкретного типа?

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовьте обзор публикаций по проблемам семейного воспитания

Интерактивная форма (2 часа) – дискуссия «Влияние семьи на формирование зависимого поведения».

Литература: [5, 7, 10].

Тема 3.2. Дисфункциональная семья как определяющий фактор развития зависимого поведения

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Формирование деструктивного психозащитного поведения в дисфункциональной семье (отрицание, вытеснение, реактивные образования и др.).
2. Параллелизм проявления зависимости и созависимости в семье.
3. Фазы созависимости в семье (озабоченность, самозащиты, адаптации, преодоления, истощения, созависимости).
4. Психологические особенности отношений в семьях с проблемой зависимости и созависимости.
5. Распределение ролей в семье с проблемой зависимости и созависимости.
6. Концепция треугольника власти С. Карпмана.

Вопросы для самоконтроля:

1. Каковы функции участников взаимодействия в треугольнике Карпмана?

2. Назовите психологические особенности взаимоотношений в семьях с проблемой зависимости и созависимости.

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовьте каталог методик по диагностике семейных функций и их нарушению.

Литература: [5, 7, 10].

**Тема 4.1. Психологические особенности личности с зависимым поведением
(4 часа)**

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Общие признаки зависимого поведения: устойчивое стремление к изменению психофизического состояния, цикличность зависимого поведения и др.
2. Психологические характеристики личности с алкогольной, наркотической и другими видами зависимости.
3. Аддиктивной установки, как совокупности когнитивных, эмоциональных и поведенческих особенностей.
4. Особенности мотивации лиц с зависимым поведением.
5. Проблемы самоконтроля и саморегуляции.

Вопросы для самоконтроля:

1. Перечислите клинические проявления при химической зависимости.
2. Назовите мотивы первичного употребления психоактивных веществ.
3. Назовите мотивы нехимических зависимостей поведения.

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовьте карту-схему с психологическими характеристиками лиц имеющих различные формы зависимого поведения.

Интерактивная форма (2 часа) – дискуссия «Мотивация лиц с зависимым поведением».

Литература: [5, 7, 10].

**Тема 4.2. Психологические особенности личности с зависимым поведением.
Созависимое поведение.**

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Общие признаки созависимого поведения.
2. Возникновение созависимости как следствия зависимости.
3. Поддержание зависимости созависимым поведением.
4. Опора в созависимом поведении на различные защитные механизмы.
5. Нарушение ролей и распределение ответственности в борьбе с зависимым поведением благодаря созависимому поведению.

Вопросы для самоконтроля:

1. Опишите варианты признаков созависимого поведения.
2. Используя треугольник Карпмана, составьте варианты стратегий поведения в созависимых отношениях.

Задания для самостоятельной работы:

1. Составьте каталог с описанием защитных механизмов лиц с зависимым поведением.
2. Приведите примеры защитных механизмов личности на конкретных примерах (из литературных произведений, художественных фильмов).

Литература: [8, 9, 10].

Тема 4.3. Акцентуация характера как фактор склонности к формированию зависимого поведения.

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Психологические особенности взрослых созависимых членов семьи: Психологические особенности детей, взрослеющих в ситуации дисфункциональной семьи, обусловленной зависимостью одного или обоих родителей.
2. Синдром ВДА (взрослых детей алкоголиков) и его проявления.
3. Последствия взросления в дисфункциональной семье, обусловленной проблемой зависимости одного или обоих родителей, Психологические резервы и психологические дефициты взрослых детей алкоголиков (ВДА).

Вопросы для самоконтроля:

1. Опишите психологические особенности взрослых созависимых членов семьи:
 - потеря собственного «Я»;
 - фиксация внимания на поведении зависимого члена семьи;
 - эмоциональное состояние созависимого;
 - снижение самооценки и самоуважения;
 - усиление «лжеролей»;
 - наступление изоляции;
 - психосоматическая симптоматика,
 - суицидальные мысли,
 - учащение случаев суицида.
2. Перечислите последствия взросления в дисфункциональной семье и опишите их влияние на формирование личностных особенностей, профессиональный выбор, профессиональную активность, на выбор супруга/супруги, выстраивание партнерских отношений, на родительские характеристики в собственной будущей семье, на выбор других социальных ролей.

Задания для самостоятельной работы:

1. Структурируйте изученный материал в виде когнитивной карты «Личностные особенности лиц с зависимым поведением».

Литература: [8, 9, 10].

Тема 5.1. Психодиагностические методы изучения зависимого поведения (4 часа)

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Базовые методики диагностики отклоняющегося поведения
2. Проблема выбора методики.
3. Структура и содержание исследования подростков, склонных к девиациям и факторов риска.

Задания для самостоятельной работы:

Познакомиться и проанализировать методики диагностики девиантного поведения:

- Опросники Т.М. Ахенбаха для родителей и учителей.
- Методика диагностики девиантного поведения несовершеннолетних (тест СДП – склонности к девиантному поведению) авторы Э.В. Леус, САФУ им. М.В. Ломоносова; А.Г. Соловьев, СГМУ.
- Определение склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н.Орел).
- Тест «Склонность к зависимому поведению» В.Д. Менделевича. Голландский опросник пищевого поведения (DEBQ) (Д. Ван Стрин).

Подготовить анализ результатов исследования одного респондента с интерпретацией.

Задания для самостоятельной работы:

Подготовить каталог методик диагностики отклоняющегося поведения.

Интерактивная форма (2 часа) – дискуссия «Эффективность методов диагностики по определению склонности к зависимому поведению».

Литература: [4, 8, 10].

Тема 5.2. Психодиагностические методы изучения зависимого поведения (4 часа)

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Диагностика аддиктивного поведения у взрослых.
2. Диагностика аддиктивного поведения у подростков.
3. Диагностика выявления родителями зависимостей у подростков.

Вопросы для самоконтроля:

1. Перечислите требования к проведению диагностического исследования лиц с зависимым поведением.
2. Опишите особенности диагностики родителей, у которых (предположительно) у ребенка есть склонность к зависимому поведению.

Задания для самостоятельной работы:

Составить программу исследования отклоняющегося поведения у подростков и реализовать на одном испытуемом, с использованием следующих методик:

Для взрослых: Модифицированный интегрированный тест (Телепова Н.Н.), Тест «Аудит», А – тест, Методика диагностики склонности к 13 видам зависимостей (Лозовая Г.В.).

Для подростков: Тест – опросник «Аддиктивная склонность» (Юсупов В.В., Корзунин В.А.), Тест «Склонность к зависимому поведению (В. Д. Менделевич), Тест для определения степени никотиновой зависимости для курящих (Методика Фагерстрема).

Для родителей: Шкала созависимости (Б. и Дж. Уайнхолд), Шкала общей оценки созависимости (С.А.Кулаков), Тест на выявление созависимости (Фишер, Спанн, адаптация Москаленко В.Д.).

3. Подготовить доклад по результатам исследования.

Литература: [3,4, 8, 9, 10].

Тема 6.1. Психопрофилактика и коррекция зависимого поведения (4 часа)

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Понятие профилактики, методологические подходы профилактической работы, виды профилактики.
2. Разработка программы профилактики зависимого поведения.
3. Первичная профилактика химических зависимостей.
4. Превенция с позиций социального контроля: анализ достоинств и недостатков.
5. Характеристика прямых и косвенных десоциализирующих влияний на индивида.
6. Типы взаимодействия как основа профилактической и коррекционной работы с лицами с аддиктивным поведением.

Вопросы для самоконтроля:

1. Опишите варианты взаимодействия с лицами с зависимым поведением, в зависимости от типа аддикции.
2. Дайте оценку эффективности разным видам социального контроля.
3. Приведите примеры имеющихся программ профилактики зависимого поведения.

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовить кейс «Сложные ситуации обращения к психологу с разными формами зависимого поведения». Используйте конкретные примеры из практики работы психолога во время прохождения практики. Подготовить доклад по результатам анализа ситуации.
 2. Составить классификацию основных причин аддиктивного поведения, в зависимости от ее вида и рекомендуемыми стратегиями профилактики.
- Интерактивная форма (2 часа) – обсуждение кейс-заданий.*
Литература: [7, 8, 9, 10].

Тема 6.2. Психопрофилактика и коррекция зависимого поведения (6 часов)

Вопросы для подготовки к практическому занятию:

1. Структура программы, этапы ее осуществления и порядок апробации.
2. Активные формы работы в профилактических мероприятиях: игры, тренинги, анализ фильмов и художественных произведений, организация акций и конкурсов.
3. Профилактика химических и нехимических зависимых форм поведения в подростковой среде.

Вопросы для самоконтроля:

1. Дайте подробную характеристику профилактическим и коррекционным программам. Опишите их задачи и отличия.
2. Опишите программы профилактики, предложенных для реализации на основании доказательных практик <https://rospsy.ru/sites/default/files/2021-04/Распоряжение%20Минпросвещения%20России%20от%2028.12.2020%20N%20Р-193%20%20Об%20%285%29%20%281%29.pdf>

Задания для самостоятельной работы:

1. Подготовить модель (проект) профилактической работы образовательного учреждения, или организации социальной сферы.
2. Защитить проект (модель) на занятии.

Литература: [7, 8, 9, 10].