

VOYAGA YETMAGANLAR O'RTASIDA GIYOHVANDLIKNI OLDINI OLISH BO'YICHA CHORA-TADBIRLARNI AMALGA OSHIRISH AMALIYOTI TAHLILI

Jamoat xavfsizligi universiteti magistratura tinglovchisi

Umrzoq nusratovich Raxmatov

Annotatsiya: *Voyaga yetmaganlar o'rtasida giyohvandlik jiddiy ijtimoiy tashvish bo'lib, yoshlarimiz kelajagini asrash uchun samarali profilaktika choralari ko'rishni taqozo etadi. Ushbu maqola voyaga etmaganlar o'rtasida giyohvandlikning oldini olishda joriy etilayotgan amaliyotni tahlil qilishga qaratilgan. Strategiyalar, siyosatlar va tashabbuslarni ko'rib chiqish orqali biz ularning samaradorligi va yaxshilash uchun potentsial sohalar haqida qimmatli tushunchalarga ega bo'lishimiz mumkin.*

Kalit so'zlar: *jamiyat, balog'at yoshi, chora-tadbirlar, strategiyalar, innovatsion loyihalar*

Kirish: Balog'at yoshi odatda 18 yoshdan 25 yoshgacha bo'lgan davr sifatida belgilangan o'tish davri. Bu davr ko'pincha o'zlikni aniqlash, o'ziga e'tibor qaratish, mustaqillikni oshirish, yangi tanlovlar va imkoniyatlar, shuningdek, yashash, ish yoki ta'limdagi o'zgarishlar va romantik munosabatlar bilan tavsiflanadi.

Bu, shuningdek, ko'p odamlar alkohol va boshqa moddalar, masalan, tamaki yoki nikotin, va yaqinda tez-tez ko'payib borayotgan marixuana iste'mol qilishni boshlagan yoki ko'paytiradigan vaqt. Spirtli ichimliklarni ko'proq iste'mol qiladigan, tez-tez spirtli ichimliklarni iste'mol qiladigan, nikotinni muntazam iste'mol qiladigan yoki giyohvand moddalarni iste'mol qilishni erta boshlaganlar uchun muammoli foydalanishning jiddiy oqibatlarini oldini olish uchun aralashuvlar talab qilinadi.

Bunday aralashuvlar o'smirlarda giyohvand moddalarni iste'mol qilishni boshlashni kechiktirish va yoshlik davrida giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish va uning oqibatlarini kamaytirish uchun ko'rsatilgan amaliyotlarni o'z ichiga oladi. Samarali profilaktika amaliyotlari yosh kattalarni giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish xavfini oshiradigan omillarni ko'rib chiqadi yoki ularni giyohvand moddalarni suiiste'mol qilishdan

himoya qiladi va ko'pincha hayotiy sharoitlari, jinsiy orientatsiyasi va sog'lig'ining oldingi holati tufayli ko'proq himoyasiz bo'lishi mumkin bo'lgan yoshlarga e'tibor beradi.

Voyaga yetgan yoshlar alkogol va giyohvand moddalarni suiiste'mol qilishning eng yuqori ko'rsatkichlariga ega. Misol uchun, 2018 yilda 18 yoshdan 25 yoshgacha bo'lgan yoshlarning taxminan 35 foizi so'nggi oyda spirtli ichimliklarni iste'mol qilgan (besh yoki undan ortiq ichimlik ichgan) bo'lgan, 12 yoshdan 17 yoshgacha bo'lgan o'smirlarning 4,7 foizi va 26 yoshli kattalarning 25 foizi yoki ko'proq. 2018 yilda 18 yoshdan 25 yoshgacha bo'lgan yoshlarning beshdan bir qismidan ko'prog'i (19,1 foiz) so'nggi oyda sigaret chekishgan. Bu foiz boshqa yosh guruhlariga nisbatan kattaroqdir.

2014 yilda yoshlar orasida elektron sigaretadan foydalanishning tarqalishi (13,6 foiz) edi. 2016 yilga kelib, 18-24 yoshdagi yoshlar orasida elektron sigaretadan foydalanishning tarqalishi 23,5 foizga ko'tarildi.

Normativ ta'lim yondashuvlari moddalarni iste'mol qilishning keng tarqalganligi haqidagi noto'g'ri tasavvurlarni to'g'rilash uchun mazmun va tadbirlarni o'z ichiga oladi. Ko'pgina o'smirlar chekish, ichish va ba'zi giyohvand moddalarni iste'mol qilishning tarqalishini ortiqcha baholaydilar, bu esa giyohvand moddalarni iste'mol qilishni me'yoriy xatti-harakatlar sifatida ko'rsatishi mumkin.

Yoshlarni iste'mol qilishning haqiqiy ko'rsatkichlari haqida ma'lumot berish, bu deyarli har doim qabul qilingan foydalanish ko'rsatkichlaridan past bo'lsa, giyohvand moddalarni iste'mol qilishning ijtimoiy maqbulligi haqidagi tasavvurlarni kamaytirishi mumkin. Ushbu ma'lumotni taqdim etishning usullaridan biri sinf, maktab yoki mahalliy hamjamiyat so'rovi ma'lumotlarini to'plash va taqdim etish bo'lib, ular bevosita ijtimoiy muhitda giyohvand moddalarni iste'mol qilishning haqiqiy tarqalish darajasini ko'rsatadi.

Aks holda, bu odatda o'smirlar ishonganidan ancha past bo'lgan tarqalish darajasini ko'rsatadigan milliy so'rov ma'lumotlari yordamida o'rgatish mumkin. Bundan tashqari, me'yoriy ta'lim giyohvand moddalarni iste'mol qilish maqbul va ayniqsa xavfli emas degan mashhur, ammo noto'g'ri e'tiqodlarni buzishga harakat qiladi. Bu giyohvandlikka qarshi

kuchli ijtimoiy me'yorlarni va odatda aholi orasida giyohvand moddalarni iste'mol qilish xavfini ko'rsatadigan milliy tadqiqotlar dalillarini ta'kidlash orqali amalga oshirilishi mumkin. Normativ ta'lim materiallari ko'pincha ijtimoiy qarshilik dasturlariga kiritilgan.

Qobiliyatni oshirish dasturlari o'smirlarda giyohvand moddalarni iste'mol qilishni rivojlantirishda ijtimoiy ta'lim jarayonlari muhimligini tan oladi. Bundan tashqari, ular shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalari zaif yoshlar giyohvand moddalarni iste'mol qilishni rag'batlantiradigan ta'sirlarga ko'proq moyil ekanligini tan olishadi. Bu yoshlar, shuningdek, ko'proq moslashuvchan kurash strategiyalariga muqobil ravishda giyohvand moddalarni iste'mol qilishga ko'proq motivatsiya bo'lishi mumkin. Odatda, kompetentsiyani oshirish yondashuvlari quyidagi hayotiy ko'nikmalarning bir nechta kombinatsiyasini o'rgatadi:

a) umumiy muammolarni hal qilish va qaror qabul qilish ko'nikmalari; b) shaxslararo yoki ommaviy axborot vositalari ta'siriga qarshilik ko'rsatishning umumiy kognitiv qobiliyatlari; v) o'z-o'zini nazorat qilish va o'zini o'zi qadrlashni oshirish ko'nikmalari; d) kognitiv kurashish ko'nikmalari yoki xulq-atvorni bo'shashtirish usullarini qo'llash orqali stress va tashvishlarni bartaraf etish uchun moslashuvchan kurash strategiyalari; e) umumiy ijtimoiy ko'nikmalar va umumiy talabchanlik qobiliyatlari.

Vakolatlilikni oshirish dasturlari ko'proq vazifaga yo'naltirilgan giyohvandlikka chidamlilik ko'nikmalarini o'rgatish yondashuvlaridan farqli o'laroq, yoshlar hayotining ko'plab sohalarida keng qo'llanilishi mumkin bo'lgan umumiy ko'nikmalarni o'rgatish uchun mo'ljallangan. Eng samarali malaka oshirish dasturlari shaxsiy va ijtimoiy ko'nikmalarni o'rgatadi va umumiy ko'nikmalarni moddalardan foydalanish bilan bog'liq vaziyatlarda qo'llash, shuningdek, boshqa muhim vaziyatlarda qanday foydalanishni ta'kidlaydi. Xuddi shu ko'nikmalar kundalik hayotda duch keladigan ko'plab qiyinchiliklarni samarali hal qilish uchun ishlatilishi mumkin.

Giyohvandlikka yo'l qo'ymaslik loyihasi (TND) o'rta maktabga asoslangan dastur bo'lib, xavfli o'quvchilarga (14 yoshdan 19 yoshgacha) giyohvand moddalarni iste'mol qilish va suiiste'mol qilishga qarshi turishga yordam beradi. TND motivatsion faoliyat, ijtimoiy

ko'nikmalarni o'rgatish va qaror qabul qilish komponentlariga qaratilgan o'n ikki 40 dan 50 daqiqagacha darslardan iborat.

Dastur mazmuni guruh muhokamalari, o'yinlar, rolly o'yin mashqlari, videolar va talabalar ish varaqlari orqali yetkaziladi. TND loyihasi dastlab muqobil yoki davomiy o'rta maktablarda o'qiydigan yuqori xavfli talabalar uchun ishlab chiqilgan. U an'anaviy o'rta maktablarda tahsil olayotgan talabalar orasida ham moslashtirilgan va sinovdan o'tgan. TND loyihasining darslari to'rt-olti hafta davomida taqdim etiladi. TND loyihasi NREPP tomonidan tarqatishga tayyorligi bo'yicha 3,1 (4,0 balldan) ball oldi.

Dastur komponentlari loyihasi TND katta o'rta maktab yoshlari uchun giyohvand moddalarni suiiste'mol qilishning oldini olish bo'yicha dasturlashdagi bo'shliqni to'ldirish uchun ishlab chiqilgan. TND loyihasi tamaki, alkogol va boshqa giyohvand moddalarni iste'mol qilish, zo'ravonlik bilan bog'liq xatti-harakatlar va yoshlar o'rtasidagi boshqa muammoli xatti-harakatlar uchun uchta asosiy xavf omilini ko'rib chiqadi. Bularga moddadan foydalanishga munosabat, e'tiqod va umidlar kabi motivatsion omillar kiradi; ijtimoiy, o'z-o'zini nazorat qilish va engish qobiliyatlari; va qaror qabul qilish ko'nikmalari sog'liqni saqlashni rag'batlantiruvchi xatti-harakatlarga olib keladigan qarorlarni qanday qabul qilishga urg'u beradi.

TND loyihasi giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish xavfi ostida bo'lgan yoshlar, agar ular 1) giyohvandlikka olib keladigan noto'g'ri tushunchalar, afsonalar va noto'g'ri ma'lumotlardan xabardor bo'lsa; 2) foydalanish xavfini kamaytirishga yordam beradigan etarli darajada kurashish, o'zini o'zi boshqarish va boshqa ko'nikmalarga ega bo'lish; 3) giyohvand moddalarni iste'mol qilish o'z hayotida ham, boshqalarning hayotida ham qanday salbiy oqibatlariga olib kelishi mumkinligini bilish; 4) chekishni va boshqa turdagi moddalarni iste'mol qilishni to'xtatish strategiyalarini bilish; va 5) yaxshi qaror qabul qilish qobiliyatiga ega va moddalarni ishlatmaslik majburiyatini olishga qodir.

TND loyihasi uchun dastur materiallari 12 ta darsning har biri uchun ko'rsatmalarni o'z ichiga olgan provayderlar uchun qo'llash bo'yicha qo'llanma, giyohvand moddalarni suiiste'mol qilish hayot maqsadlariga qanday xalaqit berishi haqida video, talabalar ish



kitobi, baholash materiallarini o'z ichiga olgan ixtiyoriy to'plam, "Giyohvandlikning ijtimoiy psixologiyasi" kitobini o'z ichiga oladi, va Project TND natijalari maqolalari.

Dastur provayderlari va treningga qo'yiladigan talablar TND loyihasini amalga oshirishdan oldin o'qituvchilar uchun sertifikatlangan trener tomonidan o'tkaziladigan bir-ikki kunlik trening mashg'ulotlari tavsiya etiladi. O'quv seminarlari o'qituvchilarning darslarni sodiqlik bilan o'tkazishi uchun zarur bo'lgan ko'nikmalarni shakllantirish, ularni nazariy asoslar, dastur mazmuni, o'qitish usullari va dasturning maqsadlari haqida ma'lumot berishga mo'ljallangan.

Samaradorlik dalili TND loyihasi bo'yicha tadqiqot sifatini qo'llab-quvvatlash uchun NREPP veb-saytida to'rtta replikatsiya tadqiqoti bilan birga asosan ispan/latin va oq yoshlardan iborat tadqiqot populyatsiyalari bilan birgalikda ko'rib chiqilgan beshta tadqiqot natijalari keltirilgan. Uchta randomizatsiyalangan sinovlar davomida TND loyihasi maktablari talabalari bir yillik kuzatuvda nazorat maktablaridagi o'quvchilarga nisbatan qattiq giyohvand moddalarni iste'mol qilish darajasining 25% ga kamayganligini ko'rsatdi;

Bundan tashqari, aralashuvdan oldin spirtli ichimliklarni iste'mol qilganlar, nazoratchilarga nisbatan spirtli ichimliklarni iste'mol qilishning 7% dan 12% gacha kamayganligini ko'rsatdi. Qayta ko'rib chiqilgan 12 seanslik TND o'quv dasturini sinovdan o'tkazgan tadqiqotda TND loyihasi maktablari talabalari (nazorat maktablari o'quvchilariga nisbatan) bir yillik kuzatuvda sigaretani iste'mol qilishning 27% ga va ikki yillikda 50% ga kamayganini ko'rsatdilar. kuzatuv, bir yillik kuzatuvda marixuanadan foydalanishning 22% ga kamayishi va TND maktablaridagi ikki yillik kuzatuvda talabalar kuchli giyohvand moddalarni iste'mol qilish ehtimoli taxminan beshdan bir qismini tashkil etdi.

Ushbu tadqiqotda, testdan oldin foydalanmagan erkaklar nazorat maktablaridagi shunga o'xshash o'quvchilarga nisbatan marixuanadan taxminan o'ndan bir qismi foydalanishgan. To'rt va besh yillik kuzatuv baholashlarida TND loyihasi maktablari o'quvchilari nazorat maktablari o'quvchilariga qaraganda kuchli giyohvand moddalarni iste'mol qilishlari haqida kamroq xabar berishgan. Bundan tashqari, TND loyihasi qurbonlik xavfi va qurol olib yurish chastotasiga ta'sir ko'rsatishi aniqlandi.

Xulosa

Xulosa qilib aytganda, voyaga etmaganlar o'rtasida giyohvandlikning oldini olish ta'lim, xabardorlik, qo'llab-quvvatlash tizimlari va mavjud davolash usullarini o'z ichiga olgan ko'p qirrali yondashuvni talab qiladi. Samarali profilaktika amaliyoti voyaga etmaganlar orasida giyohvandlik darajasini sezilarli darajada kamaytirish va ularning farovonligini himoya qilish imkoniyatiga ega. Ushbu chora-tadbirlarni muttasil baholab, takomillashtirib borish orqali biz yosh avlodimizning porloq kelajagini ta'minlashimiz mumkin.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Hays SP, Hays CE, Mulhall PF. Jamiyat xavfi va himoya omillari va o'smirlik moddalaridan foydalanish. J Prim Oldingi. 2003;24:125–142.
2. Tibbiyot instituti. Ruhiy kasalliklar uchun xavflarni kamaytirish: profilaktika aralashuvi bo'yicha tadqiqotlar uchun chegaralar. Milliy Akademiya matbuoti; Vashington, DC: 1994 yil.
3. Schinke S, Brounstein P, Gardner S. Ilmga asoslangan profilaktika dasturlari va tamoyillari. Giyohvand moddalarni suiiste'mol qilishning oldini olish, giyohvandlik va ruhiy salomatlik xizmatlarini boshqarish markazi; Rockville, MD: 2002. 2002. DHHS Pub. No (SMA) 03-3764.
4. Narkotik moddalarni suiiste'mol qilish va ruhiy salomatlik xizmatlari boshqarmasi (SAMHSA) Dalillarga asoslangan dasturlar va amaliyotlar milliy reestri (NREPP veb-sayti) www.nrepp.samhsa.gov.