«Психологическая защита от манипуляций как фактор профилактики вовлечения подростков
в употребление наркотических веществ»

***Цветкова Светлана Леонидовна***,
педагог-психолог МБОУ
 «Амгинская средняя общеобразовательная
 школа №2 им. В.В. Расторгуева»

e-mail: zvetkova-sl72@mail.ru

**Аннотация**

Статья посвящена проблеме вовлечения подростков в употребление наркотических веществ, а точнее процессу психологической манипуляции сознанием подростков, приводящему к употреблению наркотиков. В первой части дается понятие «психологической манипуляции», раскрываются основные принципы взаимодействия манипулятора и жертвы, описываются манипуляционные ловушки, в которые попадает жертва. Во второй части предлагается описание практикума «Как не стать жертвой манипуляции», приводятся примеры игр, тренингов и занятий, позволяющих подростку вовремя распознавать манипуляцию в отношении себя и находить способ ее предотвращения.

**Ключевые слова:** подросток, наркозависимость, психологическая манипуляция, психологические манипуляционные ловушки, профилактика наркозависимости.

 Наркомания и алкоголизм давно перестали быть чисто медицинскими проблемами и перешли в область социальных проблем с психологическими предпосылками. Большинство статистических отчетов отмечают постоянную тенденцию к увеличению числа и уменьшению возраста людей, принимающих наркотические препараты. Особенно уязвимыми оказываются подростки, у которых более слабая социальная организация, слабая стрессоустойчивость и неумение противостоять тому влиянию, которому они подвергаются в группе сверстников и людей более старшего возраста.

 Большинство подростков впервые пробуют наркотические вещества за компанию, в группе сверстников в поисках новых ощущений и впечатлений, пробы запретного. При дальнейшем употреблении это становится стратегией поведения с целью изменить состояние, которое вызывает дискомфорт. А дальше наступает зависимость, от которой уже очень трудно избавиться, и которая становится разрушительной для личности подростка.

 Большинство программ и подходов в психологической работе с подростками, употребляющими наркотические вещества, направлены на коррекцию второго этапа движения к зависимости, то есть на коррекцию состояния, которое заставляет подростка уходить в мир наркотических иллюзий. Но, если посмотреть на предыдущий шаг – употребление за компанию, то целесообразно было бы подумать о том, что заставляет подростка поддаваться влиянию более сильных сверстников, которые предлагают, провоцируют, иногда запугивают более слабых, для того чтобы, дав попробовать, в дальнейшем их же использовать в своих целях по обеспечению, распространению наркотиков.

 В данной ситуации проявляется такая психологическая проблема как манипулирование людьми и умение, или не умение противостоять разрушительному манипуляционному поведению других людей. Для подросткового возраста быть частью компании, общества, быть признанным этим обществом один из важнейших факторов социализации. Но тогда почему одни подростки попадают под влияние наркоторговцев и распространителей, а другие нет?

Ограничить общение, изолировать подростка не самый лучший способ его уберечь. Поэтому от того, как он научится вести себя среди других людей, как он научится распознавать потенциальную опасность, и самое главное – как он научится противостоять этой опасности, в большей степени зависит личностная психологическая безопасность не только в кризисный подростковый период, но и во взрослом будущем.

Психологическая манипуляция – это способ психологического воздействия на личность или группу, направленный на достижение манипулятором своих целей путем незаметного подталкивания жертвы к выполнению желаемых манипулятором действий без учета истинных желаний того, кем манипулируют.

Основной принцип манипуляции: для того чтобы манипулировать кем-либо, необходимо обнаружить его слабость.

Схематично я попыталась представить процесс взаимодействия манипулятора и манипулируемого следующим образом (рис.1).

Потреб

ности

Неумение или невозможность удовлетворить потребности конструктивным способом

Потребности

Выгода

Рисунок 1 «Процесс взаимодействия манипулятора и манипулируемого»

На примере общения подростков в процессе вовлечения в употребление наркотиков можно представить, что есть подросток – манипулятор со своими потребностями власти, признания, авторитета, силы, значимости в группе сверстников, с потребностью получить материальную выгоду (получения в дальнейшем денег на наркотики или сами наркотики). Скорее всего в обычной жизни этот человек не получает возможности чувствовать себя значимым и авторитетным, единственный способ – найти того, кто эти потребности поможет удовлетворить. Для этого из числа младших или более слабых он находит подростка, для которого важно чувствовать себя нужным, значимым, принятым в общество безусловно и безоценочно, дает ему возможность почувствовать себя таким в его обществе и дает право выбора: сделай так как я хочу, либо ты лишаешься возможности чувствовать себя тем, кем хочешь. В результате подсознательные потребности манипулируемого провоцируют его на подчинение и принятие правил игры манипулятора.

Таким образом, для планирования профилактической работы с подростками по недопущению ситуаций вовлечения в употребление наркотических веществ важно понять:

- какие потребности и какие «болевые точки» или слабости есть у подростков группы риска;

- какие мотивы и потребности наблюдаются у подростков, выполняющих роль манипуляторов и провокаторов;

- каким образом можно смягчить или «обезвредить» «болевые точки» подростков группы риска.

 Приведем пример возможных манипуляционных ловушек, которыми может пользоваться подросток-провокатор, желающий втянут другого человека в употребление наркотиков.

|  |  |
| --- | --- |
| **Фраза – ловушка манипулятора** | **Потребность манипулируемого** |
| «Я раньше тебе помогал»  | Чувство долга  |
| «Я несчастный, мне так плохо» | Чувство сопереживания, потребности быть нужным и полезным |
| «Ты мне раньше сделал плохо»  | Чувство справедливости и долга, защита от возможной мести  |
| «Ты же такой хороший, крутой, сильный и пр.» | Потребность быть крутым, смелым и сильным |
| «Ты же можешь» | Чувство быть признанным, уважаемым за умения  |
| «Ты же мне всегда помогал» | Чувство долга |
| «Если ты меня уважаешь…» | Чувство благодарности  |
| «Ты же не трус» | Потребность быть крутым, смелым и сильным |
| «Нельзя подводить друзей» | Чувство сопричастности к группе, сообществу. Потребность быть признанным как друг  |

 Анализ психологического консультирования подростков, замеченных в употреблении и распространении наркотических веществ, показывает определенные схожие факторы, которые свойственны большинству участников данного процесса:

1. Практически все подростки мальчики.
2. У всех в семье либо нет отцов, либо воспитываются с отчимами, с которыми, как правило, отношения достаточно конфликтные;
3. Большинство этих мальчиков не признаны в школьной учебной среде, не показывают больших результатов, но проявляют лидерские качества в общении со сверстниками;
4. У большинства проявляются такие защитные механизмы как отрицание, смещение негативных чувств на другие объекты, проекция, выражающая в обвинении других людей.
5. У всех матери достаточно авторитарные, жесткие в общении с ребенком в семье, но вне семьи занимают сильную защитную, оборонительную позицию в отношении своего ребенка. Активна позиция: «Мой ребенок не виноват, его заставили, довели».

 Таким образом, мы можем сделать вывод, что наиболее уязвимыми в вовлечении в деструктивные формы поведения оказываются подростки с нереализованной подсознательной потребностью быть сильным, крутым, наделенным мужскими чертами характера, быть признанным обществом без всяких оценок, быть нужным, уважаемым и признанным более авторитетным человеком.

Поэтому профилактическая работа должна охватывать несколько направлений:

1. Работа с родителями по формированию навыка безусловного принятия ребенка, по формированию чувства ценности и значимости ребенка в семье, по развитию мужской идентичности в воспитании мальчиков.
2. Работа по созданию ситуации успеха в учебной деятельности, учета его реальных и потенциальных возможностей в достижении успеха в различных видах деятельности;
3. Работа по формированию чувства сопричастности, уважения и признания в классном коллективе, в кругу его друзей.
4. Психологическая работа по коррекции негативных чувств, по принятию своей уникальности, значимости

Систему профилактической работы можно представить в виде пирамиды, выстроенной по принципу значимости тех или иных факторов, без реализации которых невозможен эффективный переход от одной ступени к другой. Так в основе системы должна стать работа с родителями. Без отработки базовой родительской позиции по психологическому принятию ребенка, вся остальная работа будет носить разовый не стабильный результат, так как каждый раз негативные ситуации будут спускать подростка вниз. Так же и с позицией в классном коллективе, если ребенок не чувствует признанности и значимости в классном коллективе, его ничего не будет мотивировать добиваться высоких результатов и создавать себе ситуацию успеха. Наивысшим уровнем является понимание причин, способствующих вовлечению подростка в деструктивные формы поведения и отработка навыка психологической защиты от негативного влияния со стороны других людей.

В систему профилактической работы наряду с традиционными просветительскими и информационными формами целесообразно включать проективные психологические упражнения, игры, тренинги. Так как именно они позволяют снизить уровень внутренней психологической защиты и вытащить наружу истинные подсознательные мотивы человека.

Практика показывает, что для родителей очень эффективны такие упражнения как:

- Проективная методика «Герб родительства», позволяющая родителям осознать свои сильные и слабые стороны себя как родителя, выделить наиболее тревожные факторы и потребности. Имея достаточный опыт в интерпретировании проектных методик, психолог может помочь родителям сделать более глубокий анализ, но и такой вариант работы родительской группы может поспособствовать саморазвитию человека либо дополнительному индивидуальному обращению родителя к психологу.

**-** Упражнение «Ребенок глазами родителя», позволяющее определить отношение родителя к своему ребенку, увидеть уровень опеки и психологической инфантильности ребенка.

**-** Упражнение «Мой ребенок может…». Такая работа показывает сходство и разницу в характере восприятия ребенка родителем его собственной самооценки. Часто родители признают, что во многом недооценивают возможности своего ребенка, недостаточно видят перспективы его развития.

- Упражнение «Живой забор» позволяет понять, что увело ребенка в «виртуальный мир» и что можно сделать с этой ситуации. В ходе упражнения родители приходят к выводу, что, ограничивая ребенка, ограждая его от всех возможных опасностей мы лишаем его возможности самостоятельно решать трудности, находить способы их преодоления.

Игры и упражнения для учащихся направлены на предоставление возможности в игре побыть как в роли манипулятора, так и в роли того, кем манипулируют. Помимо развлекательного эффекта эти игры носят диагностический, развивающий и коррекционный характер, развивают навыки самоанализа и самоуправления в нестандартных ситуациях, способствуют развитию навыков психологической защиты от негативного воздействия других людей.

Все игры подобраны с учетом принципов:

- непосредственного взаимодействия с другими людьми

- отсутствия этапа подготовки к игре. Участники в начале игры не должны знать истинных целей ведущего, также как и манипуляции осуществляются без подготовки.

- обязательного проговаривания чувств, стратегий поведения участников в конце игр.

- доступности в проведении. Все игры были апробированы и проанализированы в практической работе с подростками в течение многих лет.

Упражнения «Уговори меня», «Волки, коза и семеро козлят», «Скульпторы», «Зеркало»нацелены на самоисследование уровня сопротивляемости манипуляции, подсознательных потребностей того, кого уговаривают, показывает наиболее распространенные манипуляционные ловушки манипулятора.

Упражнение «Психологическая амортизация» направлено на отработку навыка противостоянию манипуляционных ловушек, при которых манипулятор нацелен на провокацию чувств обиды, злости, агрессии, которые в свою очередь выставляют человека в неприглядном образе. Таким образом, манипулятор создает себе иллюзию значимости власти, авторитета в глазах других сверстников.

Более полное описание игр и упражнений можно найти в моих авторских работах «Умные игры для родителей», «Живая психология в картинках», программа факультативных занятий «Хозяин своего поведении».

Основной целью написания данной статьи являлась попытка обратить более пристальное внимание специалистов, занимающихся профилактикой вовлечения подростков в употребление наркотиков и алкогольной зависимости в проблему психологического манипулирования поведением и сознанием, которая лежит в основе многих социальных проблем современного общества, в том числе и проблемы употребления наркотиков.

**Список использованной литературы**

1. Аристархов Г.А. Сущность и содержание профилактики наркомании [электронный ресурс] https://nsportal.ru

2. Козлова В. А.Психология манипулирования [электронный ресурс] https://bookap.info

3. Мордачев В.Д. Манипулирование людьми: играем на чувствах (2-е изд) / Серия «Психологический практикум», - Ростов н/Д: феникс, 2004 – 256 с.

4. Литвак М.Е. Психологическое айкидо: учебное пособие/ М.Е. Литвак. – Изд.31-е – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 217 с – (психологические этюды)

5.Селевко Г.К. управляй собой. Изд.2-е. М.: Народное образование, НИИ школьных технологий, 2006.112 с. (серия «Самосовершенствование личности»)

6. Тюрская Т.В. Психологические ловушки и манипуляции [электронный ресурс]

https://www.b17.ru