

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ ИНСТИТУТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ
«ЭВРИКА»**

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ г. ХАБАРОВСКА

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЛЯ
ДЕТЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ И
МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ, ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И КОРРЕКЦИИ г.
ХАБАРОВСКА**

**Сборник материалов по
профилактике наркозависимости
несовершеннолетних**

**Хабаровск
2005**

УДК 316+37
ББК 60.56+74.58

Печатается по заказу Министерства образования РФ и Автономной некоммерческой образовательной организации Институт образовательной политики «Эврика» в рамках проекта «Поддержка образовательных инициатив, направленных на реализацию задач модернизации образования в Российской Федерации через сетевые структуры» по направлению 2.1. ФПРО «Организационно-методическое обеспечение распространения результатов образовательных проектов и программ в интересах развития образования, включая федерально-региональные экспериментальные площадки по комплексному развитию региональных образовательных систем».

Сборник материалов по профилактике наркозависимости несовершеннолетних / Сост. А.Г. Петрынин. – Хабаровск, 2005. – 201 с.

Рецензенты:

В.А. Иванников, член-корреспондент РАО, доктор психологических наук, профессор;

И.Д. Чечель, доктор педагогических наук, профессор, проректор по научно-методической работе и международной деятельности АПКиПРО.

С.П. Косарева, доктор медицинских наук, зам. главного врача Московского городского наркологического диспансера № 12.

В данном сборнике представлены материалы по профилактике наркозависимости несовершеннолетних, составленные на основании многолетнего практического опыта коллектива Центра психолого-педагогической реабилитации и коррекции и образовательных учреждений г. Хабаровска по оказанию психолого-педагогической и медико-социальной помощи наркозависимым детям и подросткам.

Сборник может быть полезно педагогам, родителям, всем интересующимся проблемой профилактики распространения алкоголизма, наркомании и табакокурения в образовательных учреждениях.

ББК 60.56+74.58

© Петрынин А.Г., 2005

© Министерство образования и науки Российской Федерации, 2005

© Автономная некоммерческая образовательная организация
Институт образовательной политики «Эврика», 2005

© Управление образования администрации г. Хабаровска, 2005

СОДЕРЖАНИЕ

- А.Г. Петрынин, Т.Д. Владимирова Деятельность ППС-центра по профилактике употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних: проблемы, поиск, опыт.....
- А.Г. Петрынин, Г.Н. Агеева, Т.Д. Владимирова, И.Е. Щекатуров Концепция работы Центра психолого-педагогической реабилитации и коррекции по профилактике потребления ПАВ и наркозависимости.....
- Е.А. Кузнецова Программа по профилактике наркомании «Жизнь без наркотиков».....
- Г.П. Рязанец Деятельность педагогического коллектива детского дома по профилактике наркозависимости воспитанников.....
- О.Д. Строчкова Социально-педагогическая программа по антинаркотическому просвещению подростков «Вулкан подростковой жизни».....
- С.А. Быстрякова Концепция по профилактической работе распространения и употребления наркотических средств среди учащихся.....
- Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в «Специальной (коррекционной) школе-интернат №5 для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с отклонениями в развитии восьмого вида».....
- Н.Н. Побединская Работа санаторного детского дома № 4 по профилактике потребления психотропных и наркотических веществ.....
- Наркомания - чума XXI века.....
- С.А. Губарева Концепция работы по профилактике распространения и употребления наркотических средств среди учащихся МОУ СОШ № 29.....
- Службы помощи при наркозависимости.....

*А.Г. Петрынин, Т.Д. Владимирова
Центр психолого-педагогической
реабилитации и коррекции*

**Деятельность ППМС-центра по профилактике
употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних:
проблемы, поиск, опыт**

Отличительной особенностью Центра психолого-педагогической реабилитации и коррекции г. Хабаровска является комплексная реабилитация на гуманистической основе несовершеннолетних с девиантно-криминальным поведением, употребляющих психоактивные вещества. Это стало возможным за счет осуществления междисциплинарного индивидуального подхода к восстановлению здоровья, структуры личности и социального статуса подростков. Одной из основных задач Центра является раннее выявление детей с наркозависимостью, имеющих устойчивое противоправное поведение, трудности в социальной и школьной адаптации и оказание им своевременной помощи (педагогической, психологической, медицинской, социальной, правовой).

Используя данные анонимного анкетирования, согласуя их с объективными показаниями, была установлена структура злоупотребления психоактивными средствами подростками, обучающимися в Центре. Курение табака отметили 95%, из них 75% выкуривают в день от 2-3 до 10 сигарет в день, а 25% - более 10 сигарет в день. До 72% употребляли ранее ПБХ, срок ингалирования составлял 6 и более месяцев. Максимально засвидетельствованный срок – 3 года, причем около половины подростков-56,4% ингалировали ранее ежедневно, 33,3% - через 1-2 дня, и только 10,3% реже 60%, при этом использовали более 1 тубика в день, в среднем – 3 тубика, максимально до 8-9 в сутки. В случае употребления бензина количество его составляло 2-7 литров в сутки.

Алкоголь употребляли 85%, из них 74% употребляли крепкие спиртные напитки, пиво и вино, а 26% только пиво. При этом 60% злоупотребляющих достигали выраженной степени опьянения, а 35% с потерей самоконтроля. Около 37% выпивали более 500 мл. водки за разовый прием.

Курение конопли подтвердили 74% подростков, из них 80% признали ее наркотиком другие 20% - не считают таковым. Из курящих гашиш частота курения до 1-2 раза в неделю составила 30%, чаще вплоть до ежедневного 30% на эпизодические и разовые курения пришлось – 40%, причем более 2-х летнее знакомство с коноплей с сезонными пиками активности отметили – 46%.

Внутривенные наркотики (опий, обработанный уксусным ангидритом) употребляли 6,5% - 4 человека. С эпизодической частотой – 3 человека в состоянии нестойкой ремиссии со сформированной физической и психической зависимостью – 1 человек.

Употребление таблетированных средств отметили 33%, среди них 7,5 с суицидальными и демонстративными намерениями. Из употребляемых назывались тарен – 44% случаев, димедрол или другие антигистаминные – 33%, транквилизаторы – в 23% случаев.

Анализ возрастных сроков приобщения исследованных подростков к деривизирующим веществам показал, что табачные изделия они начинают курить с 6 лет, с пиком приобщения в 7-8 лет, а затем равномерным плато приобщения на последующий возраст до 16 лет;

Препараты бытовой химии ингалируют с 7 лет, с максимальной степенью приобщения в 11 лет, со спадом активности к 13 годам;

Алкогольные напитки употребляют с 5-6 летнего возраста с массивным приобщением в 10-12 лет.

Препараты конопли пробовали с 7-8 лет, с максимальной степенью знакомства в 12-13 лет.

Из причин злоупотребления ПАВ подростки отметили:

- за компанию, для приобщения к подростковой группе сверстников, из чувства любопытства - 50%

- для снятия нервного напряжения и нормализации настроения - 42%

- с суицидальными и демонстративными намерениями- 7,5%

Для оказания своевременной помощи наркозависимым детям и подросткам в Центре развернута деятельность психолого-педагогического консилиума и психолого-медико-педагогической комиссии, в которых работают педагоги-психологи, социальные педагоги, юрист, врачи: психиатр, нарколог, психотерапевт, педиатр, а так же привлекаются врачи других специализаций. Содержание работы консилиума и комиссии включает углубленную диагностику отклонений в состоянии физического и психического здоровья детей, психолого-педагогическую диагностику, выявление индивидуальных особенностей дезадаптированных детей с девиантно-криминальным поведением и наркозависимостью, анализ конфликтных ситуаций в педагогической и семейной среде; выработку рекомендаций для осуществления лечебно-оздоровительных мероприятий в процессе обучения и воспитания; оказание консультативной помощи родителям, воспитанникам и педагогам. Задачей консилиума является выработка рекомендаций для осуществления лечебно-оздоровительных и коррекционных мероприятий в процессе обучения и воспитания, координация и мониторинг взаимодействия всех служб по оказанию помощи подросткам, в том числе и по профилактике употребления ПАВ.

Деятельность по профилактике, предотвращению и преодолению активного употребления ПАВ может являться успешной только в результате системной координированной работы всех специалистов, призванных к оказанию помощи подростку.

Сотрудники Центра включены в активно взаимодействующие подразделения:

- сектор психолого-медико-педагогической помощи,
- общеобразовательная школа с индивидуальным обучением,
- учебно-производственный сектор,
- сектор внеклассной воспитательной работы,
- детский Приют,
- научно-методический отдел.

Отслеживание выполнения рекомендаций консилиума всеми службами, анализ результатов, выбор дальнейшей реабилитационной тактики также является задачей консилиума. Работа по реабилитации детей употребляющих ПАВ реализуется через воспитательную работу в классе, группе;

- отдельные коллективные творческие дела Центра;
- ключевые дела (в контексте методики коллективного творческого воспитания);
- организацию летнего отдыха воспитанников;
- деятельность внеклассных объединений и др.

В Центре продуктивно реализуется идея интеграции базового и дополнительного образования, создается инфраструктура дополнительного образования, обеспечивающая удовлетворение личностных потребностей подростков с наркозависимостью. Это тем более важно, что не все воспитанники обладают способностями к базовому обучению, и выход в другие области деятельности, их успех в них в конечном итоге положительно сказывается и на результатах общего образования. Такая система в условиях Центра имеет неограниченные возможности индивидуального развития. Здесь в едином образовательном пространстве и социокультурной среде взаимодействуют с воспитанниками учителя, воспитатели, педагоги-психологи, педагоги дополнительного образования, медицинские работники, социальные педагоги и другие специалисты.

Совместная творческая коллективная деятельность взрослых и детей формирует у ребят положительную учебную мотивацию, развивает коммуникативные качества личности, создает условия для присвоения новых ценностей, приращения нравственных качеств личности, изменения ценностных ориентаций на позитивные, формирования адекватной самооценки, обеспечения социально-психологической адаптации.

В связи с тем, что детям с девиантным поведением присущи неустойчивые интересы, низкая мотивация к внеурочной деятельности, им предлагается выбор нескольких кружков, которые представлены 20 наименованиями.

В профилактике дезадаптации подростков, обучающихся в Центре, большая роль отводится социальной службе, обеспечивающей социально-психологическую поддержку между детьми и семьей, школой, уличной средой, учреждениями социальной защиты и правоохранительными органами и другими службами. Особое внимание уделяет эта служба работе с семьей по восстановлению утраченных связей между детьми и родителями, близкими родственниками, разрешению конфликтных ситуаций. За каждым социальным педагогом закреплены группы воспитанников, с которыми они постоянно работают: посещают на дому, проводят личные беседы, при необходимости принимают участие в заседаниях судов. При Центре функционирует Приют на 32 спальных места. Причины проживания детей в Приюте;

- в ожидании суда;
- изоляция от асоциальной среды на микрорайоне;
- конфликты в семье, пьющие родители;
- психологическая дезадаптация детей в учреждении общественного воспитания.

Значительная роль в охране прав несовершеннолетних отводится юристу Центра.

С целью оказания реальной помощи и поддержки детям в Центре проводится их психологическое обследование. По результатам обследования проводится комплекс психолого-педагогических мер, который помогает решить личные проблемы воспитанников, восстановить обучаемость, положительную учебную мотивацию, эмоциональную устойчивость. На каждого воспитанника Центра заполняется индивидуальная психолого-педагогическая карта, в которой отражаются основные характеристики личности при приеме в Центр (первичный уровень), после проведения с ним определенной коррекционной работы (промежуточный уровень), а также к моменту выпуска ученика из Центра (уровень на выходе).

Большую работу психологи проводят по психологическому просвещению родителей, сотрудников Центра. Ими разработаны темы для педагогов, родителей, медицинских работников с учетом особенностей детей.

Психологи, социальные работники Центра постоянно поддерживают связь со своими воспитанниками – «выпускниками», следят за их адаптацией в обществе, помогают в приобретении профессии, оказывают психологическую поддержку.

Значительное внимание уделяется социальной реабилитации семьи, как условию преодоления безнадзорности и девиантного поведения несовершеннолетних. Педагоги, психологи, врачи создают ситуацию успеха ребенку и его родителям, поэтому родители постоянно обращаются в Центр за психолого-педагогической и психотерапевтической помощью в кризисной ситуации. Педагогическая позиция работников Центра – не борьба с неправильным образом жизни, а создание условий для нормального образа жизни. Оказываясь в воспитывающей среде, где созданы условия для

преодоления сенсорной и эмоциональной депривации, ребенок присваивает новые для него нравственные ценности, которые затем несет в семью.

По мнению специалистов, занимающихся этой проблемой, педагогическая профилактика рассматривается как особый способ организации среды подростка, препятствующей наркотическому заражению. Педагогическая профилактика включает в себя три основных структурных блока:

1. Первичная профилактика, направленная на предупреждение реального приобщения подростков к одурманиванию.
2. Вторичная профилактика, предотвращающая развитие наркотического заражения у детей и подростков, имеющих опыт использования наркотических веществ.
3. Третичная профилактика – педагогическая реабилитация подростков со сформированной зависимостью.

Работа по профилактике наркозависимости в условиях Центра строится в рамках этих блоков и начинается в период первичной психолого-медицинской диагностики подростков, поступающих в Центр, где выявляются подростки группы риска (начинающие употреблять алкоголь, наркотические и токсические вещества, а также лица с высокой степенью приобщения к употреблению ПАВ: подростки с явлениями социально-педагогической запущенности, пограничными нервно-психическими расстройствами, с отягощённой наследственностью, дети из неблагополучных семей и т.д.) и подростки, больные наркоманией, алкоголизмом и токсикоманией. Обязательное присутствие при приёме врача-нарколога позволяет своевременно оказать наркологическую помощь вновь поступающим воспитанникам и облегчает его последующий контакт с детьми.

Выявление больных и организация лечебной помощи в условиях стационара (третичная профилактика) помогает также профилактике активного распространения употребления наркотических веществ воспитанниками Центра (изоляция активных потребителей ПАВ на время лечения препятствует массовому вовлечению в употребление наркотических веществ подростков группы риска, составляющих абсолютное большинство воспитанников Центра). Существенную помощь в этих случаях оказывают городской наркодиспансер, городской и краевой центры психического здоровья.

Выявление подростков, относящихся к группе риска, помогает проводить системную работу, направленную на профилактику употребления ПАВ. Главной задачей в этом случае (вторичная профилактика) является предупреждение формирования устойчивой зависимости от интоксиканта.

В данном случае работа по профилактике наркологической зависимости строится в следующих направлениях:

- постановка на наркологический учёт подростков постоянно, эпизодически и ранее употреблявших ПАВ и проведение лечения

как причинно обусловленного, так и профилактического (два раза в течение года по 1,5 – 2 месяца) препаратами ноотропного действия (аминалок, пирацетам, пикамилон, циннаризин, стугерон, витаминотерапия);

- психотерапия по группам и индивидуально с целью отлучения от пристрастия к интоксикантам;
- психотерапевтическое лечение (аутогенная тренировка по методу Шульца, релаксирующая гипотерапия);
- психолого-терапевтическая работа (групповая и индивидуальная), направленная на социализацию и адаптацию воспитанников Центра, формированию адекватной самооценки, ответственного поведения, умению противостоять негативному влиянию социума. Нами были составлены циклы групповых занятий, учитывающих возрастные особенности старших и младших подростков и степень их вовлечённости в употребление ПАВ;
- работа с родителями данной группы, включающая в себя системные консультации врача-нарколога и психолога, помощь в лечении родителей, изъявивших желание избавиться от наркотической и алкогольной зависимости, а также практические занятия, направленные на восстановление детско-родительских отношений, нарушение которых зачастую и является одной из причин употребления ПАВ. В настоящее время в Центре организован Семейный клуб для поддержки и оказания взаимопомощи родителями, чьи дети употребляют ПАВ;
- организация занятости подростков во внеурочное время: вовлечение воспитанников в кружковую деятельность, спортивные секции, реализация себя через коллективные творческие дела, ключевые дела, тематические мероприятия. Педагогам Центра предложены рекомендации по вовлечению в кружковую деятельность воспитанников с учётом их психологических особенностей;
- оказание поддержки воспитанникам и их родителям, оказавшимся в сложной социальной ситуации (помещение подростка в Приют, помощь в трудоустройстве, правовая защита воспитанников) (6, 11).

Направленная работа с воспитанниками, принадлежащими к группе риска, занимает большое место в системе профилактических мероприятий, однако основной задачей профилактики употребления ПАВ является, на наш взгляд, такая организация жизнедеятельности Центра, которая способствовала бы формированию активной, уверенной в себе личности, умеющей ставить реальные цели и достигать их, анализировать свои ошибки, верить в свои силы и с уважением относиться к окружающим.

Поэтому значительное внимание в структуре и содержательной деятельности Центра уделяется созданию условий для присвоения несовершеннолетними нравственных ценностей. И вся система

организации учебно-воспитательного процесса подчинена этой цели. Её можно отнести к так называемой первичной профилактике.

Комплекс мероприятий, направленных на предотвращение употребления психоактивных веществ реализуется через всю систему учебно-воспитательной работы и является одной из её составляющих. Ряд уроков по биологии и химии проводится совместно с врачами Центра, делающими акцент на медицинских аспектах учебных тем.

Календарно-тематический план проведения уроков по биологии предусматривает в конце каждой темы специальный урок по пропаганде здорового образа жизни.

Уроки по литературе и обществознанию предусматривают проведение бесед, посвящённых анализу своего настоящего и планированию будущего, проводятся конкурсы сочинений, посвященные здоровому образу жизни и вреду наркотиков.

Воспитателями совместно со специалистами медико-психолого-педагогической службы проводятся тематические собрания и мероприятия, посвящённые борьбе с вредными привычками и формированию здорового образа жизни.

Ежегодно на протяжении ряда лет в Центре в течение декады проводится акция «Мой выбор – здоровье!», представляющая комплексную программу по профилактике наркомании, токсикомании, алкоголизма, половой распущенности и реализуемая в следующих направлениях:

- информационное (оформление стендов, организация встреч со специалистами наркодиспансера, представителями органов внутренних дел и госнаркоконтроля, людьми, ранее употреблявшими алкоголь и наркотические вещества и сумевшими справиться со своей болезнью);
- образовательное (проведение психологических игр, социально психологических тренингов). В 2004 г. для этой цели были приглашены врачи городского психотерапевтического Центра;
- социально-воздействующее (видеофильмы, посвященные последствиям, посещение специализированных выставок («Ангелы смерти» 2003 г), беседы дерматовенеролога, обсуждение газетных и журнальных статей, посвящённых этой теме, (например, «Бег серой лошади»);
- когнитивно-поведенческое (проведение диспутов, бесед, создание и защита плакатов, коллажей, антирекламных роликов).

Таким образом, проведение работы, направленной на профилактику употребления ПАВ и формирование здорового образа жизни рассматривается нами не только с медицинской точки зрения, но и как важнейший нравственный аспект, предполагающий формирование отношения к своему здоровью как к безусловной ценности.

Летний оздоровительный отдых является одним из основных этапов в отлучении воспитанников от вредных привычек.

По итогам летнего оздоровления детей в 2003 году администрацией Северного округа летнему оздоровительному лагерю «Китеж-град» была объявлена благодарность как лучшему летнему оздоровительному лагерю 2003г. Для проведения летнего оздоровления, лечения воспитанников активно привлекаются деньги спонсоров и меценатов (2002 г. – 17992 рубля, 2003 г. – 11042 рубля).

Специалистами Центра ведётся обширная просветительская работа среди педагогов и родителей.

На протяжении ряда лет в Центре работает родительский лекторий, куда привлекаются врач-нарколог, врачи других специальностей, педагоги-психологи, поднимающие актуальные вопросы: «Психолого-педагогические особенности детей с девиантно-криминальным поведением», «Профилактика наркотической и алкогольной зависимости у несовершеннолетних», «Профессиональное самоопределение ребенка и жизненная перспектива».

Для оказания своевременной профессиональной помощи подросткам, употребляющим ПАВ педагоги должны обладать определёнными знаниями и навыками. С этой целью в Центре для педагогов проводят научно-методические семинары с целью повышения профессионального мастерства, где специалисты помогают педагогам овладеть необходимыми навыками для работы с детьми в критических состояниях и других сложных случаях.

Эффективность психолого-педагогической реабилитации и лечения по психоневрологическим, наркологическим показателям повысилась благодаря:

- уровню осведомленности среди воспитателей, учителей, мастеров производственного обучения о признаках наркологических и нервнопсихических заболеваний, экстренности ответного реагирования;
- созданной в Центре гуманистической реабилитационно-воспитательной системе;
- слаженной работе педагогов, психологов, медицинских работников;
- регулярно проводимой санитарно-просветительной работе;
- индивидуальным беседам-консультациям с воспитанниками и их родителями.

На базе Центра ведётся серьёзная исследовательская и методическая работа. Врачами Центра разработана и внедряется авторская «Программа профилактики наркомании, токсикомании и алкоголизма среди несовершеннолетних».

Результаты многолетнего практического опыта коллектива Центра по реабилитации подростков, употребляющих ПАВ были представлены в недавно вышедшей книге (Петрынин А.Г. Щекатуров И.Е «Предупреждение распространения алкоголя, наркотиков, табака, психоактивных веществ

среди подростков в образовательных учреждениях»: Учебное пособие для педагогических работников. – Хабаровск, 2003. – 84 с.).

Педагогами, психологами, врачами-специалистами был издан ряд работ, отражающих различные аспекты реабилитации детей с девиантным поведением, в том числе и с наркозависимостью.

Центр активно сотрудничает со специалистами городского и краевого центров психического здоровья.

Главным показателем эффективности деятельности Центра является позитивная динамика жизнедеятельности воспитанников Центра.

Так в течение времени пребывания подростков в Центре:

- отслеживается устойчивая тенденция преодоления детьми отклонений в поведении (в том числе и злоупотребления ПАВ)
- ремиссия от нарко и токсикозависимости у воспитанников к концу обучения составляет в среднем 65%

Социально-психологический лонгетюд и данные анонимных опросников позволяют определить в среднем:

- снижение употребления спиртных напитков с 85% до 50%;
- снижение употребления конопли с 74% до 22,5%
- снижение употребления таблетированных средств с 33% до 2,5%;
- снижение употребления ПБХ с 19% до 3%.

Опыт работы коллектива Центра психолого-педагогической реабилитации и коррекции в оказании помощи наркозависимым детям и подросткам был заслушан и одобрен на заседании межведомственной комиссии полномочного представителя Президента Российской Федерации по Дальневосточному округу.

Литература

1. Петрынин А.Г. Педагогическое проектирование реабилитационно-воспитательных систем. - Москва: АПКПРО МО РФ, 2001- 130 с.
2. Петрынин А.Г. Диагностика и преодоление наркозависимости у несовершеннолетних в условиях ППМС-центра. // Комплексная подготовка лидеров среди детей и молодежи в области профилактики наркозависимости: Материалы первой Всероссийской конференции в рамках У1 Международной открытой сессии «Modus Academicus» Ульяновского государственного университета (г. Ульяновск, 19-21 марта 2001 г.) / Под ред. В.К. Курочки. – Ульяновск: УлГУ, 2001. – 275 с. – С. 166-169.
3. Петрынин А.Г. Ранняя психолого-медико-педагогическая диагностика в профилактике девиантно-криминального поведения детей. // Детская беспризорность и безнадзорность: состояние и проблемы. Коллективная монография / Под ред. Н.М.Байкова и Л.В.Кашириной.- Хабаровск: ДВАГС, 2003. - С. 146-157.
4. Петрынин А.Г. Междисциплинарный подход к профилактике наркозависимости несовершеннолетних. / Материалы Всероссийской конференции «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами

несовершеннолетними и молодежью» (Москва, 22-24 октября 2003 года). - М.: 2003. - С. 99-100.

5. Петрынин А.Г., Печенюк А.М. Педагогическая реабилитация несовершеннолетних с девиантно-криминальным поведением: психолого-педагогическая и медико-социальная помощь. – Москва: АПКИПРО МО РФ, 2001. – 150 с.

6. Петрынин А.Г. Щекатуров И.Е. Предупреждение распространения алкоголя, наркотиков, табака, психоактивных веществ среди подростков в образовательных учреждениях»: Учебное пособие для педагогических работников. – Хабаровск, 2003. – 84 с.

7. Посвалюк Н.Э., Петрынин А.Г., Агеева Г.Н. Психологические расстройства у подростков с девиантно-криминальным поведением и вопросы организации лечебно-реабилитационной работы. Методические рекомендации. – Хабаровск, 2001. - 32 с.

8. Посвалюк Н.Э., Меньшиков А.Б., Петрынин А.Г., Меньшикова М.Б. Клинические проявления поражений нервной системы у детей и подростков-потребителей различных токсических веществ (в соавторстве) // Актуальные вопросы неврологии. Сборник научных трудов, посвященный 70-летию юбилею кафедры неврологии Новокузнецкого ГИДУВа, -Новокузнецк, 1997. С 193-197.

9. Посвалюк Н.Э., Сухомлинова О.Е. Новые медицинские технологии в реабилитации подростков с аддиктивным поведением. // Новые медицинские технологии на Дальнем Востоке: Матер. П Дальневост. региональной конф. с всероссийским участием 27-29 апр. 1998 г. Владивосток: Дальнаука, 1998. - 202 с.

10. Посвалюк Н.Э., Сухомлинова О.Е., Петрынин А.Г., Агеева Г.Н. Наркомания как проявление социально-экологической агрессии: проблема защиты и реабилитации подростков // Эколого-социальные вопросы защиты и охраны здоровья молодого поколения на пути в XXI век. Материалы IУ Международного конгресса. Санкт-Петербург: Изд-во Регионального отделения Российского фонда "Здоровье человека", 1998.-с.79-81.

11. Щекатуров И.Е., Петрынин А.Г. Психотерапия никотиновой, алкогольной, гашишной зависимости у воспитанников муниципального образовательного учреждения экспериментального Центра педагогической реабилитации детей. // Актуальные вопросы организации психиатрической и наркологической помощи в Хабаровском крае. Материалы юбилейной научно-практической конференции, посвященные 50-летию городской психиатрической больницы г. Комсомольска – на - Амуре: Изд. КПБ Хабаровск, 2002 г. – 298 с.- С. 153-156.

12. Posvaluk N.E., Kolotilin G.F., Sukhomlinova O.E. Style of life is a cause and effect psychophysical disadaptation of children and teenagers (Cohort examination). // Japan – Russia international medical symposium Y11. 1999 – Hirosaki.

*А.Г. Петрынин, Г.Н. Агеева,
Т.Д. Владимирова, И.Е. Щекатуров
Центр психолого-педагогической
реабилитации и коррекции*

Концепция работы Центра психолого-педагогической реабилитации и коррекции по профилактике потребления ПАВ и наркозависимости.

Введение.

Сложный период в экономической и социальной жизни России привел к массовому приобщению детей и молодежи к употреблению алкоголя, табака, наркотиков и веществ, стимулирующего действия. Современная социальная ситуация изменяется непрерывно, создавая предельно нестабильную систему, на фоне которой происходит формирование подростковой субкультуры. Являясь одной из наименее адаптированных и социально незащищенных групп, подростки несут на себе отпечаток общей социальной неопределенности, неуверенности и тревожности. В результате этого на первый план в ряду социально-педагогических и социально-психологических проблем выдвигаются проблемы подростковой наркомании.

По данным Центра социологических исследований Минобразования России, доля курящих среди несовершеннолетних и молодежи 11–24 лет 61,3 %, т. е. 6 млн. 720 тыс. чел. Средний возраст начала курения 11,5 лет. Употребляют алкоголь 81,8 % несовершеннолетних и молодежи 11–24 лет, т. е. 8 млн. 968 тыс. чел. Средний возраст начала потребления алкоголя 13 лет. Потребляющих наркотические вещества, или пробовавшие его хотя бы один раз, среди несовершеннолетних и молодежи 11–24 лет – 44,8 %, т. е. 4 млн. 019 тыс. чел. Средний возраст первой пробы 14 лет. (Концепция образовательной программы «Разработка региональной системы профилактики злоупотребления психоактивными веществами детьми и молодежью». – М., 2003. – 14 с.).

Как показывает исторический российский и мировой опыт, издание указов, репрессивные действия не приводят к ограничению потребления алкоголя, наркотиков и их суррогатов, табака. Алкоголизм, наркомания, токсикомания – тяжелые психические заболевания, лечение которых малоэффективно. Излечивают от наркомании 1–2 человека из 100 наркозависимых. В жизни остальных, 98-99 % прошедших лечение наркоманов, наркотики рано или поздно появляются вновь. Этим обусловлена актуальность ранней профилактики наркозависимости в подростковой среде.

Методологическая основа концепции.

Вопросы наркомании ранее исследовались в работах многих авторов, среди которых следует отметить, прежде всего, Р.О. Аакяна, А.Г. Бронникова, В.И. Брылева, А.А. Габани, А.А. Гериша, Б.Э. Закирова, В.В.

Зарецкого, Г.М. Мерстукова, В.Г. Наймушина, В.В. Паникова, Г.Н. Тростанецкой и др. В них содержится много важных практических рекомендаций, обращается внимание на опасность наркомании как социального явления, разрабатывается методика профилактики, предлагаются меры по совершенствованию антинаркотического законодательства.

Как показывают исследования, в отечественной литературе недостаточно специальных работ по проблеме профилактики наркомании подростков в образовательном учреждении.

Анализ литературы свидетельствует о том, что до сих пор нет междисциплинарных работ, в которых были бы даны целостные характеристики состояния подростковой наркомании, особенно с точки зрения социально-педагогической проблематики. Этот метод является одним из наиболее важных, так как знание и понимание его могло бы решить ряд психолого-педагогических проблем, связанных с социальной адаптацией, занятостью и общением в подростковой среде, установлением оптимально-комфортной атмосферы класса, школы, что позволило бы педагогам, врачам, инспекторам ПДН анализировать процесс антинаркотической психологической деятельности. Для того чтобы взаимодействие, общение педагога, врача, инспектора ПДН с подростками было усиленным, чтобы взрослые при необходимости смогли оказать реальную помощь и поддержку в проблемной ситуации, специалистам необходимо обладать определенными психолого-педагогическими знаниями, достичь соответствующего уровня психолого-педагогической компетентности. Именно эта характеристика является одной из важнейших в определении личности педагога, врача, инспектора ПДН, их действительного профессионализма.

В последнее десятилетие XX века система взглядов на индивидуальные особенности подростков, динамику развития возрастной группы поднялось на новый более высокий уровень развития. В ней четко отразилось усиленное внимание к подростку и проблемам его развития в период становления личности.

Личность современного подростка достаточно детально описана в психологической и педагогической литературе. В работе с подростками с отклонениями в поведении доминирует гуманистический аспект (А.Г. Гостев, М.В. Карпова, И.А. Невский, О.А. Свиридов, О.Н. Щербакова, А.М. Печенюк и др.)

Продолжены традиции, заложенные Д.И. Фельдштейном, по усилению роли труда в перевоспитании (Э.Г. Бикбулатов, Т.Б. Гаврилова, Л.И. Климашонок, М.А. Осташева и др.).

Многосторонне представлены методы диагностики педагогической запущенности (как критерия группы риска по наркомании), что отмечено в работах А.С. Белкина, А.Г. Кириман, Т.В. Тимирова и др. Особое внимание уделено изучению условий изоляции подростков в коллективе (В.Н. Глазырина, А.Ю. Дребейник, В.В. Клименко и др.). Отмечено многообразие средств

формирования направленности личности несовершеннолетних с отклоняющимся поведением (А.Г. Антонова, В.И. Казанцев, М.Г. Весеха и др.)

Разносторонне раскрыты особенности трудновоспитуемых подростков, каковыми чаще являются потребители наркотиков (И.П. Пронин, Н.Ю. Максимова и др.)

Наркомания стала, по существу, элементом негативной подростковой субкультуры, и особенностью ситуации является негативное динамичное распространение подросткового наркотизма, придающее наркотикам статус социально-культурного явления с формированием особой субкультуры. Наркотики стали непременным атрибутом вечеринок, дискотек, концертов модных музыкальных групп. К тому же в средствах массовой информации нередко составляются материалы, которые можно рассматривать как пропаганду наркотиков. Наркотики становятся все более доступными, подростки вовлекаются в криминальную субкультуру наркоторговцев, наркокурьеров и т.д.

Подростковая субкультура включает в себя целый спектр асоциальных проявлений, расцениваемых подростками как норма. Об этом говорят в своих работах Б.И. Алмазов, А.С. Белкин, Л.А. Грищенко, А.Е. Личко и др. Подобная тенденция указывает на изменение общего мировоззрения в среде подростков, изменение системы норм и ценностей и как следствие – поведенческих реакций. Фактическим результатом этого является динамика индивидуальных ощущений подростка в сторону дестабилизации и негатива. Одной из наиболее острых становится проблема вовлечения подростков в наркоманию.

Здесь мы должны уточнить, что считать аддиктивным и делинквентным в поведении подростка, склонного к наркомании. Согласно определению термина в справочнике по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста под редакцией д. м. н. С.Ю. Циркина, употребляется термин «аддиктивное поведение» (от англ. Addiction – пристрастие, пагубная привычка, порочная склонность). Термин описывает злоупотребление изменяющими психическое состояние веществами (табак, алкоголь, наркотики) без сформированной физической зависимости; обозначает не болезнь, а нарушение поведения.

Если говорить о подростковой наркомании, то, по-нашему мнению, правильным будет употребление термина «делинквентное – поведение», т. е. лежащее за пределами правового поля. Употребление наркотиков является незаконным согласно Закону, а употребление табака и алкоголя не выходит за правовые рамки.

В этой связи неоспоримую актуальность приобретает аспект социально полезной деятельности как части общей культуры и значимости личности самого подростка. Одно из самых сильных сторон духовного и трудового воспитания заключается в том, что оно включает в процесс саморазвития и самосовершенствования саму личность, мобилизуя все ее возможности для достижения цели. В духовной и трудовой деятельности человек изначально является субъектом развития и воспитания, что определяет эффективность

становления личности. Такой подход привлек внимание ученых, преследующих проблему предупреждения педагогической запущенности школьников. Это направление широко представлено в литературе (С.А. Алексеев, В.Г. Баженов, В.Б. Блинов, И.С. Ершов, Л.М. Кацук, А.И. Михеев, А.М. Печенюк, Ю.Е. Рыжикин и др.)

При таком подходе возникает вопрос о необходимости вовлечения подростков с отклонениями в поведении, находящихся в группе риска по наркотизации, в регулярные занятия спортом, трудовой деятельностью, в традиционные религиозные конфессии с целью духовного, физического и нравственного совершенствования в рамках программы первичной профилактики наркомании подростков.

Методологическое значение системного подхода при разработке концепции состоит в том, что он позволяет оценить особые целостные свойства теоретического базиса исследуемых процессов, раскрыть динамику их функционирования и развития.

Важным методологическим, основанием для построения концепции являются отношенческий и деятельностный подходы. Суть отношенческого подхода формируется следующим образом: ни одно психологическое явление, будь то процесс, состояние или свойство индивида, не может быть правильно понято без учета личностной его обусловленности, без учета его системы отношений к миру, природе, обществу, к самому себе. Так же и деятельный подход: создание и деятельность не противоположны друг другу, но и не тождественны, а образуют единство: психика не может быть понятна и объяснима, если она не рассматривается как продукт развития и результат деятельности. Поэтому с точки зрения отношенческо-деятельностного подхода, педагогический процесс в Центре будет рассматриваться нами с учетом его личностной обусловленности, с учетом личностных позиций его участников. Определив методологическую основу, мы определились, в рамках какой стратегии будем работать. Разработанная модель Центра ориентирована на стратегию, которая указывает на способность к изменению, личностной динамике: способность к саморазвитию, самосовершенствованию, самообразованию – стратегию открытого типа, которая предлагает не описание конечного результата реабилитации, а описание самих этих процессов в таких организационных, дидактико-методических и психологических характеристиках, которые дают возможность детям и взрослым чувствовать удовлетворение «здесь и теперь», а не работать с ориентацией на далекие, полезные для будущего результаты.

Смещение акцентов с проектирования конечных результатов на обеспечение психологической полноты актуальной учебно-воспитательной ситуации требует изменения единиц анализа и планирования работы педагогов. Предметно – центрические, узко учебные ориентации должны быть расширены. Центр необходимо рассматривать как целостный социокультурный организм, где весь учебно-воспитательный процесс опосредован формами социальных и межличностных отношений.

Особая высокая культура построения отношений и форм взаимодействия на всех уровнях жизни школьного общества (педагог – отдельный ученик, группа учеников, педагогический коллектив, дети и взрослые Центра) дает возможность говорить о его открытости как способности постановки и решения творческих задач широкого жизненного звучания.

Ведущая педагогическая идея и ее основные понятия

Ведущая педагогическая идея – возможность профилактики и преодоления наркозависимости несовершеннолетних в открытом реабилитационном пространстве.

Источниками и ограничителями определения ведущей идеи для коллектива сотрудников Центра явились:

- реальный и прогнозируемый уровень развития воспитанников Центра;
- достижение педагогической практики по проблемам профилактики и преодоления безнадзорности и правонарушений среди детей и подростков;
- уровень профессиональной готовности и гуманистической направленности деятельности коллектива сотрудников Центра;

Важным вопросом в реализации системообразующей идеи является максимальная гуманизация всего процесса жизнедеятельности детей, которая находит свое воплощение в следующих педагогических установках:

- провозглашение идеи самоценности личности каждого ребенка, который никогда не должен быть средством достижения иллюзорных «результатов» в казенных отчетах. Ребенок всегда – Цель!
- признание ярко выраженной индивидуальности каждого ребенка, вера в его силы и возможности, опора на лучшие качества его личности;
- патерналистская опека ребенка, которая проявляется в последовательной замене внешних регуляторов его поведения (запреты, наказания, административные «нажимы» и всякого рода «педагогические наскоки») на внутренние (мотивы, интересы, потребности ребенка, его природное стремление стать автором самого себя и др.);
- запуск внутренних механизмов саморазвития ребенка, его способности к самопознанию, саморегуляции, самоисправлению, саморазвитию и др.;
- оказание конкретной помощи в обретении ребенком смысла своей жизни, конкретных и реально достигаемых жизненных перспектив и др.

Для нашего учреждения наиболее актуально определение профилактики наркомании, под которой понимают систему работы по недопущению алкоголизма, приема психически активных веществ (ПАВ).

Нам представляются наиболее оптимальными следующие определения:

- *«профилактика наркомании» – это система мер, направленных на прекращение роста и снижение уровня незаконного потребления наркотических средств гражданами; предупреждения совершения правонарушений лицами, употребляющими наркотические, токсические, психотропные средства, оказание им необходимой медицинской и*

реабилитационной помощи; осуществление государственного контроля за изготовлением, хранением, транспортировкой и реализацией наркотических и психотропных средств, пресечения их незаконного оборота (И.Г. Ураков).

– «индивидуальная профилактика наркомании» - это осуществляемый во взаимодействии с представителями заинтересованных министерств, ведомств и общественных формирований комплекс мероприятий по выявлению лиц, злоупотребляющих наркотическими средствами или допускающих их немедицинское потребление, совершающих правонарушения, связанные с наркотиками, направленный на профилактическое воздействие в отношении данных категорий лиц, целью которого является оказание на них конкретных мер воспитательного, медицинского и правового воздействия с последующим устранением обстоятельств, которые привели к приему наркотиков или совершению наркопреступлений. (Методические рекомендации по реализации социализации социальных профилактических и реабилитационных программ. – М.: ВНИИ МВД России, 2003. – 12 с.).

Педагогическая профилактика должна быть связана с процессом самовоспитания – осознанной и самостоятельной деятельностью подростка по совершенствованию своей личности. Педагогическая профилактика предполагает взаимосвязь трех основных педагогических процессов - социализации, самовоспитания и специально организованного педагогического влияния на личность подростка – антинаркотическое воспитание.

Под антинаркотическим воспитанием подразумевается процесс формирования у подростков особой личностной структуры – антинаркотической направленности, предотвращающей обращение к одурманиванию как способу достижения субъективного положительного внутреннего состояния и обеспечивающего индивиду возможность реализовать собственную потребность в получении удовольствия за счет социально ценных источников (10).

Педагогическая профилактика рассматривается как особый способ организации среды подростка, препятствующей наркотическому заражению. Педагогическая профилактика включает в себя три основных структурных блока:

1. Первичная профилактика, направленная на предупреждение реального приобщения подростков к одурманиванию.

2. Вторичная профилактика, предотвращающая развитие наркотического заражения у детей и подростков, имеющих опыт использования наркотических веществ.

3. Третичная профилактика – педагогическая реабилитация подростков со сформированной зависимостью.

Каждый из блоков имеет основные направления реализации:

- общая воспитательная работа с подростками;
- работа с подростками «группы риска»;
- работа с родителями.

В детализированном виде объектами первичной профилактики наркозависимости подростков являются:

- антиобщественное поведение и образ жизни лица, потребление наркотиков которым достаточно вероятно;

- криминологически значимые личностные характеристики молодого человека, определяющие деформацию его поведения;

- криминологически значимые психофизиологические особенности подростка (его подверженность психолого-педагогическим мерам реабилитации, наркотическому лечению);

- непосредственные условия неблагоприятного формирования и жизнедеятельности личности (прежде всего в семье), в ином бытовом окружении в сфере труда, учебы, досуга, в иных социальных средах, в первую очередь антиобщественной направленности, а также неблагоприятные условия индивидуального бытия;

- элементы неблагоприятной жизненной ситуации, которые объективно втягивают в наркотизацию и существуют достаточно продолжительное время.

Работники образовательных учреждений и родители должны быть информированы о методах индивидуального административного воздействия в целях профилактики и преодоления наркозависимости подростков:

- принуждение, психиатрическое или наркологическое лечение, которое наряду с медицинскими мерами преследует цель уберечь подростка от дальнейшей деградации; от совершения преступления на почве наркотизации;

- административный надзор за подростками, состоящими на учете в подразделениях по делам несовершеннолетних;

- административные аресты, административное задержание лица для предотвращения антиобщественного поведения и защиты иных лиц от противоправных посягательств.

Однако в условиях образовательного учреждения работа с детьми должна вестись на гуманистической основе, с использованием методов убеждения, оказанием конкретной помощи.

Система работы Центра по профилактике употребления ПАВ и наркозависимости.

Организация работы по профилактике употребления ПАВ в условиях Центра отражена в следующей модели:

Учебно-воспитательная сфера
выполнение рекомендаций в рамках учебно-воспитательного процесса

Координационная группа (консилиум) выработка рекомендаций, мониторинг

Медико-психолого - педагогическая сфера углублённая диагностика, лечебная, психотерапевтическая, коррекционная работа

Сфера семейных взаимоотношений восстановление внутрисемейных связей, коррекция детско-родительских отношений

Сфера социальных связей вне Центра обеспечение социальной поддержки через связь с ПДН, КДН, учреждениями социальной защиты, лечебными учреждениями другими службами

Успех в реализации поставленных перед сотрудниками Центра целей и задач во многом зависит от действующей системы функциональных подразделений. Основными среди них являются:

- сектор психолого-медико-педагогической помощи, в котором проводят углубленную диагностику отклонений в состоянии физического и психического здоровья, выявление индивидуальных особенностей дезадаптации детей, оказание им медицинской, психолого-педагогической помощи и социальной поддержки;
- общеобразовательная школа с индивидуальным обучением, где ребенок получает общеобразовательную подготовку в соответствии с госстандартом;
- учебно-производственный сектор, который обеспечивает получение профессиональной подготовки, развитие умений технического творчества;
- сектор внеклассной воспитательной работы, который создается с целью оказания диагностической и педагогической помощи несовершеннолетним, имеющим отклонения в физическом, интеллектуальном нравственном развитии; основой деятельности комплекса является включение детей в синтетическую художественную деятельность, обладающую значительными компенсаторными и адаптационными возможностями;
- Детский Приют, представляющий комплекс подразделений кратковременного (до 10 суток) и долговременного (до 3-х лет) пребывания несовершеннолетних. Приют создается с целью создания условий для нормальной жизнедеятельности детям и подросткам, оказавшимся в сложных жизненных ситуациях;
- научно-методический отдел, организующий разработку инновационных программ психолого-медико-педагогической реабилитации

несовершеннолетних с девиантно-криминальным поведением, инновационные программы повышения квалификации работников образования и учебно-методические комплексы к ним.

Реализация ведущей идеи Центра зависит от того, насколько сплочённым, профессионально подготовленным и гуманистически ориентированным является педагогический коллектив.

В Центре создана своя система работы с кадрами, которая реализуется через параллельное включение каждого работника в динамическую систему непрерывной курсовой и межкурсовой подготовки, отлаженную систему управления профессиональным ростом. Специалистами Центра разработаны отличительные новые психолого-медико-педагогические технологии, включающие комплекс лечебно-реабилитационных мероприятий, на основе следующих принципов:

- комплексная реабилитация с учетом индивидуальных особенностей подростка;
- лечение ребенка в привычной для него обстановке без социальной депривации, в условиях постоянного психолого-педагогического сопровождения;
- обеспечение последовательности, динамического наблюдения в процессе реабилитации;
- использование только тех средств и методов, которые не оказывают дополнительного психотравмирующего действия;
- повышение резервов здоровья через систему физического и трудового воспитания, организацию питания и летнего отдыха;
- использование всех видов взаимодействия с детьми (контакты духовные, эмоциональные, невербальные, телесно-опосредованные).

Результаты многолетнего практического опыта коллектива Центра по реабилитации подростков, употребляющих ПАВ представлены в учебном пособии «Профилактика распространения алкоголизма, наркомании и курения среди подростков в образовательных учреждениях» (Петрынин А.Г. – директор Центра, Щекатуров И.Е. – психиатр-нарколог).

Педагогами, психологами и другими специалистами Центра издан ряд работ, отражающих различные аспекты реабилитационной работы с детьми с девиантным поведением, в том числе и с наркозависимостью.

Программа по профилактике наркомании "Жизнь без наркотиков"

Цель программы:

Профилактика употребления психотропных веществ среди школьников, развитие стойких позитивных интересов, пропаганда здорового образа жизни

Задачи программы:

1. Повышение уровня знаний учеников о механизмах функционирования человеческого организма.
2. Повышение уровня знаний школьников о негативном влиянии психотропных веществ на тело и мозг человека.
3. Повышение уверенности в себе, самоуважения, а также приобретение учениками навыков оценки ситуационного риска и противостояния давлению со стороны.
4. Повышение знаний педагогов о воздействии психотропных веществ и наркотических средств, развитие педагогических методик ведения занятий по профилактике наркомании.
5. Создание в школах условий для эффективного функционирования комплексной программы профилактики наркомании и пропаганды здорового образа жизни.
6. Повышение знаний родителей и работающих с детьми взрослых о психотропных веществах и наркотических средствах.

Программа "Жизнь без наркотиков" предоставляет позитивные альтернативы возможным асоциальным формам поведения, содействует развитию стойких позитивных интересов среди детей различного школьного возраста. В рамках программы процесс приобретения полезной информации, знаний, положительных навыков и привычек происходит в стимулирующей, активной учебно-игровой обстановке.

Данная программа позволяет сформировать комплексное понимание негативного воздействия наркотиков на организм; рассмотреть доступные альтернативы поведения в ситуациях, в которых возможно принятие наркотиков и способствует принятию правильных решений в подобных ситуациях.

Компоненты программы

- Визит преподавателей проекта в классы (занятия с учениками)
- Предоставление информационных ресурсов и экспрессивных наглядных материалов для использования на занятиях в классах

- Подготовка и консультационно - информационная поддержка учебного персонала
- Проведение занятий и лекториев для родителей (опекунов)
- Проведение занятий для педагогического коллектива

Целевая аудитория программы:

- Ученики 5 – 11 классов гимназии
- Родители (опекуны) учеников
- Педагоги

Программа "Жизнь без наркотиков" основана на принципах соответствия возрасту, информативности, использовании дискуссионных методов. Особое внимание при ее создании уделяется развитию практических навыков. Важно отметить, что программа дает возможность детям и подросткам оперировать объективной информацией о наркотиках; приобрести необходимые навыки для разрешения проблем, возникающих из-за негативного влияния со стороны окружающих.

Ожидаемые результаты:

- Позитивные изменения во взглядах и увлечениях детей.
- Приобретение знаний, необходимых для сохранения и поддержания здоровья, противодействия возможному негативному влиянию сверстников.
- Развитие у детей позитивной саморегуляции, уважительного отношения к себе и чувства собственного достоинства.
- Развитие у детей толерантности к окружающим.
- Повышение информированности педагогов и родителей в вопросах предупреждения наркомании среди детей школьного возраста.

Анализ проведенных мероприятий за 2002 – 2004 учебные года.

Сотрудничество

Предусматривается организационное и методологическое участие в проекте "Жизнь без наркотиков" центра «Контакт», ДВГМУ, в частности музей патологической анатомии, инспекции по делам несовершеннолетних Северного округа, Дворец творчества детей и молодежи Северного округа, подростковый клуб «Юбилейный» и др.

В целях создания программы за это время были проведены различные мероприятия, такие как:

- Посещение Хабаровского краеведческого музея (начальная школа, 5 – 7 классы);

- Выезд в город Биробиджан, проведение там различных мероприятий и посещение местного музея (2003 – 2004 год, приняли участие учащиеся 6 – 11 классов);
- Выезд в город Комсомольск-на-Амуре и Николаевск, проведение там различных мероприятий и посещение местных музеев (2003-2004 год, приняли участие учащиеся 7 – 9 классов);
- Экскурсия в Сихотэ-Алинь (2002, 2003, 2004 год, приняли участие все параллели классов гимназии);
- Экскурсия в ДВГМУ (музей патологической анатомии) (2003 год – 8-е и 9-е классы, 2004 год – 8-е классы);
- Посещение центра «Контакт» (2002 год – 7-е классы, 2003 год – 9-е классы, 2004 год – 8 – классы);
- Проведены родительские лектории на различных параллелях на тему «Жизнь без наркотиков»;
- Приглашались различные специалисты для беседы с детьми.
- Вместе с психологом были проведены различные анкетирования и тестирования.

Проводились конкурсы рисунков на тему «Я против наркотиков!»

При анализе проведенных мероприятий за последние два года (2002 – 2004гг), в которых приняло участие большинство учащихся МОУ «Экономическая гимназия», так в выезде в город Биробиджан приняли участие 320 человек, в города Комсомольск-на-Амуре и Николаевск выезжало 45 человек, в Сихотэ-Алиньский заповедник – 1000 человек, в экскурсиях в ДВГМУ и центр «Контакт» приняло участие 400 человек, количество некурящих детей возросло.

Было проведено 102 выхода на природу и 6 тематических дней Здоровья, где приняли участие все классы. За последний год установлены контакты с Дальневосточным зоосадам.

Были проведены различные беседы детей с различными специалистами на темы:

- Табак, алкоголь и наркотики: что это такое.
- Законы и правила, связанные с наркотиками, алкоголем и табаком.
- Что такое зависимость, как она возникает и выглядит.
- Влияние друзей и близких: помощь или провокация.

В этих беседах приняло участие 500 человек. Также были проведены лектории с родителями на темы:

- Как помочь ребенку перестать курить и нюхать клей?
- Как жить в семье, где есть зависимый?
- Жизнь без наркотиков: миф или реальность!

В этом учебном году был проведен месячник на тему: «Жизнь без наркотиков». (План прилагается). На уроках биологии учителя стараются более подробно освещать эту тему. Так на уроках биологии в 11-х классах дети писали мини-сочинение на тему: «Влияние на потомство алкоголя, никотина и наркотических средств, употребляемых родителями».

В целях эффективного продолжения работы и получения ожидаемого результата будут продолжаться проводиться различные мероприятия.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Статистика некоторых вопросов из проводимых анкетирований.

1. Что может реально противостоять распространению наркомании?

1. Личный выбор (36%).
2. Общество (30%).
3. Государство (15%).
4. Спецслужбы (10%).
5. Церковь (5%).
6. Семья (2%).
7. Другое (2%).

2. Какими методами нужно бороться с наркоманией?

1. Уничтожать наркоторговцев и наркоманов (24%).
2. Уничтожать наркоторговцев (18%).
3. Улучшить моральный климат в обществе (18%).
4. Усилить антинаркотическую пропаганду (9%).
5. Внедрить «метадоновые способы» (9%).
6. Усилить профилактические меры (9%).
7. Ужесточить наказание за употребление и распространение наркотиков (7%).
8. Легализовать лёгкие наркотики (6%).

3. Пробовали вы когда-либо наркотики?

1. ДА (30%).
2. НЕТ (70%).

4. Хотите ли вы знать больше о проблеме наркомании в России?

1. ДА (63%).
2. НЕТ (32%).
3. Мне всё равно (5%).

5. Поддерживаете ли вы инициативу создания и внедрения программы «Жизнь без наркотиков»

1. ДА (47%).
2. Скорее ДА (19%).
3. Это единственный шанс (17%).
4. Это бесполезно (7%).

5. Скорее НЕТ (6%).

6. НЕТ (4%).

Г.П. Рязанец
МОУ Детский дом № 1

Деятельность педагогического коллектива детского дома по профилактике наркозависимости воспитанников

Скажи наркотикам – НЕТ!

Акция-концерт

Зал празднично украшен (эмблема акции, плакаты, лозунги). Звучит песня «Как прекрасен этот мир». На сцену выходит ведущий.

Ведущий: В нашей жизни немало экономических и социальных проблем, а к ним прибавилась ещё одна – проблема наркотизации страны. Алкоголь, курение, наркотики, как ни прискорбно, известны каждому взрослому, подростку и даже ребёнку. Масштабы и темпы наркомании таковы, что если не будет поставлен эффективный заслон, то в 21 веке число наркоманов в России будет исчисляться миллионами. А самую большую тревогу вызывает то, что к наркотикам приобщаются 16-14- летние, а сегодня уже и 12- летние подростки.

Мы собрались в этом зале, чтобы всем вместе дружно и твёрдо сказать наркотикам – НЕТ! Вы видите на сцене стеклянный ящик, в который будут опускаться шары. С их помощью мы зримо выразим своё отношение к наркотикам.

Музыкальный номер

« Дорогою добра» (вокальная группа)

Ведущий: (обращается к исполнителям) Как вы относитесь к наркотикам?

Исполнители: Мы голосуем против наркотиков? Наркотики поражают проблемы и в школе, и с друзьями. Чувствуешь себя неполноценным.

Наркотик делает тебя зависимым! Мы голосуем против!(голосуют шарами)

Ведущий: По статистике каждый наркоман в среднем уговаривает принимать наркотики ещё четверых, а каждый из них ещё четверых и так далее...Как же остановить эту ужасную прогрессию? Здесь нужен комментарий специалиста. (представляет врача)

Рассказ врача

Выступление ансамбля « Настроение плюс»

Кадриль «На лавочке» (1,2 гр.)

Ведущий: Что наркотик может сделать с человеком?

– Он уничтожает душу, разрушает тело, лишает свободы.....(голосуют шарами)

Цифры наркостатистики поражают воображение. Мы решили узнать, что думают об этой проблеме присутствующие и дети, и взрослые.

Ведущий задаёт вопросы: что вы знаете о наркотиках? Зачем люди употребляют наркотики?(3,4 детей)

Проблема наркомании – личное дело каждого или государственная проблема? (Зам. директора по учебной и воспитательной работе)

Можно ли помочь наркоману? (Психолог)

Как избавить Россию от проблемы наркомании? (Инспектор по делам несовершеннолетних при УВД Центрального района)

Есть ли в нашем городе проблема, на ваш взгляд? (Ведущий специалист Управления образования)

Есть ли данная проблема в образовательных учреждениях города? (Специалист сектора по работе с неблагополучными подростками г. Хабаровска)

Выступление ансамбля «Настроение плюс»

Композиция «Шляпы».

Солист: Мы говорим наркотикам – НЕТ! (голосует)

Ведущий: Чтобы говорить о здоровье, надо обязательно вспомнить о стрессах. Они подстерегают нас на каждом шагу: Резкое пробуждение – стресс, дорога в школу, с друзьями поссорился..... И так далее... Я знаю подростков, которые говорят: «А ты закури и всё пройдёт». И вы знаете, как они ошибаются?» Есть много приёмов снятия стрессов и одно из них это песня, когда плохо вам попробуйте петь А сейчас вам споёт Соня Федотова «Современная девчонка»

Солистка: Я голосую против вредных привычек, я люблю петь, танцевать, рисовать, почитать книгу.

Ведущий: В детском доме проводится большая работа по организации здорового образа жизни, созданы хорошие условия для занятий спортом.

Наши воспитанники являются победителями и призёрами во многих видах спорта.

Выступление спортивной группы «Каратэ»

Мы знаем наркотик разрушает весь организм. Поэтому мы говорим наркотикам – НЕТ! Здоровой жизни – ДА! Спорту – ДА! (идёт голосование)

Ведущий: В детском доме прошёл конкурс плакатов. Я благодарю всех воспитанников, высказавших своё отношение к наркомании, о победителях расскажет организатор. Победители конкурса награждаются подарками, предоставленными спонсорами.

Выступление ансамбля «Рябинушка». Композиция «Матрёшки»
Мы голосуем против наркотиков.(Голосование)

Ведущий: В детском доме прошёл конкурс на сочинение стихотворения на тему: «Быть здоровым – это круто! Быть здоровым – это классно!»

Выступление детей:

Быть здоровым – это круто,	Кто не колется, не пьёт,
Трезвым жить – вот это кайф:	Кто не курит – тот живёт
Не ломаться ни минуты,	Петь плясать и веселиться
Не курить – вот это лайф!	Больше любит наш народ!

Быть здоровым – это клёво!
Я даю сегодня слово!
Не пить не курить,
Чтобы очень долго жить!

Лучше приколоться, чем уколоться!	Быть здоровым – это модно!
Лучше петь, чем пить!	Быть здоровым – это круто!
Танцуй – не ломайся!	Быть здоровым - это классно!
Дыши – не пыхай!	

Ведущий: Давайте подведём итоги нашей встречи.

Логопед.

- Думайте головой! Сотни подростков погибают каждый год от наркотиков.
- Факты - вещь упрямая. Употребление наркотиков приводит к необратимым изменениям мозга.
- Берегитесь! Вы можете незаметно пристраститься к наркотикам и тогда узнаете, что такое «ломка»; галлюцинации, головная боль, озноб, дрожь, тошнота. Поэтому не переступайте черту! Живите без риска!

Социальный педагог.

- Будьте настоящими друзьями, если кто – то из ваших приятелей или знакомых попал в наркотическую зависимость. Действуйте по – умному! Убедите их обратиться за помощью.
- Знайте, что существует телефон доверия. Вы всегда можете позвонить по телефону и рассказать о своих проблемах. Помните, что вам помогут.

Посмотри в глаза своим проблемам, а не уходи от них. Скажи наркотикам – НЕТ!

Ведущий демонстрирует итоги голосования. Исполнение песни «Радуетя солнцу земля».

Директор детского дома: Акция – концерт в рамках программы «Молодёжь против наркотиков» показала вашу социальную активность и гражданскую позицию. Мы пытались включить вас в проблему, которой ещё возможно, у вас и нет. Но предупреждён, значит – вооружён. Если вам, не дай бог, случится попробовать наркотик, вы уже будете знать, на что идёте. Поэтому делайте умный выбор! Новое поколение выбирает жизнь без риска, жизнь без наркотиков! Нам по душе рок-н-ролл и кока-кола!

Все скандируют лозунги, звучит песня «Мы желаем счастья вам»
Участники вручают зрителям буклеты, призы и кока-колу.

Реализация программы по антинаркотическому просвещению за период с 2002 – 2004 гг.

Программа « Жизнь без наркотиков»

	2002 - 2003 Девочки	Мальчики	2003- 2004 Девочки	мальчики
1 Всего воспитанников детского дома	33	56	41	46
2 Состоит на учёте	-	6	-	5
3 На внутреннем контроле	-	6	-	5
4 Бегуны	2	5	1	4
5 Наркоманы	-	-	-	-
6 Токсикоманы	-	2	-	1
7 Употребляют алкоголь	-	1	-	1
8 Правонарушители	-	2	-	1
9 Некурящих	30	35	36	30
10 Курящих	8	21	5	16
11 Аборты	-	-	-	-
12 ВИЧ инфицированные, венерические заболевания	-	-	-	-

Пояснительная записка

В связи с тем, что наркомания превратилась в серьёзную социальную, педагогическую и медицинскую проблему, актуальным становится пути решения этой острейшей проблемы.

Практика показывает, что среди наркоманов много молодёжи, которую приводит на пагубный путь поиск новых острых ощущений, отсутствие твёрдой жизненной позиции, а иногда просто глупость.

Задача педагогического коллектива организовать и проводить антинаркотическую профилактику среди воспитанников в условиях Детского дома.

Данная программа нацелена, чтобы организация профилактической работы носила комплексный характер и решалась совместными усилиями со всеми службами города.

Основные направления

- Профилактическая работа со всеми детьми и подростками с приоритетной ориентацией на детей «группы риска»;
- Привитие навыков здорового образа жизни в процессе обучения и повседневной жизни;
- Организация профилактической работы комплексной группой специалистов.

Задачи

1. Формирование здорового жизненного стиля, высокофункциональных стратегий поведения и личностных ресурсов, препятствующих злоупотреблению ПАВ;
2. Создание условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы;
3. Направленное осознание имеющихся личностных ресурсов:
 - умение решать простые и сложные жизненные проблемы, контролировать своё поведение и жизнь;
 - умения общаться с окружающими, сопереживать и оказывать психологическую и социальную поддержку;
4. Развитие личностных ресурсов, способствующих формированию здорового жизненного стиля и высокоэффективного поведения:
 - управлять собой и изменять себя;
 - позитивного отношения к себе, возможностям не только совершать ошибки, но исправлять их.

Методы работы

1. Групповая работа
2. Тренинг поведения
3. Мозговые штурмы
4. Беседы
5. Лекции
6. Дискуссии
7. Ролевые игры
8. «Круглые столы»

9. Экскурсии

10. Праздники

Предполагаемые результаты.

1. Уменьшение факторов риска употребления ПАВ среди воспитанников детского дома.
2. Формирование здорового жизненного стиля.
3. Развитие комплексного подхода к профилактике злоупотребления ПАВ.

Планирование 2004-2005

Дата	Тема	Формы работы	Цель	Ответств.
Сентябрь	«Станешь ли ты долгожителем»	Мозговой штурм	Развитие личностных ресурсов, формирование навыков разрешения конфликтных ситуаций, принятия решений.	Психолог
Октябрь	«Здоровье-единственная драгоценность»	Беседа	Информирование о последствиях злоупотребления ПАВ, о причинах и формах заболеваний и о путях к выздоровлению.	Врач
Ноябрь	«Жить или курить?»	Тренинговые упражнения	Формирование ценностей здорового образа жизни, развитие коммуникативных возможностей подростков.	Соц.педагог
Декабрь	«Курильщик – сам себе могильщик.»	Радиогазета	Создание условий для открытого, доверительного общения, восприятия информации.	Библиотекарь
Январь	«Скажи наркотикам – НЕТ!»	АКЦИЯ - концерт	Добиться у подростков активной позиции по данной проблеме, сделать вывод, что приносит здоровье, а что приносит вред.	Библиотекарь
Февраль	«Знай закон смолоду»	Встреча с юристом	Воспитание правовой культуры, формирование самопознания и ответственности подростков перед обществом.	Юрист Соц.педагог
Март	«Можно ли это избежать?»	Экскурсия психо-нарк. диспансер	Заставить воспитанников задуматься о необходимости быть здоровыми (дать наглядное подтверждение всем плюсам и минусам)	Глав. врач диспансера Воспитатели
Апрель	«Не стань жертвой»	Кружок «Между нами.....»	Выявление нравственных проблем, волнующих подростков, профилактика заболеваний, передаваемых половым путём.	Врач
Май	«Будущее без	Книжная	Повысить степень подготовки	Библиотекарь

	наркотиков»	выставка	воспитанников к борьбе против наркотиков, алкоголя, табакокурения.	
ЛЕТО-2005	«Формула здоровья»	Тематический вечер	Пропаганда здорового образа жизни.	Нач. лагеря Организатор Воспитатели

Планирование 2003-2004

	Тема	Формы работы	Цель	Ответств.
Сентябрь	«Человек будущего»	Анкета	Выявление индивид. представлений подростков о своей роли в обществе, уровня знаний по исследуемой проблеме.	Психолог
Октябрь	«Жизнь стоит того, чтобы жить»	Лекция	Психологическая поддержка подростка, формирование навыков принятия решений, определять свои действия и свой выбор.	Врач-нарколог
Ноябрь	«Моя – будущая профессия»	Круглый стол	Выявление профессиональных интересов, формирование ответственного отношения к будущей профессии, определение профессиональных приоритетов.	Завуч Соц. Педагог Воспитатели Приглашён. Специалисты: Врач-нарколог Инспектор ОПН Психолог
Декабрь	«Твой выбор»	Деловая игра	Формирование объективной самооценки подростка, обучение навыкам общения, здорового образа жизни.	Психолог
Январь	«НЕТ наркотикам !»	Конкурс плакатов	Создание творческой атмосферы, наличие навыков противодействия вредным привычкам	Организатор Воспитатели
Февраль	«Семья в моей жизни»	Беседа	Формирование здорового жизненного стиля и личностных ресурсов у подростков.	КДБ Библиотекарь-психолог
Март	«А если это случится?»	Экскурсия Социальн., мед.-пед. Центр «Контакт»	Знакомство с Центром, службой «Доверия», общение с новыми людьми.	Соц. Педагог Воспитатели
Апрель	«Вредным привычкам скажем	Информац. бюллетень	Создание условий для открытого доверительного общения, восприятия	Встреча с представителем правоохранитель

	НЕТ!»		информации.	ных органов.
Май	«Стоп! Наркотики! »	Книжн. выставка	Выявление нравственных проблем, привитие антинаркотических социальных норм.	Библиотекарь
ЛЕТО-	«Мы за	Выступлен	Пропаганда здорового	Организатор
2004	Тема здоровый образ	ие Форма работы агитбригад	Цель. образа жизни.	Воспитатели
Дата				
Сентябрь	«Здоровый образ жизни»	Анкета	Выявление индивид. отношения	Психолог

Планирование 2002-2003

	жизни»		алкоголизму, табакокурению, наркотикам.	
Октябрь	Встреча инспектором ОППН	Доверит беседа	Профилактическая работа с подростками «группы риска»	Соц. педагог
Ноябрь	«Умей сказать «НЕТ!»	Работа кружка «Между нами...»	Формирование нетерпимого отношения к вредным привычкам, профилактика заболеваний, передаваемых половым путём.	врач
Декабрь	«Объявим наркотикам бой!»	Устный журнал	Пропаганда здорового образа жизни, умение дать оценку своим действиям, поступкам.	Библиотекарь
Январь	«Вредным привычкам скажем «НЕТ!»	Кон – курс газет	Координация взглядов на проблему наркомании, алкоголя, табакокурения	Организатор
Февраль	«Семья, супружеские взаимоотношения, ценность семейной жизни	Лекция	Нравственные основы семьи, организация здорового образа жизни в семье.	Врач-нарколог
Март	«Почему это происходит?»	Экскурсия в кожно-венер. диспан.	Формирование нравственных и этических представлений юношей и девушек.	Воспитатели, врач
Апрель	«Дай себе шанс»	Деловая игра	Контролировать своё поведение, сопереживать окружающим и понимать их.	Психолог
Май	«На острие иглы»	Книжн. выставка	Формирование знаний и способностей сопротивления наркотикам, с учётом уровня развития подростков.	Библиотекарь
ЛЕТО-2003	«Суд над сигаретой»	Театрализованная игра	Формирование нетерпимого отношения к табакокурению.	Организатор Воспитатели

Анализ деятельности профилактической работы «Жизнь без наркотиков» за 2002-2004 год.

«Трудно представить то благотворное влияние, которое бы произошло во всей жизни людской, если бы люди перестали одурманивать и отравлять себя водкой, вином, табаком, опиумом»

Л.Толстой

Проблема распространения наркомании в среде детей и подростков – одна из острейших проблем современного российского общества. И что особенно тревожит – среди наркоманов много молодёжи, которую приводит на пагубный путь поиск новых острых ощущений, отсутствие твёрдой жизненной позиции, а иногда просто глупость.

Вредные привычки: употребление алкоголя, наркотиков, курение – неотъемлемая часть жизни молодёжи. Сегодня, по данным медицинской статистики, потребляют алкогольные напитки каждый третий школьник в средних классах и более половины в старших.

По данным медико-социальных исследований, средний возраст начала употребления алкоголя среди мальчиков снизился до 12,5 лет, а среди девочек до 12,9 лет. Выпивка стала символом объединения подростков или молодых людей в неформальные группы, обязательным условием признания новичка её членом.

За последние 10 лет Россия стала одной из самых курящих стран мира. Каждый год потребление табачных изделий растёт у нас на 1,5 - 2 % в году. «Курящая тусовка» стала неотъемлемым атрибутом современного стиля жизни.

У детей первые пробы наркотиков, как правило, происходят на фоне потребления алкогольных напитков и табакокурения. Все обследованные подростки, употребляющие наркотики пьют и курят. Среди детей 5-8 классов курит каждый третий, 9-11 классы – каждый второй.

Алкоголь и табак страшны не только тем, что они разрушают здоровье человека. Они страшны саморазрушению личности, искажению её взаимоотношений с другими людьми, разрыву всех социальных связей с миром, потере человеческого облика. Употребление алкоголя и табака – серьёзное основание для перехода к наркотикам.

Прослеживается устойчивая взаимосвязь между ростом случаев наркомании среди несовершеннолетних и ростом числа противоправных действий, совершаемых подростками в наркотическом состоянии. У преобладающего большинства подростков отсутствует психологическая защита, препятствующая приобщению к психоактивным веществам.

Наркомания стала российской бедой. Наркомания превратилась в серьёзную социальную, педагогическую и медицинскую проблемы.

Каждая семья, каждый город, каждый регион ищут свои пути решения этой проблемы. Ищет их и наш детский дом.

В нашем детском доме № 1 в настоящее время проживает и воспитывается 84 воспитанника, из них: 30 девочек, 54 мальчика; с 1 по 4

класс – 42 человека; 5-8 классы – 33 человека; 9-11 классы – 9 человек; 30 – сироты; 54 – социальные сироты, т.е. сироты при живых родителях; 34 – родители лишены родительских прав; 10 – родители находятся в заключение; 5 – родители находятся в розыске; 5 – родители отказались от ребёнка в родильном доме.

Контингент воспитанников детского дома сложный: искалеченные судьбы, вредные привычки, негатив стереотипов, полученных дома и на улице. Какие они разные эти мальчишки и девчонки... Разные по возрасту, разные по способностям и характерам. Но все они – наши дети, которых мы любим, воспитываем и развиваем.

Главная задача детского дома и сегодня актуальна: принять, развить ребёнка адекватно его природе, адаптировать к условиям социальной жизни в обществе. Над реализацией данной цели коллектив работает уже несколько лет.

Анализируя работу за 2002-2004 г.г., хочется отметить, что на сегодняшний день главной профилактической работой среди детей и подростков – воспитанников детского дома была и остаётся борьба с наркоманией, токсикоманией, курением, употреблением алкоголя.

Педагогический коллектив детского дома постоянно работает по усовершенствованию учебно-воспитательного процесса.

В 2002 году разработана программа «Жизнь без наркотиков», приоритетным направлением которой является работа по формированию здорового образа жизни. В основе её лежит целевая программа Хабаровского края «Противодействие незаконному обороту наркотиков и злоупотреблению ими на 2001-2003 г.г.» Программа включила комплекс мероприятий о здоровом образе жизни, профилактике асоциальных явлений, в частности, анкетирование воспитанников, в целях повышения степени подготовленности подростков к борьбе против наркотиков, алкоголя и табакокурения.

Особое место в профилактической работе отводится санитарно-просветительной работе. Она строится в тесном взаимодействии врача детского дома Г.А. Яцковой с сотрудниками социального медико-педагогического молодёжного центра «Контакт», хабаровской краевой ассоциацией «Планирование семьи».

С воспитанниками систематически проводятся лекции, беседы о вреде приёма наркотических средств: «Почему это происходит?», «Жизнь стоит того, чтобы жить», «Здоровье- единственная драгоценность!». Значительная работа проводится медицинскими работниками детского дома по профилактике СПИДа и других инфекций, передаваемых половым путём, организована работа кружка «Между нами...» (темы бесед кружка: «Умей сказать нет», «Не стань жертвой» и другие), где девочкам-подросткам даются знания по экстренной профилактике заболеваний, передающихся половым путём и нежелательной беременности.

Врачами центра «СПИД» (Т.С.Пономаренко) и краевого центра по профилактике и борьбе со СПИДом (И.Л.Фёдоров) прочитаны лекции, показаны фильмы.

Специалистом центра «Планирование семьи» (М.Н.Свердлова) проведён курс лекций:

- «Определение понятия «сексуальность человека»;
- «Стадии развития сексуальности»;
- «Половая и социальная зрелость»;
- «Безвредность воздержания. Брачный возраст».

На базе детского дома проведён цикл занятий:

- «Стань самим собой»;
- «Ловушка эмоций»;
- «В поисках золотой середины»;
- «Дай себе шанс»;
- «Причины употребления психоактивных веществ детьми. Опасность использования токсических веществ и алкоголя в подростковом возрасте. Механизм развития наркотической зависимости (психической и физической)»

Под руководством врача детского дома Г.А.Яцковой, разработана программа «Здоровье», где освещены вопросы по профилактике вредных привычек на ближайшие 5 лет.:

- «Основы здорового образа жизни» (11 часов; 9-11 классы);
- «Здоровый образ жизни, его составляющие»(4 часа; 5-8 классы);
- «Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека» (2 часа; 1-4 классы);
- «Вредные привычки, их влияние на организм. Профилактика вредных привычек». (3 часа; 6-11 классы);
- «Формирование правильной осанки» (1 час; 1-11 классы);
- «Спорт – путь к совершенству» (1 час; 1-11 классы).

Заслуживает внимания индивидуальная совместная работа социального педагога О.И.Красиковой и психолога Г.Д.Малышевой с подростками группы «риска». Работа ведётся по личностным и межличностным проблемам (наркозависимости, вредным привычкам, конфликтным взаимоотношениям, тревожным и депрессивным состояниям, психологической совместимости, профессиональной ориентации)

Такие формы работы, как прослушивание психотерапевтических сказок, рисование страхов, тренинговые упражнения помогают подросткам осознанию жизненных профессиональных перспектив, формируют способность выстраивать личный план своей жизни, где нет места наркотикам.

Были проведены тренинги специалистом городского психотерапевтического центра кандидатом наук К.В.Лукиной, которые способствовали повышению социально-коммуникативной адаптации, саморегуляции, способам релаксации, умению сказать «нет» наркотикам.

В октябре 2004 года все старшекласники детского дома были обследованы на предмет употребления психотропных и наркотических веществ, с ними были проведены профилактические беседы. Компьютерная диагностика осуществлялась по предложению Дальневосточного Конструктивного Центра (директор Е.Г. Ковихов)

В детском доме есть воспитанники, родители которых занимались употреблением и распространением наркотиков. Многие из них находятся в местах лишения свободы. С ними ведётся переписка. С родителями, вышедшими из тюрьмы, проводится работа по профилактике употребления наркотиков и правонарушений. Создана служба сопровождения, которая ежемесячно выезжает в семьи на жилмассив, где проводится диагностика, анкетирование с целью профилактики и возврата детей в семью. Так, мама Гудкова Андрея была осуждена в 2000 году за распространение и употребление наркотиков. В апреле 2004 года она была освобождена. С семьёй детский дом тесно поддерживал связь, была проведена работа по созданию условий возвращения ребёнка в семью. В январе 2005 года мальчик вернулся в семью.

В детском доме собран уникальный книжный фонд художественной, методической и научной литературы по проблеме наркомании. Большое место при проведении массовых мероприятий, организации книжных выставок заведующей библиотекой Г.П. Рязанец уделяется популяризации литературы о здоровом образе жизни, подбору материала для информационных бюллетеней и пагубности вредных привычек. Так, выставки-размышления: «Молодёжь и время», «Я – для тебя, я – для других» наглядно раскрыли проблемную тему, на них используем размещение листовок, буклетов, информацию о телефоне доверия, памятки, рекомендуемые списки.

По инициативе директора детского дома Л.Е. Потетюриной был организован «круглый стол» на тему «Моя будущая профессия» с воспитанниками старших групп. В обсуждении темы участвовали врач-нарколог, инспектор по делам несовершеннолетних Центрального района, психолог, социальный педагог, представители правоохранительных органов. По вопросам, которые задавали подростки чувствовалось, что тема волнует их, они не только слушали, но и вступали в диалог со специалистами.

Никого не оставили равнодушным выступления инспектора ОППН О.В. Кибиревой «Рост правонарушений среди несовершеннолетних подростков в наркотическом опьянении», врача-нарколога С.В. Косаревой «Опасность использования токсических веществ и алкоголя в подростковом возрасте», социального педагога О.И. Красиковой «Влияние наркотиков на выбор профессии», психолога Г.Д. Малышевой «Механизм развития наркотической зависимости» (психологическая и физическая), врача детского дома Г.А. Яцковой «Всё ли вы знаете о себе?».

Тема здорового образа жизни присутствует в каждом мероприятии антинаркотического направления: будь то беседа «Подростки и наркотики», лекция врача-нарколога «Признаки и симптомы употребления наркотиков в

подростково-молодёжной среде, театрализованная игра «Суд над сигаретой» (лето, 2003 г.), выступление агитбригады «Мы за здоровый образ жизни» (лето, 2004 г.), акция-концерт «Скажи наркотикам – нет!» (1 – 2005 г.), конкурсы плакатов-газет.(2003, 2004 г.)

С наркоманией трудно бороться в одиночку, поэтому педагоги детского дома стараются координировать профилактическую работу с правоохранительными органами, молодёжными организациями, клубами. Так, с воспитанниками старших групп (13-16 лет) проведены экскурсии в краевой социальный медико-педагогический центр «Контакт», прослушаны лекции психолога «Мир вокруг нас», врача-нарколога «Откажись от наркотиков».

В рамках акции «Нет наркотикам» (г.Санкт-Петербург), проводимой в г.Хабаровске, наши воспитанники посетили музей восковых фигур. Выставка заинтересовала ребят, они внимательно слушали врача-нарколога, задумались, большой резонанс получили от просмотра фильмов о жизни наркоманов. Есть и результаты: 5 воспитанников бросили курение.

Налажена связь с сотрудниками межведомственного отдела перепрофилактики Управления Федеральной службы РФ по контролю за оборотом наркотических средств и психотропных веществ по Хабаровскому краю: А.В.Добрыниным, Д.В.Сиюшевым. Они приняли активное участие в акции «Скажи наркотикам – Нет!» (ребятам были предоставлены плакаты, буклеты, призы, сладости).

Ответственно и серьёзно подходят педагоги детского дома к организации профилактической работы в летнее время. Выставка «На острие иглы», предшествовала началу театрализованной игры «Суд над сигаретой», на которые были приглашены воспитанники соседних лагерей.

Встреча началась с обращения к присутствующим: «Ты молод и красив, и вся жизнь у тебя впереди, и, казалось бы, нет никаких поводов для беспокойства. Но самое страшное зло ходит рядом. Завтра тебе предложат попробовать, ты легко согласишься, и тем самым подпишешь себе смертный приговор. Мы не пугаем тебя, просто знай - это пропуск в рай», за который человек расплачивается всю жизнь». Рассказ ведущего о проблемах наркомании сопровождался показом видеофильмов. С помощью стоп-кадров внимание ребят заострялось на всех правонарушениях, показанных в фильмах, назывались статьи УК, соответствующие данным преступлениям (например: «Запомни: ни в коем случае не надо соглашаться оставлять у себя кулёк или пакет с сомнительным содержанием, УК РФ (от 228) предусмотрено наказание за незаконное хранение наркотических средств» и т.д.)

Вопросы ответственности за употребление наркотиков, их хранение и сбыт были затронуты на встрече с сотрудниками правоохранительных органов (начальником 5 ГОМа Индустриального района А.Л.Алёшкиным, оперуполномоченным ЦРУВД А.В.Устиновым). Ребята ждут таких встреч, ждут откровенных разговоров.

Много внимания в детском доме уделяется организации коллективных выходов в театры, музеи города (театр Музыкальной комедии, ТЮЗ, «Совкино», «Гигант», Цирк, Центр реабилитации животных, «Платинум-арена»). Большой интерес у старших воспитанников вызвало посещение выставки в музее имени Н.И.Гродеково «Растительный и животный мир Хабаровского края», Дальневосточный художественный музей – «Традиционное искусство народов Приамурья и севера Дальнего Востока», музей истории Хабаровска – «Раздумья о войне» (картины художника Н.Долбилкина, подаренные городу).

Ежегодно двое-трое лучших воспитанников награждаются поездкой в Японию и Китай.

Особой любовью пользуются у ребят Дни здоровья с выездом на природу в оздоровительный лагерь «Дружба» с проведением развлечений, игр, забав, состязаний (осень, зима, весна).

Для сохранения и укрепления здоровья воспитанников в детском доме организована работа по формированию здорового образа жизни. Для этого мы используем здоровьесберегающие и здоровьеформирующие технологии:

- используем традиционные формы физкультурно-оздоровительной и спортивной работы;
- проводим физкультурно-оздоровительные и спортивные праздники-конкурсы;
- участвуем в краевых, районных, городских физкультурно-оздоровительных и спортивных праздниках, конкурсах;

У нас стало традиционным проведением спартакиад:

- ко Дню рождения дома (ноябрь);
- к Новому году (декабрь-январь);
- ко Дню воина (февраль);
- ко Дню защиты детей (май-июнь);
- ко Дню Победы (май).

В каникулярное время проводятся различные соревнования, походы, поездки. Лето проходит у нас в о/л «Дружба». Там воспитанники отдыхают, встречаются в творческих встречах с другими детскими домами (д/д № 7, д/д № 6, Центром реабилитации подростков). На протяжении 3 лет наш детский дом сотрудничает с 11 Армией ПВО и ВВС. Стало традицией проведение 3-5 дневных сборов-учений на полигонах, где ребята учатся жить по-армейски (в палатках, казармах, по режиму, обучаются стрельбе, прыжкам с парашютом). Дети очень любят это время, соревнуются, чтобы попасть в списки «армейцев». Воины – частые гости в нашем детском доме, они участвуют в КВН (23 февраля), в конкурсе «Я – солдат» (9 мая).

Летом 2004 года команда наших воспитанников была откомандирована от Центрального округа г.Хабаровска на спортивно-оздоровительный фестиваль школьников в г.Комсомольск-на-Амуре на «Губернаторские состязания», где заняли призовые места по настольному теннису, минифутболу, художественной самодеятельности. Ежегодно наши дети участвуют в Краевой спартакиаде среди воспитанников детских домов и

школ-интернатов. Активное участие принимаем в спортивном празднике «Грань – экстрим», «Возьмёмся за руки, друзья». 3 года являемся победителями, награждены грамотами и подарками. Поддерживая тесную связь с «Грань» наши воспитанники участвуют в сплавах по р.Амур на катамаранах, зимой путешествуют в пещеры.. Таким образом, они приобретают неоценимый жизненный опыт, опыт знакомства с природой, опыт общения в экстремальной обстановке.

В детский дом поступают воспитанники, которые ранее имели негативный жизненный опыт (курение, наркотики, воровство). Эти подростки стоят на учёте, либо в детском доме, либо в ПДН. Таких ребят привлекаем к спорту и участию в различных соревнованиях. Активно проявил себя летний спортивно-туристический отряд «Витязь», организаторами этого отряда стали воспитанники группы «риска». Большой вклад в спортивную деятельность «трудных» подростков осуществляет В.Ф.Журавель – воспитатель детского дома. Этот педагог очень увлечён спортом, под его руководством ребята принимают активное участие в соревнованиях «Малые олимпийские игры», «Шиповка юных» (русская лапта).

Большое внимание в детском доме уделяется пропаганде здорового образа жизни, физической культуре и спорту. Постоянно работает информационный фотостенд о важных событиях детского дома, спортивных успехах. Наши юниоры рассказывают через местную печать и радио. Доброй традицией стало освещать главные события жизни детского дома. Популярностью у воспитанников пользуется детская газета «Домовёнок», где особое место уделяется рубрике «Сохрани своё здоровье».

Под руководством творческих, увлечённых педагогов дополнительного образования Л.А.Клеванович, Л.М.Соколовой в детском доме созданы: народный ансамбль «Рябинушка» (7 лет), хореографический ансамбль «Настроение плюс» (3 года). Стало традицией выступление этих коллективов на площадях города, в детских садах, воинских частях, оздоровительных лагерях. Очень важно, что наши дети с ранних лет приобщаются к народной культуре, традициям, учатся любви, доброте, сопереживанию.

11 января 2005 года в детском доме прошла акция-концерт в рамках программы «Молодёжь против наркотиков». В акции участвовали все воспитанники детского дома. Были приглашены, принимали активное участие в акции: инспектор по делам несовершеннолетних при УВД Центрального района А.Н.Щеголева, специалист сектора по работе с неблагополучными подростками г.Хабаровска Р.В.Хигай., ведущий специалист управления образования администрации города Н.В.Леонтьева.

С комментарием статистики выступила врач детского дома Г.А.Яцкова. Проведён опрос по данной проблеме старших воспитанников: «Что они знают о наркотиках? Зачем люди употребляют наркотики?». С большим вниманием ребята заслушали рекомендации заместителя директора по учебной и воспитательной работе Е.А.Хлебниковой, психолога

Г.Д.Малышевой, социального педагога О.И.Красиковой, логопеда С.Ю.Лысак. На акции были подведены итоги конкурсов:

- на лучший плакат, рисунок «Мир без наркотиков»;
- на лучшее сочинение стихотворения на тему «Быть здоровым – это круто! Быть здоровым – это классно!».

Воспитанники старшей группы (Г.Вихарев, Л.Николаев, П.Актанко, М.Хватков, В.Вигера) прочитали свои стихотворения, в которых они выразили своё отношение к наркотикам. Победители конкурсов были награждены подарками, предоставленными спонсорами.

Был подведён итог акции по результатам голосования. С заключительным словом выступила Л.Е.Потетюрина, которая подчеркнула важность проведённой акции и отметила социальную активность и гражданскую позицию воспитанников детского дома

В детском доме проводится большая работа по созданию условий проведения праздников, мероприятий, их оснащению и использованию технических средств. В этом большая заслуга директора детского дома Л.Е.Потетюриной по привлечению спонсорских средств. Наши спонсоры (КГУП «Хабаровский рынок», ДВЖД, Нотариальная палата, ЗАО «АЛИ» и др.) дарят не только радость и тепло нашим воспитанникам, но и являются постоянными гостями на всех праздниках. Благодаря их помощи самые активные и лучшие воспитанники награждаются стипендиями, ценными подарками, одеждой, игрушками.

Профилактической работой по данной проблеме охвачены все воспитанники детского дома. Дважды в год проводятся медосмотры воспитанников, результаты которых подтверждают отсутствие наркотической зависимости у детей.

Дети детского дома! Какие же они? Чем живут? Что их интересует? Какие планы на будущее?

Сказать, что абсолютно всех интересует курение, приобщение к выпивке, было бы ошибкой. Есть ребята, которые имеют жизненные планы с ориентацией на дальнейшее обучение и получение престижной профессии.

Проводя с детьми тестирование по данной проблеме, мы попросили воспитанников составить портрет современного человека, каким они его видят, и вот что получилось:

- это человек, который должен обладать такими качествами, как самостоятельность, отзывчивость, общительность;
- у него должно быть сформировано отрицательное отношение к вредным привычкам, должно присутствовать стремление к продолжению учёбы, получению образования;
- основные увлечения – музыка, спорт, отдых в кругу друзей, компьютер, чтение книг.

Анализируя работу за последние 3 года по профилактике употребления ПАВ, учитывая неблагоприятную среду жизни детей до поступления в детский дом, опыт приобщения подростков к курению, алкоголю, токсикомании, считаем, что эта проблема требует постоянного, пристального

внимания, тесного взаимодействия и сотрудничества с органами здравоохранения, молодёжной политики, общественными организациями и иными формированиями, занимающимися вопросами профилактики употребления наркотиков молодёжью.

Строчкова О.Д.

**Социально-педагогическая программа по антинаркотическому
просвещению подростков
«Вулкан подростковый жизни»**

Я вошла в группу и сразу, внутренним чутьем поняла, что я буду с ними работать. Ребята очень сложные, побывавшие во всех жизненных передрягах: от КПЗ до воровства, бродяжничества, до глухих подвалов. Они умели все: пить, курить драться. В их глазах я видела их собственный мир: колючий, жестокий, основанный на выживании любым способом. Мне захотелось им помочь, согреть их своей любовью и мне вспомнились слова великого поэта Саади:

«Покинут счастьем будет тот,
Кого ребенком плохо воспитали.
Побег зеленый выправить легко,
Сухую ветвь один огонь исправит.»

Я не хочу, чтобы их исправляла тюрьма, мне предстояла большая кропотливая работа по формированию индивидуальной личности каждого воспитанника и развитию его духовного потенциала. Антинаркотическое просвещение и образование подростков является наиболее актуальным в образовательном пространстве.

Дети моей группы и нашего детского дома имеют разный возраст и у всех на слуху и в деле были одни проблемы, волнующие наше общество: алкоголизм, наркомания, токсикомания, детская безнадзорность и преступность, бродяжничество и асоциальное поведение. Воспитанников можно было разделить на несколько групп: дети девиантного поведения, которые после начальной школы сразу же были поставлены на внутренний контроль детского дома, подростки аддиктивного поведения, пробовавшие алкоголь, наркотические вещества, хотя бы раз, депривированные дети, у которых не развита эмоциональная сфера. Они были замкнуты, недоверчивы и агрессивны. Несколько человек, если можно так выразиться, с дидактогенией, у которых мотивация к учебной деятельности полностью отсутствует и сама учеба вызывает у ребят большие психоэмоциональные вспышки и негатив к учебному процессу.

Многие из подростков стояли на учете в инспекции по делам несовершеннолетних и на внутреннем контроле в детском доме и относятся к группе риска. Знакомясь с группой и выявляя познавательный и интеллектуальный уровень подростков, я поняла актуальность своей образовательной программы, посвященной культуре здорового образа жизни. Изучив личные дела воспитанников, их психотипы, психофизические

особенности, принадлежность к знакам Зодиака, круг общения подростков и их межличностные отношения, как в группе, так и в детском доме, а также индивидуальные качества каждого воспитанника, проведя анкетирование, тестирование я наметила для себя цели своей педагогической деятельности.

Ребенок всегда является носителем симптомов семьи, а семьи наши воспитанники все лишены. Поэтому моей человеческой ценностью является ЛЮБОВЬ и, исходя из своей работы, я ставлю перед собой цель: БЫТЬ ДЛЯ МОИХ ВОСПИТАННИКОВ ВТОРОЙ МАТЕРЬЮ, ЛЮБЯЩЕЙ И ЗАБОТИВШЕЙСЯ О ИХ ДУХОВНОМ РАЗВИТИИ И ГАРМОНИЧНОМ ВХОЖДЕНИИ В СОЦИУМ, ЖИЗНЬ. Как МАТЬ и ПЕДАГОГ передо мной встала педагогическая цель: помочь воспитанникам в саморазвитии и самоопределении жизненных ориентиров подростка, дать им необходимые и элементарные знания, которые им помогут утвердиться, не оступиться и жить в согласии с собственным «Я».

Наш подросток живет в большом образовательном, эмоциональном пространстве детского дома и это пространство взаимодействует с жизненным пространством воспитанника – подростковой средой. Межличностные отношения, школьный коллектив, коллектив двора и улицы, заставляют подростка меняться, подстраиваться, приспособливаться под ту или иную группу подростков. Душа ребенка травмируется, ломается и без поддержки мудрого и значимого взрослого, он находится в полном вакууме, некой невесомости. Любой человек имеет определенные недостатки и пороки. Помочь ребенку справиться со своими ошибками, детскими заблуждениями и непониманием многих «оттенков жизни» должен наставник, друг, педагог-воспитатель. Именно он лепит эмоциональную ауру ребенка, создает то жизненное пространство, где ребенок ощущает себя самозначимым и востребованным для себя и окружающих его людей.

Без любви и ласки никто не может быть счастливым в жизни и, сегодняшний ребенок. Воспитанник детского дома, особенно нуждается в этой материнской любви. Наверное, здесь уместна метафора «СТАЯ», ибо встреченные мною подростки были похожи на волчат, оставшихся без матери в лесу, которые, увидев добычу, с горящими глазами бросаются на нее и рвут на части, иногда кусая в драке своего собрата. Это закон стаи, инстинкт самосохранения. Сытый зверь спокойно пройдет мимо манящей его добычи. Наши дети совсем другие, особая категория.

Как избежать стадности, стаи? Где младшие смотрят на старших, а старшие не получили в полной мере того, к чему мы, воспитатели, стремимся. У них остался семейно-уличный негатив, который впитывают в себя младшие воспитанники. Но стая всегда обновляется. Один вожак приходит на смену другому, и все смотрят на другого вожака стаи. Вот нам, тоже необходимо создать, сотворить, взрастить, своих собственных,

ответственных вожаков – воспитанников, которые смогли бы повести за собой младших ребят под чутким и мудрым руководством педагога-наставника.. Ребенок обучается, наблюдая за нами, копирует нас во всем: в мимике, жестах, вербально и невербально, впитывает, как губка, наши эмоции и стиль поведения, наши жизненные ориентиры, мы для него в некоторой степени – ПРООБРАЗ.

В педагогическом процессе за основу взяты ПРИНЦИПЫ деятельности:

В главном- единстве

В споре - свобода

Во всем - любовь и терпение.

ПРИНЦИП ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОГО РАВЕНСТВА: У педагога и ребенка одна общая цель - здоровый образ жизни, интересная совместная деятельность (агитбригада, аудитория детского дома), одинаковые взгляды на общечеловеческие ценности, позиция равенства и доверия.

ПРИНЦИП ПРИРОДОСООБРАЗНОСТИ: Знание возрастной психологии, психопедагогических особенностей детей детского дома, обязательный учет половозрастных особенностей, наследственного фактора, физиологических и биологических особенностей детей

ПРИНЦИП ЦЕЛОСТНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА: Системность в работе, непрерывность и логическое встраивание программы в единую систему воспитания детского дома - духовно- нравственное развитие личности подростка.

ПРИНЦИП ИНДИВИДУАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ ОРИЕНТАЦИИ СОДЕРЖАНИЯ ВОСПИТАНИЯ: помощь педагога (коррекционная) по саморазвитию личности подростка и осуществление права самого ребенка на свое раскрытие способностей, используя кредо « НЕ НАВРЕДИ»

ПРИНЦИП КРЕАТИВНОСТИ: творческая личность, воспитывается только в творческой обстановке и при участии Педагога Творящего.

ПРИНЦИП ДЕМОКРАТИЗАЦИИ: Одинаковое соблюдение Законов и прав, как педагога, так и воспитателя. Воспитательная система не должна ущемлять права, как взрослого, так и ребенка.

Вся деятельности – ОТ СОТРУДНИЧЕСТВА – К СОТВОРЧЕСТВУ.

Создавая программу, мною были взяты на вооружение ЗАПОВЕДИ:

1. НЕ НАВРЕДИ.

2. РЕБЕНОК- ЛИЧНОСТЬ. Он должен почувствовать свою успешность и самозначимость. Воспитатель- посредник между РЕБЕНКОМ И ЖИЗНЬЮ. ТЕРПЕНИЕ + ТЕРПИМОСТЬ + БЕЗУСЛОВНОЕ ПРИНЯТИЕ ЛЮБОГО РЕБЕНКА + УВАЖЕНИЕ НЕЗНАНИЯ И НЕПОНИМАНИЯ РЕБЕНКА.
3. НЕЛЬЗЯ РЕШИТЬ ПРОБЛЕМУ, ЕСЛИ О НЕЙ НИЧЕГО НЕ ЗНАЕШЬ
4. ПРЕДУПРЕЖДЕН (знаниями) – ВООРУЖЕН.
5. НЕЛЬЗЯ ВЫСОКО ВЗЛЕТЕТЬ С ЗАПАЧКАННЫМИ ГРЯЗЬЮ КРЫВЛЯМИ.

Программа названа «ВУЛКАН ПОДРОСТКОВОЙ ЖИЗНИ». Что такое вулкан? Объяснять не надо. Мы знаем, что внутри кипит жизнь, размеренная и спокойная. Если начало образовательного процесса подростка пойдет в правильном и нужном педагогическом направлении, то вулкан будет стоять. Но, возможны издержки в образовательном и эмоциональном пространстве подростка и тогда произойдет выброс вулканической породы – эмоций и страстей, «уход в себя», уход в асоциальную среду, в детский суицид. Если не доработать одно из направлений, или перенасытить информационным материалом детей, то, возможно, вызвать у ребят пассивность и безразличие к проблеме. Грубое вмешательство во внутренний мир ребенка может отрицательно сказаться на психофизическом уровне подростка. Если неправильно будут определены педагогом цели и приоритеты в образовательной деятельности программы или неправильно реализуется поставленная педагогом цель, то возможно общее извержение вулкана - пробуждение спящего вулкана. Последствия для нас - катастрофичны.

МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Если рассматривать модель программы, то внутри вулкана клокочет проблема для подростка, пришедшего из асоциальной семьи: КТО Я ТАКОЙ?, ЧТО Я?, ЗАЧЕМ Я?, меня влечет асоциальная среда, где я свободен и меня принимают таким, какой я есть, я все пробую сам, сам себе хозяин. Актуальная в подростковой среде наркомания, токсикомания, алкоголизм, детская преступность, бродяжничество, безнадзорность и беспризорность, и насилие над подростками. Заминированной областью воспитания является половое просвещение, половая ориентация и сексуальная культура подростков, поэтому мною были взяты отдельные блоки в образовательном пространстве:

1. МИР ВО МНЕ (программа по саморазвитию личности).
2. МОЙ МИР ЧУВСТВ. МОЕ ВЗРОСЛЕНИЕ (программа по саморазвитию личности)
3. МИР ВОКРУГ МЕНЯ (Антинаркотическое просвещение, половое просвещение и половая ориентация подростков, сексуальная культура, состоящая из трех разделов: психологический, медицинский и социальный)

1 БЛОК « МИР ВО МНЕ»

Это целевая программа по саморазвитию личности подростка
« 9 САО + 9 У+ 3 Д + 3 С = В (воспитание самого себя, взросление, саморазвитие,, всестороннее развитие личности, адаптируемой в социуме.)

Таким образом, вырисовывается некоторая
МОДЕЛЬ СУБЪЕКТНОЙ ПОЗИЦИИ ЛИЧНОСТИ.

Ребенок входит в водоворот нашей единой целевой системы детского дома по духовно- нравственному развитию личности и в нем, одновременно, зреет стремление к своему развитию и взрослению и очень важно, кто будет рядом. Нужен значимый для него человек- ПЕДАГОГ – творчески мыслящий и творящий.

ЧТО означает « 9 САМО+ 9 У+ 3Д+ 3С= В»

«9 САМО»:

1. САМООСОЗНАНИЕ: я осмысливаю все до мелочей и ставлю перед собой цель
2. САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ: я все делаю сам.
3. САМОКОНТРОЛЬ И САМООБРАЗОВАНИЕ. Я успешен в учебе и со мной интересно.
4. САМОВОСПИТАНИЕ: я воспитан и востребован другими.
5. САМОВЫРАЖЕНИЕ: Я не такой, как все - я индивидуален.
6. САМОУВЕРЕННОСТЬ: Я добьюсь всего, я поставил свои цели.
7. САМОДИСЦИПЛИНА: я ответственен во всем.
8. САМОУТВЕРЖДЕНИЕ: Я есть и со мной считаются все.
9. САМОДОСТАТЪЧНОСТЬ: я личность и меня уважают.

Но саморазвитие личности невозможно без значимого человека, обладающего «9 У»

Используя свое слово, дело и диагностику, я взяла на вооружение некоторые педагогические приемы:

УВЕРЕННОСТЬ

УСПЕШНОСТЬ: берясь за любое дело, работай с душой и на позитив.

УДИВИТЕЛЬНОСТЬ: развивай в себе незаурядность, не будь пирожком без начинки.

УВАЖИТЕЛЬНОСТЬ: необходимо взаимное уважение, уважение мнения детей, доверие и доброжелательность.

УБЕДИТЕЛЬНОСТЬ: уметь зажечь сердца детей

УСВОЕНИЕ И УГЛУБЛЕНИЕ знаний, и стремление их реализовать через разнообразные неповторимые формы работы.

УРАВНОВЕШАНОСТЬ: анализировать и работать, не поддаваясь эмоциям и настроению. Только с улыбкой и горящими от восторга глазами.

УЛЫБЧИВОСТЬ. Улыбка- это одобрение, стимул, оценка и поддержка, создание для ребенка ситуации успешности.
УДОВОЛЬСТВИЕ ОТ ВОСПИТАНИЯ.

Педагог использует «3Д». Это :душу, доверие и дисциплину в результате «3С»: сотворчества, сопереживания и содружества (сотрудничества). Педагог живет и проживает вместе с ребенком этапы его самостоятельного совершенствования.

ИТОГОМ ЯВЛЯЕТСЯ «В»:
Это воспитание самого себя (Я - внутренний и Я- внешний)
Я - личность, умеющая общаться в социуме
Я - всесторонне развитая личность.

Ребенок раскрывает себя **ЦВЕТКОМ ПОТЕНЦИАЛОВ**
ЛИЧНОСТИ:

- 1 ЛЕПЕСТОК: Потенциал разума (интеллектуальный аспект здоровья).
- 2 ЛЕПЕСТОК: Потенциал Воли (Личностный аспект здоровья. Обращение к собственной личности)
- 3 ЛЕПЕСТОК: Потенциал Чувств. Эмоциональный аспект здоровья.
- 4 ЛЕПЕСТОК: Потенциал тела (Физический аспект здоровья).
- 5 ЛЕПЕСТОК: Общественный потенциал (Социальный аспект здоровья)
- 7 ЛЕПЕСТОК: Духовный потенциал (Гармоничные развития личности)

В процессе реализации программы по саморазвитию личности, мною взяты в процессе общения **ПРИНЦИПЫ:**

ПРИНЦИП ДИАЛОГИЗАЦИИ: это взаимодействие, основанное на взаимном доверии, уважении к друг другу.

ПРИНЦИП ПОСТОЯННОЙ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ: Это непрерывное получение информации от других членов, анализирующих результаты его действий, именно, благодаря обратной связи, человек может корректировать последующее свое поведение, заменяя неудачные способы общения на новые методы. Обратная связь дает развивающий эффект.

ПРИНЦИП САМОДИАГНОСТИ И РЕФЛЕКСИИ: помогающий самораскрытию личности, осознанию и формированию ими собственных личностно- значимых проблем.

ПРИНЦИП ОПТИМИЗАЦИИ РАЗВИТИЯ:

ПРИНЦИП ГАРМОНИЗАЦИИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕР. Эмоциональный накал помогает переживать происходящее, настроиться в процессе общения на откровение, доверие.

ПРИНЦИП ДОБРОВОЛЬНОСТИ: подросток должен иметь естественное внутреннее желание и заинтересованность в изменении своего «Я», характера.

**ПРИНЦИП ПОГРУЖЕНИЯ В ПРОБЛЕМУ
ПРИНЦИП ЗАКРЫТОСТИ ИНФОРМАЦИИ
ПРИНЦИП СВОБОДНОГО ПРОСТРАНСТВА**

Основная идея: не ломать, не подавлять и не заставлять, а помочь стать самим собой, приняв и полюбив себя.

2 БЛОК программы «Вулкан подростковой жизни»
«МИР МОИХ ЧУВСТВ». Этапы взросления.

Это цикл занятий по половому просвещению подростков. Цель, которой, познакомить ребят с физиологией своего пола, строения мужской половой системы, ее функциями. Научить ребят адаптации к физиологическим изменениям, происходящим в его развивающемся организме в период полового созревания.

3 БЛОК программы «МИР ВОКРУГ МЕНЯ» предоставляет психологическую помощь и эмоциональную поддержку подростку в образовательном пространстве, его расширение представлений о роли количества в жизни подростка, его межличностных отношений и пропаганда культуры здорового образа жизни, ориентированная профилактика среди подростков по антинаркотическому просвещению.

- расширение представлений детей о негативных проблемах в молодежной среде;
- подготовка ребят к принятию ответственного решения в любой сложной ситуации и формирование личностного отрицательного отношения к употреблению наркотиков, алкоголя, психотропных и химических средств.
- развитие у ребят стремления к принятию ответного самостоятельного, разумного решения в трудных ситуациях;
- развитие самоуважения к самому себе, собственного достоинства к себе и своему здоровью, к своей личной жизни.

В блоке «МИР ВОКРУГ МЕНЯ» я определила цель: показать роль и значение межличностных отношений в жизни людей. Раскрыть специфику позитивных взаимоотношений в подростковом возрасте и опасностей, которые могут подстеречь ребенка во взрослой жизни. Сформировать

положительные установки на взаимоотношения между сверстниками в своей подростковой среде, развить некоторые навыки и умения необходимые для успешного общения, преодоления конфликтности, навыки безопасного поведения правильной сексуальной культуры, сохранению своего репродуктивного здоровья, ответственного отношения к своей половой культуре и будущей семейной жизни.

Пропагандируя культуру ЗОЖ и осуществляя цели по антинаркотическому просвещению и образованию подростков, происходит выработка понимания того, что ребенок создает себя сам, умеет самостоятельно оценивать жизненные факты, положительную позитивную информацию. Аналитически использовать информационный материал на личностном преломлении своего сознания. Современные приемы образовательного процесса по пропаганде КУЛЬТУРА ЗОЖ выполняют несколько функций:

ОБУЧАЮЩАЯ - ребенок развивает свой интеллектуальный потенциал, осознает, отбирает, аналитически обрабатывает и выделяет для себя ценную информацию.

КОММУНИКАТИВНАЯ – при проведение профилактических воспитательных мероприятий ребенок учится входить в коллектив, работать в коллективе: приобретая коммуникационные навыки общения, самовыражаясь и самореализовываясь на уровне установления эмоциональных контактов.

ПСИХОТЕХНИЧЕСКАЯ – формирование навыков подготовки своего физического состояния для эффективной деятельности (на тренингах, психосеансах), перестройки психики для усвоения больших объемов информации психокоррекционного поведения.

Эффективность профилактического воспитания зависит от использования разнообразных необычных форм работ.

ФОРМЫ РАБОТЫ ПО АНТИНАРКОТИЧЕСКОМУ ПРОСВЕЩЕНИЮ

1. Цель программы состоит еще и в том, чтобы сделать его способным развиваться дальше без помощи педагога, адекватно адаптируясь в социуме.

Игра снимает повышенную утомляемость, легко передает Блок информации, является 1 ступенькой к выработке навыков и умений. Идет наращивание интеллектуального труда – ребенок добывает и перерабатывает информацию. Ребенок в игре способен на полное самовыражение.

КРЕДО В ИГРЕ:
Критикуешь – предложи свое.
Предлагаешь – делай, покажи как.
Осуждаешь – докажи свое.

Личность проявляется в поведении – в игре, а поведение можно корректировать.

2. 1) Полилоги противников «Яд на конце сигареты».
- 2) Конференция «Бородатая проблема».
- 3) Круглые столы «К пороки на ведут».
- 4) Сократовские беседы «Гримасы Морфея».
- 5) Познавательные-профилактические беседы «Пивная наркомания».
- 6) Телешоу, телемосты.
- 7) Заочная экскурсия, профилактическое путешествие в страну СПИД (сегодня проблемы изучают дети)
- 8) Этико-психологический практикум.
- 9) Театрализованные представления для маленького возраста
 - «Звонок от кощера Бессмертного»
 - «Путь в никуда»
 - «Лесные страсти или как Миша объелся гашиша»
- 10) Уроки:
 - Урок-суд «Суд над сигаретой», «Суд над наркотиками»
 - Обычный урок биологии «Как растут цветы зла».
 - Урок сказка
 - Урок генетики
 - Урок практикума по психологии
 - Урок гражданской ответственности и правовой экзамен
- Турниры: турнир рыцарей ЗОЖ.
- Баталии: баталии за нравственность
- Аукционы: аукцион странных вещей
аукцион знаний по правовым и половым вопросам.
- 11) Знахарские посиделки.
- 12) Дискуссии «Как избежать насилия».
- 13) Правовое лото.
- 14) Агитбригада.
- 15) Спортивные мероприятия.
- 16) Конкурсы: стихов, плакатов, стенных газет, рисунков на асфальте.
- 17) Крик души с плюсом – обсуждение писем бывших наркоманов.
- 18) Обсуждение видеofilьмов в группах.
- 19) Встречи с работниками правоохранительных органов, Краевого молодежного центра «Контакт»
- 20) Посещение выставок восковых фигур по антинаркотической тематике.
- 21) Встреча с медиками, врачами-наркологами, гинекологами.
- 22) Вечер вопросов и ответов.

3. РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:

Развивающие правовые игры способствуют формированию у подростков правильного адекватного отношения к Закону. Расширению и усвоению правовых знаний, формированию подростков отрицательного отношению к

преступной субкультуре, формированию установки на безопасное поведение в экстремальных ситуациях.

Развивающие игры по половому просвещению и сексуальной культуре.

Цели игры: воспитание и формирование подростков положительной установки на сохранения своего здоровья, подготовки созданию семьи и ответственному родительству, отцовству.

Развивающие игры по сексуальной культуре способствуют половому просвещению подростков и формированию основ сексуальной культуры, получению знаний по экстренной профилактике заболеваний ИППП, ВИЧ и СПИДа.

Развивающие игры по антинаркотическому просвещению и воспитанию способствуют расширению знаний о проблемах общества, формируют стойкое отрицательное отношение к негативным сторонам жизни, способствует развитию самосознания, самостоятельного отношения к принятию правильного решения в критических ситуациях.

Все игры представлены в программе.

МЕХАНИЗМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Социально-образовательная программа рассчитана на 3 года обучения с повторением ряда тем на протяжении трех лет. Это не означает просто дублирование, а предлагает повторение, углубление и расширение тем, обогащение знаниями и опытом подростков в соответствии с возрастом, интересами и их психофизическим развитием.

Вся воспитательная профилактическая работа проводится в 3 возрастных направлениях:

1. Мл. гр.: дети до 10 лет.
2. Ср. гр.: 10 – 13 лет.
3. Ст. гр.: 14 – 16 лет.

С учетом возрастных особенностей детей, основные темы программы разделены по циклам или направлениям:

- наркомания или токсикомания
- никотиномания и половое просвещение
- бытовая наркомания – алкоголизм.

Для успешной реализации программы необходимо выполнение следующих условий:

1. Создание благоприятной доброжелательной атмосферы взаимопонимания между взрослыми, преподающим курс и подростками.
2. Тесное взаимодействие воспитателя с каждым воспитанником через 3 пути: сотрудничество, сотворчество, соуправление.
3. Превращение пространства разнообразных видов деятельности в образовательное пространство.

4. Творческий характер деятельности, ее продуктивность на самореализацию обучающегося.
5. Создание условий в режиме диалога для самопознания, самодеятельности, самоорганизации, самоуправления.
6. Материальное оснащение помещения для занятий, методическая и специальная литература, методические материалы по практике освоения подобных программ (наглядные пособия, карточки с групповыми и индивидуальными занятиями).
7. Наличие аудио – видео аппаратуры для занятий, подборы музыкальных слайдов, активное использование компьютерной техники.

Программа состоит из 15 – 18 тем на каждый год обучения, в течение месяца проводится по 2 – 3 мероприятия, исходя из возрастных детей, а так же степень усвоения материала.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ НА КАЖДЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Месяц	Темы	Группа
Сентябрь	1. Познавательный час «Белая смерть» (общие представления о наркотиках, видах зависимости и влияния на организм и жизнь человека в целом).	Средняя
	2. Профилактическая беседа «Проблемы на ладошке».	Старшая
	3. Урок-сказка. Обсуждение сказки на аудиокассете «О страшном снадобье».	Младшей
Октябрь	1. Познавательная беседа «Гримасы Морфея» о наркотиках.	Средняя Старшая
	2. Театрализованное представление «Звонок от Кощея Бессмертного».	Младшая
Ноябрь	1. Наркотики и УК РСФСР Сказка о двух разных Колобках.	Все
	2. Театрализованное кукольное представление «Лесные страсти» (о курении наркотиков и сигарет).	Младшая

Декабрь	1. Необычный урок биологии «Как растут цветы зла?» 2. Конкурс рисунков и защита плакатов «Мой выбор».	Средняя Старшая Все
Январь	1. Круглый стол «Бородатая проблема или никотиномания – это социальное зло или дань моде?». 2. Познавательная беседа «Яд на конце сигареты»	Старшая Средняя Младшая
Февраль	1. Познавательная беседа «А у нас во дворе есть проблема одна» о токсикомании в подростковой среде.	Все
Март	1. Познавательная беседа «Лестница, ведущая вниз...». Общее представление об истоках алкоголизма, история его возникновения и влияния на организм и жизнь человека в целом».	Все
Апрель	1. Воспитательная беседа «Преступить грань» (дети, алкоголь и УК РСФМР). 2. Профилактическая беседа «Оборотная сторона удовольствий» (о профилактике ВИЧ и СПИДа, венерических заболеваний)	Все Старшая
Май	1. Заочное профилактическое путешествие СПИД – сегодня проблему изучают дети «Ищу дорогу к светлой жизни» (об истории возникновения ВИЧ и СПИДа и путях профилактики заболеваний ИППП). 2. Урок – практикум «Спасаю друга»	Все Все

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Месяц	Темы	Группа
Сентябрь	1. Профилактическая беседа «Пять дорог в никуда» (о всех видах зависимости и влиянии на человеческий организм). 2. Посещение анатомического музея ДВ Медицинского университета.	Все Все

Октябрь	<p>1. Дискуссия «Лавина опасностей» или сможет ли подросток устоять против вредных привычек?</p> <p>2. Познавательная беседа «Мудрость жизни».</p>	<p>Все</p> <p>Средняя Старшая</p>
Ноябрь	<p>1. Урок-суд. Суд над наркоманией.</p> <p>2. Конкурс рисунков и защиты плакатов.</p> <p>3. Обсуждение видеофильмов об употреблении наркотиков. «Город без наркотиков» «Кома»</p>	<p>Все</p> <p>Все</p> <p>Средняя Старшая</p>
Декабрь	<p>1. Познавательная беседа с элементами развивающих игр по антеникотиновой тематике «Жил на острове Мальборо его величество – Табак» (об истории появления первого табака, табачной индустрии и никотиновой зависимости людей, ее влияния на здоровье человека, никотиновой подиум – антеникотиновая пропаганда).</p> <p>2. Вечер вопросов и ответов (по итогам почты Доверия «Письмо от чистого сердца»).</p>	<p>Все</p> <p>Все</p>
Январь	<p>1. Театральное представление «Как медведь трубку курил».</p> <p>2. Дискуссионная беседа «Наркотики и СПИД, совместимы ли эти понятия?». Половое просвещение и половая ориентация подростков. Основы безопасного сексуального поведения.</p>	<p>Младшая</p> <p>Средняя Старшая</p>
Февраль	<p>1. Познавательная беседа «Откровения Вакха» (Алкоголизм и потомство).</p> <p>2. Беседа сотрудников правоохранительных органов «Подросток и алкоголь».</p>	<p>Средняя Старшая</p> <p>Старшая</p>
Март	<p>1. Театральное представление «Как Миша объелся гашиша».</p> <p>2. Тематическая беседа «В гостях у Фемиды» по знанию УК РСФСР подростками. Правовое и антинаркотическое лото.</p>	<p>Средняя Младшая</p> <p>Все</p>

Апрель	1. Воспитательный час «Зло за открытой дверью» (как избежать насилия).	Все
	2. Конкурс юных дарований «Порокам скажем дружно нет, за имидж свой держи ответ».	Все
Май	1. Познавательная профилактическая игра «Жизнь без страха».	Все
	2. Выезд в краевой молодежный медико-педагогический центр «Контакт».	Все

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Месяц	Темы	Группа
Сентябрь	1. Круглый стол «Букет подростковых проблем» Тема № 1 «Поколение и жестокость»	Все
	2. Конкурс рисунков на асфальте «Жизнь без иглы», «Как прекрасен этот мир».	Все
Октябрь	1. Деликатная тема «Половая ориентация подростков и здоровый стиль жизни»	Средняя Старшая
	2. Совместное мероприятие с работниками библиотеки «Уроки мудрости» (духовная литература о грехах человеческих и путях их исправления).	Все
Ноябрь	1. Театрализованное представление «Подвальные страсти».	Все
	2. Дискуссионная беседа «Комплексы свои и чужие».	Все
Декабрь	1. Воспитательный час «Слабость – не в радость». Как уберечься от первых контактов с наркотиком?	Средняя Старшая
	2. Профилактическая беседа «Вирус жестокости и вакцина любви» (о детском насилии и жестокости).	Все
Январь	1. Воспитательный час «Здоровый стиль жизни – твой выбор».	Все
	2. Интеллектуально-профилактические игры по антинаркотической тематике.	Все

Февраль	1. «Крик души с плюсом». Обсуждение писем ребят по волнующим их вопросам.	Все
	2. Спортивные состязания под знаком пропаганды против наркотиков «Здоровье и силу иметь, это лучше, чем наркотическая смерть».	Все
Март	1. Познавательная беседа «Детский подростковый суицид». Как предотвратить попытку суицида, причины, приводящие подростка к роковой черте.	Все
	2. Встреча с работниками правоохранительных органов.	
Апрель	1. Профилактическая беседа «За миг удовольствия – жизнь». О нравственной, правовой и уголовной ответственности подростков.	Старшая
	2. Правовой экзамен о знании УК РСФСР подростками.	Старшая
Май	1. Урок-практикум «Сделай доброе дело – подари людям радость». Посадка цветов вокруг детского дома «Цветы радости вместо цветов зла».	Все
	2. Конкурс стенных газет «Я сделал выбор – светлый путь».	Все

В течение года работает почта доверия «ПОМОГИ МОЕЙ ДУШЕ РАЗОБРАТЬСЯ».

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

Усвоение программы «Вулкан подростковой жизни» в условиях детского дома оценивается по следующим позициям:

1. Теоретические знания детей о проблемах наркотизациях и выработка стиля здоровья берегающего поведения, сформированность правильного поведения о здоровье и ЗОЖ, научение выстраивать собственную программу здорового образа жизни.
2. Сформированность практических навыков, умений самоанализа, самоконтроля, планирования и прогнозирования, постановка положительных целей добра и созидательного поведения в социуме.
 - Сформировать нетерпимого отрицательного отношения к негативным сторонам жизни: наркомания, токсикомания.
3. Умение реально оценивать действительность и характер жизненных проблем, адекватное поведение в нестандартной обстановке.

4. Развитие коммуникативных навыков безконфликтного общения, умение эффективно использовать позитивные методы решения конфликтных ситуаций.

5. Сформированность навыков сопротивления, самозащиты и предупреждения опасных ситуаций.

Формы выявления результативной реализации программы:

- информометрия
- социометрия
- тестирования
- психотренинги, психогимнастика
- психологическая драма
- методики: незаконченная фраза, правда неправда, методика диагностического характера, метод фантастического выбора, методика «Что во мне выросло?».
- развивающие игры.

Таким образом осуществив этапы образовательные пути на 1 году обучения можно получить зачатки становления и формирования личности.

На 2-м году это осознанная, в некоторой степени самообразовательная и самовоспитательная личность, способная к самоопределению и самовыражению, умеющая ориентироваться по целям добра, а не зла, по целям созидания, а не разрушения.

И результатом своей деятельности я вижу человека, наученного и приспособленного к жизни в 21 век, у которого определена своя дорога, осознанная им самим, по которой он найдет сам - самостоятельно.

Реализация программы по антинаркотическому просвещению за период с 2002 – 2004 учебный год

1.

	2002 - 2003		2003 - 2004	
	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики
1.Всего воспитанников детского дома - старшекласники				
- среднего школьного возраста				
2. Состоят на учете				
3. На внутреннем контроле				
4. Бегуны				
5. Наркоманы				
6.Токсикоманы				
7 Употребляют алкоголь				
8. Правонарушители				
9.Курящих				

10. Некурящих				
11. Аборты				
12. ВИЧ инфицированные, венерические заболевания				

2. Проведенные воспитательно-профилактические мероприятия.

Мероприятия	2002 – 2003	2003 - 2004
1. Познавательные-профилактические беседы	2	1
2 Тематические беседы по группам, в средней школе № 76	4	4
3. Полилоги противников. Полилоги в группах. «К чему пороки нас ведут» «Легко ли жить в гармонии друг с другом»	2 2	 6
4. Театрализованное представления.	2	1
5. Заседание суда «Суд над сигаретой» «Суд над наркоманией»	1	1
6. Цикл занятий по правовой культуре. Посещение краевого молодежного центра «Контакт»	1 3	1 -
7. Цикл занятий по половому просвещению и безопасному поведению подростков (по группам, общее мероприятие).	2	4
8. Психологические тренинги.	6	3
9. Посещение музея Восковых фигур «Мир без наркотиков».	2	1
10. Профилактические беседы с сотрудниками правоохранительных органов.	1	4
11. Конкурсы плакатов, рисунков по антинаркотической тематике	2	1
12. Конкурсы стихов, песен.	1	1

3. Анализ деятельности

1) Возросла активность воспитанников:

- участие в художественной самодеятельности, театрализованных студиях: «Сказка», кукольный театр – 10 человек; участие в грантовой программе «Открой себя миру» - 18 человек.
- посещение эстетического центра – 10 человек.
- посещение компьютерного центра – 10 человек.
- посещение подросткового клуба «Подснежник» - 6 человек.
- спортивных секций в школе, в детском доме и вне детского дома (футбол, теннис и мини-футбол) – 15 человек.

- участие подростков в военно-спортивном клубе «Сатурн» по рукопашному бою – 6 человек.
- участие воспитанников в подростковом экстрим клубе «Грань» (походы, соревнования по экстримальным видам спорта) – 18 человек.
- привлечение воспитанников детского дома к воинской службе – сыны полка – 2 человека.
- сотрудничество с воинской частью по военно-патриотическому воспитанию подростков (организация военно-спортивного лагеря, курсы молодого борца) – 16 человек.
- участие в агитбригадах по проведению мероприятий по антинаркотическому просвещению – 8 человек.
- Туристические походы – 20 человек.

2) Сотрудничество с педагогами средней школы № 76 по совместной деятельности, по пропаганде здорового образа жизни в 9-х классах: одновременно совместно педагогами намечена новая программа по антинаркотической на новый учебный 2004 – 2005 год в средних классах средней школы № 76.

3) Активное участие самих воспитанников детского дома, а также участников агитбригады в проведении мероприятия по пропаганде здорового образа жизни.

С.А. Быстрыкова
МОУ СОШ № 80

Концепция по профилактической работе распространения и употребления наркотических средств среди учащихся

« Болезнь легче предупредить, чем лечить» - это золотое правило медицины приобретает особое значение, когда речь заходит о молодежной наркомании. Итак, да здравствует профилактика.

А какой она должна быть? Педагогическая профилактика стала приоритетным и наиболее перспективным направлением.

Педагогическая профилактика предполагает решение двух групп задач:

1. Реализация общих задач направлена на формирование у детей ценностного, ответственного отношения к своему здоровью, готовности соблюдать законы здорового образа жизни; усвоение социально ценных поведенческих норм, коммуникативных навыков, обеспечивающих ребёнку эффективную адаптацию; развитие умения регулировать свое поведение, прогнозировать последствия своих действий.
2. Реализация специфических задач связана с формированием у детей представления о негативном воздействии ПАВ на физическое здоровье

человека и его социальное благополучие, готовности отказаться от любых форм использования ПАВ; с развитием отрицательных оценок в отношении различных аспектов наркоманий; освоением приемов поведения, позволяющих избежать наркозависимости.

Исследователями установлено, что формирование у человека позитивного отношения к окружающему миру, желания вести здоровый образ жизни более эффективно, чем запугивание последствиями злоупотребления ПАВ. У каждого человека есть потребность поделиться своими бедами, печалью или радостями, ощутить поддержку «значимого другого», такая возможность имеется у всех. Именно поэтому важно научить людей социально-поддерживающему поведению, мотивировать их на оказание помощи друзьям, родным и близким, активизировать их ресурсы для поиска поддержки в случае необходимости. Люди, у которых сформирована сеть социальной поддержки (семья, друзья, близкие), легче справляются с проблемами, могут более эффективно преодолевать стрессы без употребления наркотиков. Информирование людей о действиях и последствиях злоупотребления ПАВ, о формах избегания ситуаций соприкосновения с наркотиками и отказа от их применения, о вариантах поиска помощи в случае возникновения проблем, связанных с ними, в сочетании с развитием ресурсов, стратегий и навыков адаптивного поведения помогает формированию здорового образа жизни.

Решение этих вопросов требуют разных форм организации профилактики среди подростков. Самая популярная среди взрослых и самая нелюбимая среди учащихся это лекции. При организации профилактики анкетирование учащихся выполняет целый ряд важных функций. Во-первых, при помощи можно определить актуальность профилактики как таковой для конкретной группы детей. Во-вторых полученные данные позволяют выявить преимущественные направления профилактики – на что прежде всего обратить внимание: на борьбу с курением, использованием токсикоманических веществ, наркотиков и т. д. В-третьих результаты анкетирования могут служить показателем эффективности работы педагогов.

Ролевые игры могут использоваться для работы как со старшими, так и младшими подростками и позволяют осваивать и отрабатывать общие коммуникативные навыки.

В связи с поведением профилактической работы следует включать следующие группы структурных компонентов:

- действия, направленные на школьную среду в целом;
- действия, направленные на детей «группы риска»
- действия, направленные на помощь детям, замеченным в употреблении наркотиков

В любом общеобразовательном учреждении нашего города ведется профилактическая работа, но далеко не просто воплотить в жизнь все то, о чем говорилось выше. Однако опускать руки не стоит. Попробуем вместе, объединив усилия, найти пути решения проблемы.

В классе стоит тишина, десятиклассники трудятся над заданием. Они рисуют «Зло». На классном часу обсуждается проблема, связанная с наркоманией, с наркобизнесом. Ребята активно включались в разговор. Раскрасневшиеся, они доказывали друг другу, какое это большое зло – наркотики, сколько горя может принести наркоман себе и своим близким. Тема классного часа не оставила никого равнодушным.

Мероприятия по профилактике наркомании проводят в обязательном порядке, начиная с 5-го класса. Форма работы со школьниками по данному направлению самая разнообразная. Социальный педагог, психолог, заместитель директора по воспитательной работе, классный руководитель должны быть готовы к рассмотрению любого факта, любой ситуации, которую предлагают сами учащиеся на обсуждение. Наркотическая или антинаркотическая информация всегда сопровождается спорами. Социальный педагог, психолог создает ситуацию активного вовлечения участников в разговор. Дети и подростки – народ любознательный в силу своих возрастных особенностей, они выясняют, уточняют, казалось бы, для нас, взрослых, все, даже самые незначительные детали вопроса. И вот здесь специалист в лице социального педагога, психолога должен быть способен к педагогически верному разъяснению любого вопроса, руководствуясь всегда принципом «не навреди».

Работа заместителя директора по воспитательной работе по профилактике вредных привычек и наркомании ведется в школе круглый год (см. приложение № 1). Антинаркотическую информацию учащимся дают на уроках биологии, истории, ИЗО, на классных часах. Но эту же информацию ученик может получить в индивидуальной беседе с социальным педагогом, психологом, классным руководителем. Для доверительной беседы ребёнок сам выбирает того специалиста, которому он верит, которого уважает и знает, что именно этот взрослый ему поможет, даст нужный совет, выслушает. Не отмахнётся от проблем, которые тяготят душу ребёнка.

В нашей школе, как правило, таким человеком оказывается психолог. Да и как ему не быть самым близким? Ведь это именно тот человек, который всегда найдет время выслушать ребёнка, помочь ему в трудных жизненных и школьных перипетиях, предотвратить конфликт с одноклассниками, родителями, с учителями, оказать помощь в трудоустройстве или выборе учебного заведения для продолжения обучения после школы. В общем, это тот человек, который часто бывает рядом в трудную минуту. А главное, это не учитель, психолог не ставит двоек за невыученный урок, не ругает и не поучает, он спокойно выясняет, в чём причина неудовлетворительных отметок, в чём причина конфликта. И помогает решить, казалось бы, совсем неразрешимых проблем. Занимая позицию посредника между учеником и родителем, учеником и педагогами, учеником и учеником, психолог оказывает действенную помощь, выступая другом ребёнка.

Работая со школьниками, педагоги предлагают на классных часах проанализировать ребятам проблемные ситуации, акцентируя в них

неуклонную последовательность событий, ведущих от первой пробы наркотического вещества к беспомощности и абсолютному наркотическому рабству. Классным руководителям, социальному педагогу, психологу необходимо научить школьников говорить «НЕТ!», когда на него оказывают давление, предлагая попробовать наркотик или ПАВ. Школьник должен уметь реализовать и отстаивать свои антинаркотические взгляды. Для того чтобы выбрать наиболее оптимальные формы работы, психолог проводит исследования по классным параллелям. Ребятам анонимно предлагают ответить на ряд вопросов. В 9д и 8е на вопрос «Знаешь ли ты, что такое наркотики?» 100% респондентов ответили положительно. Пятая часть опрошенных детей в возрасте 9-11 лет не знают ничего о наркотиках. Это те дети, в семье которых о наркотиках и наркоманах не говорят. Можно предположить, что родители этих детей всячески оберегают от реалий жизни, а это значит, что замалчивание данного вопроса и родительская гиперопека могут оказать нехорошую службу. «Тепличные» дети не адаптированные к социуму, могут попасть в группу риска.

В 6-7 классах о наркотиках знают 99% школьников. 20% пятиклассников, перешедших в 6-й класс, вероятно, ликбез по вопросам наркомании получили от своих более осведомлённых по данной теме сверстников и частично от учителей школы.

Следующий вопрос, на который отвечали ребята: «Пробовал ли ты наркотики?». 5-8-е классы сказали «нет». 5% девятиклассников и 2% выпускников одиннадцатых классов на вопрос ответили утвердительно. Те же школьники сказали, что они хотели бы повторить это «удовольствие». Были ответы такие, что они никогда не пробовали наркотиков, хотели бы узнать их вкус и действие на себе. Что это – социальная распушенность? Почему такая тяга к тому, что неотъемлемо ведёт к деградации и смерти? Ответ прост. Любопытство и интерес к новому свойственны детям. А кроме интереса ещё и потребность самоутвердиться, выделиться, показать, какой крутой в среде сверстников, одноклассников.

Учащиеся говорили, что сами наркотиков не пробовали, а среди их друзей есть наркоманы. Но наркоман – не алкоголик. Он один не будет принимать колёса или колоться, ему необходима компания. А это значит, что а тому времени, когда я пишу эту, число наркоманов растёт.

По результату опроса старшеклассников было выявлено, что в школе можно легко достать наркотики, но ребята оговаривают, что ни их друзья, ни сами такими «услугами» не пользовались.

Альтернативой наркотикам, по словам учащихся, может служить следующее. Во-первых, степень занятости ребят во внеурочное время должна быть высокой (см. приложение № 2). При этом в деле борьбы с наркотиками не обойтись без правоохранительных органов (см. приложение №3).

При этом ребята понимают, что в деле борьбы с наркотиками не обойтись без пропаганды за здоровый образ жизни, для этого в школе проводятся акции с участием врачей, аптек, инспекторов ОППН, юристов, телевидения.

Целью проводимых мероприятий в школе должно быть формирование у детей и подростков внутреннего антинаркотического защитного барьера. Большой популярностью у нас стали агитбригады на тему «Жизнь без страха», сценарии создаются силами учащихся (см. приложение № 4), родительские собрания с приглашением специалистов наркологов, «Дни здоровья» (см. приложение). Все мероприятия, проводимые в школе по данному направлению, предусматривает высокий профессионализм, а также компетентность педагогов школы в вопросах профилактики наркотизма среди учащихся. Успешность работы зависит от интеграции таких специалистов, как врачей, представителей правоохранительных органов, педагогов. Но, к сожалению, объединение этих специалистов не всегда идёт успешно. Поэтому вопрос качественной работы по профилактике наркотизма в школе остается открытым.

Анализ ответов учащихся позволяет сделать следующие выводы: подрастающее поколение должно с помощью семьи и школы выработать устойчивую позицию к наркотическому давлению. Профилактика наркотизма среди учащихся школ должна быть неотъемлемой частью всей системы социально-воспитательного процесса общеобразовательного учреждения.

Важнейшим аспектом социально-воспитательных мероприятий в антинаркотической работе является: формирование у отрицательного отношения к наркотическим и психоактивным веществам, научение ребят умению противостоять жизненным трудностям и стрессо-конфликтным ситуациям.

Как родительские установки, убеждения и представления влияют на развитие детей и подростков, а также наметить пути помощи родителям в изменении родительской позиции помогут понять специальная литература. Для детей большую просветительную работу дают разные буклеты на антинаркотическую информацию. Постоянные школьные конкурсы рисунков, плакатов, публикаций говорит о том, что дети равнодушны к жизни и стараются пропагандировать здоровый образ жизни. На уроках права учителя знакомят учащихся чем грозит наркоманам закон.

Сценарий выступления агитбригады По типу сказки

Действующие лица: ведущий, муха, пчела, тараканы, комар

Ведущий

- муха, муха цокотуха, позолоченное брюхо. Муха по полю пошла, муха маковку нашла
- Тараканы прибежали, лапки быстро оголяли
- Прибежали блошки, приносили ей сережки, а сережки не простые из квартиры выносные

– Приходила бабонька пчела столько клею принесла

Муха: Ай да веселуха, только смачно нюхать

Ведущий

- Вдруг какой то старичек паучек, нашу муху в уголок поволок, хочет муху посадить, посадить, ей статью предъявить.

Муха: Ой вы гости помогите и злодея укротите

Ведущий

- но никто даже с места не сдвинется, погибает в муках кормилица
- вдруг откуда невозмись юркий комаришка, он гроза автобусов, карманный он воришка, муху за руку берет и кольцо в нее кладет

Комар: Я злодея погубил... погубил. Я злодея укротил... укротил, а теперь краса девица, нам пора с тобою слиться

Ведущий

- вдруг букашки из под ванны, тараканы из под дивана, запищали, закричали, молодых и обвенчали
- день прошел за ним и месяц, только вот комарик наш не весел, у него иммунитет весь сошел почти на нет
- муха тоже захирела, изрядно похудела, к Айболиту обратилась и в больнице очутилась
- это только полпути наша сказка впереди
- тараканы поскакали по дорожкам, побежали то искать не секрет, что в продажи нет
- помогала им пчела, за углом с сумой ждала, в ней палёнки на три брата

Пчела: Подешевли вам ребята

Ведущий

- жизнь как рай хошь ползи, а хошь летай
- нет давно уж комара, с ним и муха померла, без семьи и без печали, нет ни счастья, нет и бед, днём и ночью один свет
- наша бабонька пчела за границей побыла, то ли с мафией связалась, то ли очень постаралась, казино себе купила, молодежь тут приобщила, стала в городе она заправлять сама дела
- совесть ли грехи достали, только пчелку тут... поймали...
- и остатки своих лет проведет тет-а-тет в зоне строгого режима, три статьи заполучила
- тараканы умирали от палёнки
- но! Увы! не исчезали те соблазны
- без морали скажем:

наша сказка всем ясна

можно жить среди дерьма

можно бабочкой пархать

солнце видишь и весну, быть влюбленным в красоту

день и ночь различать

можно жить да себя уважать

Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в «специальной /коррекционной/ школе-интернат №5 для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с отклонениями в развитии восьмого вида».

Данная концепция разработана на основе «Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде», утверждённой приказом Минобразования России от 28.02.2000 № 619 и одобрена решением Правительственной комиссии по противодействию злоупотреблению наркотическими средствами и их незаконному обороту от 22.05.2000.

Социальный паспорт целевой группы.

По состоянию на 01. 10. 2004года в школе обучается 64 ребёнка, из них:

-Детей-сирот	9
-Детей, родители которых лишены родительских прав	40
-Детей, родители которых признаны безвестно отсутствующими	6
-Детей, родители которых осуждены	2
-Детей, родители которых находятся в розыске	1
-Детей, родители которых признаны недееспособными	2
-Детей, местонахождение родителей которых неизвестно	2
-Детей, помещённых в учреждение на основании акта подкидывания	1

Наркомания является одной из важных проблем нашего общества, вызвавшей острую необходимость решительных и активных действий в организации профилактики злоупотребления психоактивными веществами в специальной коррекционной школе.

В реальной практике злоупотребления ПАВ, в специальной коррекционной школе-интернат VIII вида, на современном этапе, выявляется ряд **противоречий, главными из которых являются:**

- Необходимость проведения профилактической работы с детьми с интеллектуальной недостаточностью и отсутствие специальной подготовки педагогов реализовать этот процесс на практике, отсутствие адаптированных программ, ориентированных на предупреждение ПАВ, учитывающие психологические особенности детей с интеллектуальной недостаточностью.

-Между необходимостью объединения усилий психолого-педагогического и медицинского персонала в условиях специальной коррекционной школы для формирования ценностей здорового образа жизни и отсутствие внутренней активности ребёнка.

Необходимость решения этих противоречий определяет **цель нашей программы:**

Создание комплекса преемственных психолого-медико-педагогических условий, для организации профилактики злоупотребления ПАВ в специальной коррекционной школе-интернат № 5 восьмого вида и сохранение здоровья.

Поставленная цель нашей программы потребовала решения следующих **задач:**

- Вовлечение в профилактическую антинаркотическую деятельность всех специалистов школы.
- Улучшение качества воспитания и формирование у детей антинаркотических установок.
- Улучшение качества образования за счёт повышения уровня здоровья и изменения ценностной ориентации учащихся.
- Повышение качества здоровья детей.
- Оказание детям консультативной. Психокоррекционной и реабилитационной помощи.
- Создание в школе атмосферы негативного отношения к ПАВ и лицам их употребляющим.
- Создание системы раннего выявления и контроля лиц. Приобщённых к ПАВ.

Содержание программы.

Программа содержит два основных направления деятельности:

1. Организационно-методическая антинаркотическая профилактическая работа.

1.1. Организация внутришкольного наркопоста, при школьном медкабинете. Включая следующие формы: учёт обучающихся с «риском» наркотизации и проблемами наркозависимости; методическое обеспечение просветительской антинаркотической работы, консультирование воспитателей по проблемам взаимоотношений с наркотизирующим ребёнком..

1.2. Организация внутришкольных, обучающих семинаров, проведение обучающих программ-тренингов для специалистов школы по методам и средствам, предупреждения злоупотребления ПАВ в детско-подростковой среде./ Программа семинара тренинга предложена управлением социально педагогической поддержки и реабилитации г. Москвы -2002г./

Цели программы:

- Подготовить специалистов из числа школьных педагогов для профилактической работы в школе.
- Через учителей и воспитателей осуществить позитивную профилактику вредных привычек среди учащихся школы.
- Уменьшить число лиц, зависимых от психоактивных веществ и проявляющих другие формы поведения риска.

Задачи программы:

-Ознакомление учителей с основными психологическими и физиологическими особенностями детского и подросткового возраста.

-Обучение педагогов навыкам эффективного социально - поддерживающего повеления.

-Обучение педагогов конкретным методам и техникам профилактики употребления психоактивных веществ.

1.3 Организация взаимодействия между школой-интернатом, комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав, органами внутренних дел. Службами социальной защиты населения.

2. Воспитательная работа с детьми.

2.1 Проведение групповых внеклассных занятий, ориентированных на формирование ценностей здорового образа жизни.

Задачи:

1. Ознакомление с правами и основными свободами человека. Развитие навыков правого поведения.
2. Коррекция и психопрофилактика личностной сферы ребёнка.
3. Развитие навыков организации свободного времени, развитие творческого подхода к сбору информации.
4. Формирование привычек здорового образа жизни через соблюдение законов природы; развитие способности справляться со стрессами и болезнями.
5. Формирование привычки к постоянному труду, через применение в учебных и бытовых ситуациях навыков самообслуживания; соблюдение правил безопасности жизни и культуры поведения

Содержание:

Занятия проводятся по трём блокам

I Блок - Правовое (юридическое) сопровождение детей.

-Знание доступных основ законодательства.

-Понимание равенства перед законом.

-Осознание необходимости подчинения требованиям образовательным и властным структурам.

-Умение делиться с другим, сочувствовать.

-Умение выбирать для свободного времени нужные полезные дела.

-Умение постоять за себя в рамках действующих правил и законов.

II Блок - Психологическое сопровождение.

-Находить друга среди детей своего и противоположного пола.

-Знание и применение приёмов снятия страхов, умение управлять своими эмоциями.

-Различать признаки недружелюбной группы и умение из неё выйти.

-Умение показывать свои чувства и видеть, как другие реагируют на них.

-Формирование качеств, необходимых для совместной жизни с другими.

-Умение осознавать свои цели и планировать будущее.

III Блок – Здоровоохранительное сопровождение

- Умение следить за своим состоянием и развитием.
- Открытие для себя телесных изменений, проявление сексуальности.
- Применение принципов естественного оздоровления.
- Соблюдение правил личной гигиены мальчиков и девочек.
- Умение взаимосвязь всех систем организма.
- Навыки эффективного противостояния стрессам.
- Знать алгоритмы поведения в экстремальных ситуациях.
- Вести здоровый образ жизни.

Тематический план занятий и формы работы смотреть в приложении.

2.2 Проведение коррекционных уроков по профилактики вредных привычек.

Задачи:

1. Сформировать представления о влиянии ПАВ на внешность и работу внутренних органов человека, об опасности, которая может исходить от человека употребляющего алкоголь и наркотики.
2. Сформировать неприязнь к образу жизни человека, злоупотребляющего ПАВ.
3. Сформировать стремление быть ответственным за своё здоровье.

Конспекты занятий прилагаются в приложении.

2.3 Проведение индивидуальных собеседований и оказание помощи детям и взрослым, желающим бросить курить.

2.4 Проведение групповых тренингов активной психологической защиты

Задачи:

1. Помочь участникам выработать верные представления относительно работы в команде, найти своё место в ней.
2. Дать возможность участникам «отыграть» разнообразные приёмы психологической защиты.
3. Создать в командах атмосферу принятия, доверия и равноправного участия каждого её члена в совместной деятельности.

2.5. Проведение общешкольных антинаркотических мероприятий: линейки, акции, ролевые игры, спектакли, тематические недели, конкурсы, викторины, просмотр видеofilьмов.

2.6. Формирование волонтерских групп из подростков с лидерскими установками для оказания поддержки сверстникам с проблемами зависимости от ПАВ.

Показателями эффективности этой программы будет:

- 1) Снижение процессов злоупотребления ПАВ среди взрослых и детей.

- 2) Построение активной социальной школьной среды, обеспечивающей формирование позитивных установок и ценностей здорового образа жизни.

Анализ деятельности по программе профилактики злоупотребления психоактивными веществами в специальной (коррекционной) школе-интернат №5 для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с отклонениями в развитии VIII вида за 2003/2004 учебный год.

Для оценки эффективности проведения разработанной в школе программы профилактики злоупотребления ПАВ мы в начале года запустили анонимную анкету, которая позволяла определить статус злоупотребления ПАВ среди взрослых и детей, позицию в отношении употребления ПАВ, уровень сформированности позитивных установок и ценностей здорового образа жизни. В анкетировании принимали участие 64 ребёнка и 35 взрослых. Дополнительные сведения мы получили из бесед с учителями, воспитателями и психологом. В результате получились следующие данные:

Варианты ответа	дети	взрослые
1. некурящий	54,7%	85,7%
2. курю, хочу бросить	4,7%	5,7%
3. курю и не хочу бросить	40,6%	8,5%
4. курю в здании школы	0%	0%
5 курю вблизи школы, на её территории	45,3%	8,5%
6. недоволен, когда в моём присутствии курят.	31,5%	71%
7. всем не курить в школе и на её территории.	37,5%	91%
8. всем не курить в здании школы.	100%	100%
9. создать отдельные комнаты для курения.	53%	66%
10. пробовал наркотики	3,1%	0%
11. иногда употребляю алкоголь	26,5%	100%

12.никогда не употреблял алкоголь	46,8%	0%
-----------------------------------	-------	----

Исследование показало средний уровень сформированности представлений относительно медицинских и социальных последствий табакокурения среди детей, а также негативное к нему отношение. Настораживает то, что у 45% детей имеется никотиновая зависимость, 26,5% детей уже пробовали алкоголь, 3,1% пробовали курить коноплю. Корреляционный анализ школьных медиков за 2002-2003 учебный год показал увеличение респираторных заболеваний из числа курящих детей. Необходимость проведения профилактической работы с детьми осложнилось отсутствием специальной подготовки у педагогов, реализующих этот процесс на практике, отсутствием адаптированных программ, ориентированных на предупреждение ПАВ, учитывающих психологические особенности подростков с интеллектуальной недостаточностью.

Сложившаяся ситуация в школе потребовала комплексного, концептуально осмысленного подхода к решению профилактической помощи, предупреждающей употребление ПАВ.

При школьном медкабинете был организован внутришкольный наркопост, где ведётся учёт обучающихся с «риском» наркотизации и проблемами зависимости от ПАВ. Медиками ведётся просветительная антинаркотическая работа: выпускаются санбюлетени, проводился медконсилиум о вредных привычках и способах борьбы с ними. Проводились беседы на следующие темы: «Болезни человека, связанные с вредными привычками», «Правила здорового образа жизни», «Влияние алкоголя на внешность и работу внутренних органов», «Польза и вред медикаментов», «Популярно о наркотиках и наркомании». Проводилось консультирование воспитателей по проблемам взаимоотношений с наркотицирующим ребёнком.

Для специалистов школы психологом на спецсеминарах был проведён тренинг по методам и средствам, предупреждения ПАВ в детско-подростковой среде.

Между школой-интернатом налажена тесная связь с инспектором по делам несовершеннолетних. Инспектор провела цикл бесед-размышлений на тему: «Основы законодательства: семейного, гражданского, уголовного кодекса в части прав несовершеннолетних». Инспектором ПДН проводились и индивидуальные беседы с детьми. Очень хотелось бы организовать

экскурсию в колонию для несовершеннолетних преступников, но пока это только запланированное мероприятие.

Воспитателями классов проводились внеклассные занятия по формированию ценностей здорового образа жизни, которые включали следующие формы работы:

- Создание альбома «Кто- я? » (с помощью взрослых);
- Рисунки: «Мои возможности»;
- Чтение художественной литературы;
- Мозговой штурм: «Слова, которые ранят»;
- Сбор вырезок из газет, журналов о различии между мужчиной и женщиной;
- Встречи с представителями старшего поколения;
- Построение модели идеальной семьи;
- Беседы-размышления;
- Конкурс рисунков на тему о правах ребёнка;
- Дискуссии: «Что лучше быть голодным, но свободным, либо сытым, но свободным»;
- Тесты на понимание вопросов о свободах и правах людей;
- Встречи с интересными людьми;
- Защита проекта: «Моя будущая семья»;
- Знакомство с работой суда;
- Знакомство с деятельностью комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав;
- Составление альбома: «Помоги пострадавшему»;
- Часы здоровья;
- День Мойдодыра;
- Экскурсии в аптеку и на стадион;
- «Выращивание лекарств на окне»;
- Конкурс хозяйюшек;
- Разработка правил «Сильного человека»;
- Медицинский консилиум: «О вредных привычках и способах борьбы с ними».

На коррекционных уроках учителями проводились уроки по профилактики вредных привычек. Основные темы:

- Злоупотребление алкогольными напитками;
- Употребление наркотиков;
- Лекарственные препараты;
- Табакокурения.

Психологом были проведены индивидуальные собеседования с курящими детьми, оказывалась помощь взрослым и детям, желающим бросить курить. Проводились групповые тренинги активной психологической защиты на тему:

1. Я и другие.

2. Причины и виды конфликтов. Способы разрешения. Приемы овладения отрицательными эмоциями.
3. Психологические приёмы управления эмоциями.
4. Аутотренинг.
5. Перевод: «Вы утверждения, в я - утверждения.
6. Переключение на другой вид деятельности.
7. Самосовершенствование. Призвание, таланты.
8. Выигрывающие и проигрывающие. Психологические сценарии личности.
9. Психологические особенности взаимоотношений (любовь, брак)
Социальные роли и группы.

Заместителем директора по внеклассной работе были проведены следующие антинаркотические мероприятия:

- Тематическая неделя «В здоровом теле здоровый дух»;
- Акция «Меняем сигарету на конфету»;
- Игра «Экспресс здоровья»;
- День здорового человека;
- Конкурс на лучший рисунок: «Мы выбираем здоровье».

В нашей школе действует детская организация ЮДП, на основе этой организации была сформирована волонтерская группа для оказания поддержки сверстникам с проблемами зависимости от ПАВ.

После проведения профилактических мероприятий нами была запущена повторная анкета. В результате выявлены следующие данные:

Варианты ответа	Дети %		Взрослые %	
	2003	2004	2003	2004
1. некурящий	54,7	70,3	85,7	88
2. курю, хочу бросить	4,7	7,8	5,7	2,8
3. курю и не хочу бросить	40,6	20,3	8,5	8,5
4. курю в здании школы	0	0	0	0
5. курю вблизи школы или на её территории	45,3	28	8,5	0
6. недоволен, когда в моём присутствии курят	31,5	80	71	88
7. всем не курить в школе и на её территории				

территории.	37,5	80	91	100
8. всем не курить в здании школы	100	100	100	100
9. создать отдельные комнаты для курения	53	53	66	8,5
10. пробовал наркотики	3,1	3,1	0	0
11. иногда употребляю алкоголь	26,5	4,7	100	100
11.никогда не употреблял алкоголь	46,8%	46,8	0	0

Из таблицы видно, что на 15,6 % снизилось количество детей-курильщиков, на 2,8 % взрослых- курильщиков. Повысился на 17,3 процент учащихся, которые прекратили курить возле школы. Были обнаружены только единичные случаи употребления алкоголя (детьми). Медперсоналом отмечено снижение респираторных заболеваний. Таким образом, отмечается положительная динамика в работе по профилактике возникновения зависимостей среди несовершеннолетних.

Результаты реализации программы были заслушаны на педагогическом совете МОУ школы-интерната №5 и признаны, удовлетворительными, принято решения продолжить работу по профилактике злоупотребления ПАВ, принять участие в городском конкурсе «Мир без наркотиков».

Формирование здорового образа жизни

Цели программы:

Конструктивное решение актуальных проблем развития подростков, формирование ценностей здорового образа жизни.

Задачи:

6. Ознакомление с правами и основными свободами человека.
Развитие навыков правого поведения.
7. Коррекция и психопрофилактика личностной сферы ребёнка.
8. Развитие навыков организации свободного времени, развитие творческого подхода к сбору информации.
9. Формирование привычек здорового образа жизни через соблюдение законов природы; развитие способности справляться со стрессами и болезнями.

10. Формирование привычки к постоянному труду, через применение в учебных и бытовых ситуациях навыков самообслуживания; соблюдение правил безопасности жизни и культуры поведения

Содержание:

Занятия проводятся по трём блокам

I Блок - Правовое (юридическое) сопровождение детей.

- Знание доступных основ законодательства.
- Понимание равенства перед законом.
- Осознание необходимости подчинения требованиям образовательным и властным структурам.
- Умение делиться с другим, сочувствовать.
- Умение выбирать для свободного времени нужные полезные дела.
- Умение постоять за себя в рамках действующих правил и законов.

II Блок - Психологическое сопровождение.

- Находить друга среди детей своего и противоположного пола.
- Знание и применение приёмов снятия страхов, умение управлять своими эмоциями.
- Различать признаки недружелюбной группы и умение из неё выйти.
- Умение показывать свои чувства и видеть, как другие реагируют на них.
- Формирование качеств, необходимых для совместной жизни с другими.
- Умение осознавать свои цели и планировать будущее.

III Блок – Здоровоохранительное сопровождение

- Умение следить за своим состоянием и развитием.
- Открытие для себя телесных изменений, проявление сексуальности.
- Применение принципов естественного оздоровления.
- Соблюдение правил личной гигиены мальчиков и девочек.
- Умение взаимосвязь всех систем организма.
- Навыки эффективного противостояния стрессам.
- Знать алгоритмы поведения в экстремальных ситуациях.
- Вести здоровый образ жизни.

Тематический план занятий.

Тема	Наименование форм работы
------	--------------------------

<p>1.Право ребёнка на имя. Отчество, фамилию.</p> <p>2.Право человека в России.</p> <p>3.Права и обязанности родителей.</p> <p>4.Дееспособность несовершеннолетних.</p> <p>5.Объекты гражданского права.</p> <p>6.Право на создание семьи и владение имуществом.</p> <p>7.Правовые основы государственной политики в сфере психотропных веществ, наркотических средств.</p> <p>8.Права и обязанности супругов.</p> <p>9. Уголовная ответственность несовершеннолетних.</p> <p>10.Профилактика преступлений против личности и государства.</p>	<p>-Беседы-размышления.</p> <p>-Конкурс рисунков на тему о правах ребёнка.</p> <p>-Дискуссии: «Что лучше быть голодным, но свободным, либо сытым, но свободным.</p> <p>-Тесты на понимание вопросов о свободах и правах людей.</p> <p>-Встречи с интересными людьми.</p> <p>-Защита проекта: «Моя будущая семья».</p> <p>--Знакомство с работой суда.</p> <p>-Знакомство с комиссией по делам несовершеннолетних и защита их прав.</p>
---	--

I Блок - Правовое (юридическое) сопровождение детей.

II Блок - Психологическое сопровождение.

Тема	Наименование форм работы
------	--------------------------

<p>10. Я и другие.</p> <p>11. Причины и виды конфликтов. Способы разрешения. Приемы овладения отрицательными эмоциями.</p> <p>12. Психологические приемы управления эмоциями.</p> <p>13. Аутотренинг.</p> <p>14. Перевод: «Вы утверждения в я-утверждения».</p> <p>15. Переключение на другой вид деятельности.</p> <p>16. Самосовершенствование. Призвание, таланты.</p> <p>17. Выигрывающие и проигрывающие. Психологические сценарии личности.</p> <p>18. Психологические особенности взаимоотношений (любовь, брак)</p> <p>19. Социальные роли и группы..</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание альбома «Кто я» (с помощью взрослых). 2. Рисунки: «Мои возможности». 3. Чтение художественной литературы. 4. Тренинги разрешения конфликтов. 5. Тренинги конструктивного поведения. 6. Оформление карты конфликта 7. Рисунки жизненная линия. 8. Мозговой штурм: «Слова, которые ранят». 9. Сбор вырезок из газет, журналов о различии между мужчиной и женщиной. 10. Игры психорегуляции. 11. Встречи со старшим поколением. 12. Построение модели идеальной семьи.
---	---

III Блок – Здоровоохранительное сопровождение

тема	Наименование форм работы
------	--------------------------

<ol style="list-style-type: none"> 1.Строение человека. 2. Питание. 3 Дыхание. Сон. Охрана здоровья. 4.Настроение и чувства человека. 5.Техника здоровья. 6.Полезные и вредные привычки. 7.Правила здорового образа жизни. 8.Польза и вред медикаментов. 9. Биологические основы поведения. 10Безопасное поведение на дорогах и в жизненных ситуациях. 11. Болезни человека, связанные с вредными привычками. 12.Выбор гигиенических средств. 12. Правила пользования косметическими средствами. 13. Профилактика ВИЧ. 	<ul style="list-style-type: none"> -Составление альбома: «помоги пострадавшему». -Час здоровья. -День Мойдодыра. -Экскурсии в аптеку. На стадион. -Выращивание лекарств на окне. -Конкурс хозяйюшек. -Разработка правил сильного человека. -Медицинский консилиум: о вредных привычках и способах борьбы с ними. -Книга рецептов.
--	--

ТЕМА УРОКА: «Злоупотребление алкогольными напитками».

ЦЕЛЬ УРОКА: сформировать представление о том, что чрезмерное употребление алкогольных напитков приводит к возникновению болезни-алкоголизму; рассмотреть, каким образом злоупотребление алкогольными напитками влияет на внешний вид и самочувствие человека.

ЗАДАЧИ: Сформировать представление о влиянии алкоголя на внешность и работу внутренних органов человека.

1. Объяснить учащимся, что любой алкогольный напиток влияет на работу внутренних органов человека. Рассказать о применении алкоголя в лечебных целях, например в составе сердечны капель или строго определенных доз вина по рекомендации врача.
2. Рассказать о влиянии алкоголя на внешность и работу внутренних органов человека.
3. Упражнение по дидактическому материалу.

Содержание урока.

Вводная часть.

«Внутреннее строение человека»:

Попросить учащихся закрасить те органы тела, которые поражаются при чрезмерном употреблении алкоголя. Выбор цвета определяется самостоятельно.

После выполнения задания ученики разъясняют, каким образом алкоголь наносит вред обозначенным в рисунке внутренним органам.

Основная часть

1. Объяснить учащимся, что каждый человек в отдельность неповторим во всем, в том числе в восприимчивости к алкоголю. Одному, чтобы стать алкоголиком, надо 20 лет, другому-5 лет, а некоторым достаточно и 2 месяцев. Поэтому, во избежание опасных последствий, не стоит проявлять интерес к употреблению алкогольных напитков.

2. Обсудить, как обычно выглядит человек, больной алкоголизмом; рассмотреть образ его жизни.

3. Упражнение по дидактическому материалу. «Путаница»:

Попросить учащихся объяснить, в чем несоответствие представленных сюжетов из жизни алкоголика.

Заключительная часть

1. Объяснить детям, что алкоголизм- это болезнь, которая, как и многие другие заболевания, возникает из-за несерьезного отношения человека к своему здоровью.

2. Рассмотреть необдуманные поступки людей, из-за которых одни заболели ангиной, а другие стали алкоголиками. При обсуждении сделать акцент на одинаково несерьезное отношение к своему здоровью, как в первом, так и во втором случае.

Домашнее задание

Вместе с родителями придумать девиз человека, который не употребляет алкогольные напитки.

УРОК № 2

ТЕМА УРОКА: «Лекарственные препараты».

ЦЕЛЬ УРОКА: Предупредить употребление лекарственных препаратов не в лечебных целях.

Вводная часть

1. Задать учащимся следующие вопросы:

«Какие лекарства вы знаете?

«В каких случаях они применяются?»

2. Объяснить детям, что лекарство нужно применять только в том случае, если человек заболел и обязательно по назначению врача.

Сделать акцент на то, что здоровому человеку лекарство не нужно. Наоборот, прием лекарства без цели лечения, может ухудшить самочувствие и привести к болезни.

Упражнение по дидактическому материалу. Ребус:

Попросить учащихся разгадать головоломку - прочитать зашифрованное послание.

Основная часть:

1. Задать учащимся следующие вопросы:

«По каким признакам можно судить об ухудшении самочувствия человека?»

«О чем вы думаете, когда замечаете ухудшение самочувствия?»

2. Упражнение «Боль». Учитель дает следующее задание детям:
«Нарисуйте контур человека и обведите кружком те участки тела, где возникают неприятные ощущения при болезни».

При обсуждении рисунков, ученик должен рассказать, какая болезнь стала причиной неприятных телесных ощущений, и что они из себя представляют.

Сделать акцент на то, что изменение самочувствия сигнализирует человеку о возможном начале болезни.

Заключительная часть

1. Задать учащимся следующий вопрос:

«Какие необходимо предпринять первые действия при недомогании в школе, на улице и дома?» При разъяснении того, что как должен себя вести человек с недомоганием в различных житейских ситуациях, необходимо сделать акцент на своевременность обращения за помощью к взрослым.

2. Упражнение «Здоровье-болезнь». Упражнение проводится со всеми учениками и проходит по аналогии с игрой «Съедобное - несъедобное». Учитель предлагает детям выстроиться в круг или шеренгу и затем объясняет идею игры: « Я буду каждому из вас бросать мяч и вместе с этим произносить название какого-нибудь предмета. Если предмет не является опасным для здоровья человека, мяч нужно ловить, если может принести вред - не брать мяч в руки. Кто из вас ошибется - выбывает из игры».

При проведении этой игры необходимо грамотное чередование «съедобных предметов» медицинских препаратов (микстура, таблетки, капли от насморка и т.п.)

Домашнее задание

Нарисовать лекарство, которое человек использует для избавления от боли в горле или кашля.

УРОК 3

ТЕМА УРОКА: «Злоупотребление алкогольными напитками»

ЦЕЛЬ УРОКА: Сформировать представление о том, что человек, злоупотребляющий алкогольными напитками, может быть опасным для людей.

Вводная часть

1. Рассказать учащимся о стадиях опьянения. Сделать акцент на то, что в состоянии опьянения снижается критичность к своим поступкам.

2. Попросить учащихся объяснить значение поговорки «что у трезвого на уме, то у пьяного на языке».

3. Упражнение по дидактическому материалу:

Разобрать с детьми басню «Заяц во хмелю». Попросить учащихся ответить на вопрос: «От чего предостерегает людей автор этой басни?».

Рассказать учащимся о том, что человек, совершивший правонарушение в нетрезвом виде, усугубляет свою вину и к нему будет применено более суровое наказание. Узнать мнение детей по этому поводу. Сделать акцент на то, что при правонарушении состояние опьянения является не смягчающим вину обстоятельством, а наоборот.

Основная часть

1. Обсудить с детьми, что такое опасность. Попросить учащихся рассказать случаи, когда им или знакомым людям угрожала опасность, что они чувствовали и как себя вели в этой ситуации.

2. Рассказать детям об инстинкте самосохранения - в чем его назначение.

3. Обсудить с детьми поговорку: «Пьяному море по колено».

4. Попросить учащихся ответить на следующие вопросы: «Для кого и какая возникает опасность, когда человек садится за руль в нетрезвом виде?» «Для кого и какая возникает опасность, когда человек идет купаться в нетрезвом виде?»

Заключительная часть

Объяснить детям, что в некоторых ситуациях, пьяный человек подвергает и свою и чужую жизнь серьезной опасности.

Домашнее задание

Продумать назначение поговорки: «Увидел пьяного - отойди».

Урок №4

Тема урока

Употребление наркотиков.

Цель урока:

Сформировать представление о том, что человек, употребляющий наркотики, может быть опасным для других людей; объяснить им, что нелегальное употребление наркотиков (не в медицинских целях) всегда сопряжено с нарушением закона.

Содержание урока:

Вводная часть

1. Рассказать детям о том, что человек, идущий по пути наркомана, постепенно уничтожает свои лучшие нравственные качества; теряет друзей, потом семью; не может приобрести профессию; остается без работы; вовлекается в преступную среду; приносит бездну несчастий себе и окружающим и, наконец, медленно и верно разрушает свое тело.

2. Объяснить учащимся, что как только человек приобретает наркотик, он сразу же совершает преступление.

3. Попросить детей ответить на вопрос: «Какие возможные преступления может совершить наркоман и почему?»

Основная часть

1. Объяснить детям, что наркоман становится заложником каждодневного приема наркотика, на приобретение которого направлены все его силы. Сделать акцент на то, что со временем наркоман охладевает и к учебе. Работе, семье, старым друзьям.
2. Рассказать учащимся о том, что в состоянии наркотического опьянения, у человека могут возникнуть галлюцинации и «странные идеи» (например, возомнив себя «птицей», полететь с балкона).
3. Упражнение по дидактическому материалу: «образ жизни наркомана».

Заключительная часть

Объяснить детям, что ради приобретения необходимой дозы, наркоман готов пойти на любые преступления.

Урок №5 «Злоупотребление алкогольными напитками».

Цель урока:

Сформировать негативное отношение к употреблению алкогольных напитков, когда оно вредит здоровью человека, мешает ему благополучно жить.

Содержание урока

Вводная часть

1. Рассказать детям, что в нашей стране, лицам, достигшим 18 лет не продаются алкогольные напитки.
2. Рассказать учащимся, что моральная готовность человека связана со способностью критически оценивать предложения друзей и знакомых вместе что-нибудь выпить. Также моральная готовность состоит в возможности предугадать, чем может обернуться употребление алкогольных напитков в той или иной ситуации.
3. Рассказать учащимся, что физиологическая готовность связана с возможностью организма безболезненно принимать, алкоголь в допустимых пределах.

Основная часть

1, Упражнение по дидактическому материалу:
«Твой выбор».

Попросить учащихся завершить фразы по своему усмотрению, используя предлагаемые слова:

- Пиво пить...
- Заниматься спортом...
- Общаться друзьями...
- Покупать вино...
- Кататься на велосипеде...
- Ходить в кино...
- Быть пьяным...
- Купаться в речке...
- Плохо выглядеть...
- Болеть алкоголизмом.

Предлагаемые слова для завершения фразы: приятно, здорово, вредно, полезно, не стоит, опасно, стыдно, неприятно, скучно, весело.

2. Объяснить детям, что очень часто люди употребляют алкогольные напитки, чтобы уйти от решения своих проблем.

3. Упражнение по дидактическому материалу.

Отрывок из книги А.Сент-Экзюпери « Маленький принц, в котором маленький принц беседовал с пьяницей. Попросить учащихся поделиться своими впечатлениями и обсудить причины, по которой пьяница пил алкогольные напитки.

Заключительная часть

Дать возможность каждому ребенку ответить на вопрос: « Что ты чувствуешь, когда видишь пьяного человека?»

Урок №6

Тема: «Употребление наркотиков»

Цель урока:

Сформировать негативное отношение к употреблению наркотиков.

Содержание урока

Вводная часть

1. Прочитать детям рассказ о «Анаша». Обсудить, как сложилась бы жизнь героя рассказа, если бы он не попробовал наркотик.
2. Попросить учащихся определить, что они испытывают, когда слышат слово наркотик или наркоман.

Основная часть

Упражнение: На листе бумаги обвести карандашом кисть руки. На контуре большого пальца написать основную причину, по которой вы не станете пробовать наркотики. На контуре остальных пальцев напишите выгоды, которые вы при этом получите.

Заключительная часть

1. Объяснить учащимся, что рано или поздно любой наркоман сожалеет о своем решении попробовать наркотик.
2. Объяснить детям, что наркоман причиняет огромную душевную боль, не только себе, но и своим близким и родным людям.

Урок №7

Тема урока: «Употребление наркотиков».

Цель урока

Обучить способам избежания опасных ситуаций.

Содержание урока.

Вводная часть

1. Обсудить с детьми смысл поговорки
2. Упражнение по дидактическому материалу: опасная ситуация».
3. Рассказать детям о задании к рисункам: « Представьте, что взрослый человек, изображенный на рисунках, является опасным. Попробуйте при помощи карандаша так изменить картинку, чтобы она перестала быть опасной для ребенка, который находится рядом с опасным человеком.

Основная часть

1. Рассказать детям, что иногда возникают ситуации, когда бывает сложно противостоять мнению группы, но иногда требуется категорично сказать «нет». Существуют различные способы влияния на мнение человека: лесть, соблазн, подкуп, угроза, шантаж и т.п. Поэтому в общении с людьми следует обратить внимание на подобные приемы убеждения.
2. Упражнение: « Ситуация отказа».
3. Обсудить с учащимся значение поговорки « Осведомлен, значит вооружен».

Заключительная часть

Упражнение:

«Нет алкоголизму и наркомании».

На контуре пальцев написать почему «нет» на предложение попробовать алкоголь или наркотик.

Н.Н. Побединская
МОУ Санаторный детский дом № 4

Работа санаторного детского дома № 4 по профилактике потребления психотропных и наркотических веществ

ПРОГРАММА «ЖИЗНЬ БЕЗ РИСКА»

Представленная программа явилась результатом работы психолога-педагога МООУ Санаторного детского дома № 4 Побединской Надежды Николаевны.

Меня побудило создать эту программу прежде всего кричащие факты: большинство подростков курят, есть факты беременности воспитанниц и с каждым годом увеличивается число болезней, передаваемых половым путем у подростков.

Работа с подростками в области профилактики наркомании, табакокурения, алкоголизма и поведенческих болезней должна быть направлена прежде всего на охрану здоровья молодого поколения и подготовку его к счастливой и полноценной жизни в будущем.

Данная программа обсуждалась на педагогическом совете детского дома. По этой программе я работаю 6 лет. При разработке программы учитывалось мнение самих подростков в отношении наиболее важных и трудных для них вопросов.

Целью программы явилось формирование у подростков ответственного отношения к своему здоровью, к принятию осознанного решения, умению сказать «нет» в ситуации давления или предложения употребить наркотики, алкоголь, табачные изделия.

Основными задачами этой программы являются:

- помощь воспитанникам в понимании изменений, происходящих в их организме в подростковый период;
- обучение основным навыкам общения, взаимопонимания и принятия осознанных решений;
- формирование у подростков позитивного отношения к здоровому образу жизни;
- обеспечение подростков грамотой и систематизированной информацией, которая даст им возможность понять о вреде табакокурения, наркомании, алкоголизма;
- ознакомить с проблемами, возникающими при употреблении алкоголя, наркотиков и табакокурении, влиянием этих веществ на организм человека, его социальный статус (криминализация поведения);
- сформировать у воспитанников негативное отношение к употреблению наркотиков, никотина и алкоголя, навыки самостоятельного отказа и безопасного, ответственного поведения в ситуациях давления или предложения употребить наркотики, алкоголь, токсические вещества, табачные изделия.

Гипотеза программы – мы полагаем, что программа будет являться практическим инструментом формирования социально-психологической компетентности. Подростки «здесь и теперь» попытаются преодолеть актуальные для них жизненные проблемы, а также освоить эффективные способы их решения в будущем.

Структура программы – программа состоит из трех блоков:

1. Профилактика зависимых состояний.
2. Профилактика сексуальных девиаций (ранние беспорядочные половые связи, предупреждение ранней беременности, болезни, передающиеся половым путем).
3. Формирование образа «Я» и позитивного самоотношения.

Этапы работы:

Занятия по программе проводятся 1 или 2 раза в неделю.

1-й этап. Исходное тестирование воспитанников с целью выявления особенностей эмоционально-личностной сферы и типичных способов взаимодействия.

2-й этап. Непосредственная работа над темами программы.

3-й этап. Проведение итогового тестирования. Получение обратной связи от подростков по результатам работы по программе.

4-й этап. Обработка результатов работы, проведение «круглого стола» с воспитанниками для анализа и подведения итогов работы, чаепитие.

Темы занятий

Тема № 1.

Стань самим собой.

- понятие личности;
- продуктивные жизненные планы;
- индивидуальность, самооценку и уникальность каждого человека;
- твои права и права других людей;
- личностные качества, самоуважение, самовоспитание, сила воли.

Тема № 2.

Любовь, как особенность человеческой души - потребность ощущения своей необходимости.

Тема № 3. Развитие организма человека.

- влияние половых гормонов на физическое и психическое развитие человека;
- особенности подросткового периода;
- женские половые органы и личная гигиена женщины;
- мужские половые органы;
- оплодотворение, беременность, развитие плода.

Тема № 4.

Ответственное родительство, планирование семьи, и репродуктивное здоровье.

- планирование семьи, контрацепция;
- аборт и его последствия;
- болезни, передаваемые половым путем;
- меры профилактики;
- куда обратиться за помощью и советом.

Тема № 5.

Ловушка эмоций.

- эмоции и чувства их возникновение и проявление у людей;
- эмоциональные состояния и продуктивные выходы из них;
- одиночество;
- свободное выражение чувств и умение управлять ими.

Тема № 6.

В поисках золотой середины.

- психология межличностных отношений, формы общения между людьми;
- что помогает и что мешает общению;
- формирование жизненных ценностей;
- влияние личностных особенностей человека на общение: тактичность, доброжелательность, терпимость к мнению других, умение слушать, понимать, сопереживать;
- конфликты: их виды, формы проявления и реакции, конфликтное поведение.

Тема № 7.

Безопасность личности.

- зоны повышенной криминальной опасности;
- прогнозирование экстремальных ситуаций;

- правила безопасного поведения в общественных местах;
- наркотики и алкоголизм;
- опасность использования наркотических, токсических веществ и алкоголя в подростковом возрасте;
- как не стать жертвой наркотиков и алкоголя;
- умение сказать «нет».

Тема № 8.

Основы здорового образа жизни.

- понятие «здоровье» и «здоровый образ жизни»;
- личная гигиена;
- культура одежды;
- причины возникновения болезней;
- основы самоконтроля за состоянием здоровья.

АНАЛИЗ РАБОТЫ

Работа по программе «Жизнь без риска» проводилась с воспитанниками Санаторного детского дома № 4 в течение шести лет. Программа помогает мне организовать профилактическую работу по здоровому образу жизни, формированию безопасного поведения несовершеннолетних.

Я работала над такими задачами:

- Ознакомить воспитанников с проблемами, возникающими при употреблении алкоголя, наркотиков, препаратов бытовой химии и табакокурении, влиянием этих веществ на организм человека, его социальный статус (криминализация поведения);
- Сформировать у воспитанников негативное отношение к употреблению наркотиков, алкоголя и табакокурения;
- Сформировать навыки самостоятельного отказа и безопасного, ответственного поведения в ситуациях давления или предложения употребить наркотики, алкоголь, токсические вещества, табачные изделия.

Никакие административные меры наказания и никакие формальные запреты и запугивания проблему наркомании, табакокурения, алкоголизма и ранних беспорядочных половых связей не решат. Успех может быть достигнут только в результате длительной кропотливой работы, разъясняющей губительные последствия вредных привычек, способствующей самоутверждению подростка как здоровой интеллектуальной личности.

Как показывает наша практика подростки лучше усваивают материал, когда его изложение происходит в виде игровых ситуаций, дискуссий, различных упражнений, демонстрации видеофильмов.

У нас каждый год проводятся месячники: «Жить или курить» и «Не стань жертвой». В план месячников входит:

1. Знакомство с историей наркомании и табакокурения.
2. Беседы о наркомании, табакокурении и заболеваниях, которые

они вызывают. Действие никотина и наркотиков на организм.

3. Подготовка стенда «Мудрое слово о здоровье».
4. Конкурсы плаката, листовки и рисунков антиникотиновой и антинаркотической пропаганды.
5. Конкурс на знание поговорок о вреде курения и наркомании, о здоровом образе жизни.
6. Психологические игры: «Как сказать «Нет», «Шприц», «Рисунок», «Рискометр», «Младенец» и др.
7. Совместно с детьми разработаны памятки: «Жить или курить» и «Осторожно, наркотики!».
8. Просмотр видеофильмов о вреде курения, наркомании, контрацепции и здорового образа жизни, с последующим обсуждением. (Фильмы: «Роковой шаг», «Голубая лагуна», «Будущее родительство», «Все ли вы знаете о себе?» и документальные фильмы).
9. Встреча со специалистами краевого молодежного медико-педагогического центра «Контакт», специалистами Центра психического здоровья, Центра профилактики СПИДа.
10. Подведение итогов месячника. Устные журналы. Чаепитие.

Работа с подростками ведется не формально, я стараюсь заинтересовать каждого воспитанника. На занятиях дети высказываются по обсуждаемой проблеме. Вот что думают о наркотиках наши воспитанники:

- это прогулка над пропастью с завязанными глазами (Юля С.);
- это дорога к смерти (Маша Р.);
- это дорога на дно (Наташа К.);
- это жизнь без будущего (Гриша К.);
- это уход от жизни (Катя К.);
- это быстрая смерть (Анна К.).

Обычно среди подростков бытует мнение, что состояние здоровья – их личное дело. Я беседую с подростками, ссылаясь на мнение первого советского наркома здравоохранения Н.А. Семашко: «Здоровье каждого – здоровье всех», аргументирую эту точку зрения, используя материалы экологических общественных движений.

В своей работе использую разные формы работы (тренинги, беседа за круглым столом, час вопросов и ответов, дискуссия, чтение и обсуждение статей или фильма, встречаемся с врачами – наркологами, работниками УВД).

Специалистами центра психического здоровья и центра «Контакт» проведены беседы о сексуальной культуре, о вреде курения и наркомании. С мальчиками проведена беседа о гигиене мальчика. Сеансы по снятию никотиновой зависимости и проведена монуальная терапия, которая помогла воспитанникам бросить курить.

Психологом проведены занятия:

1. «Изменение чувств, характера, состояния здоровья при употреблении наркотических средств и алкоголя».

2. «Не стань жертвой».
3. «Выбор за тобой. То, что наркотик может сделать с тобой...».
4. «Наркомания. Почему это опасно?»
5. «Секс без страха».
6. «Аборт и его последствия».
7. «Болезни, передаваемые половым путем, включая СПИД. Меры профилактики».
8. «Безопасное и ответственное сексуальное поведение».
9. «Формирование жизненных ценностей и приоритетов. Важность принятия решений. Ответственность за свои решения».
10. «Как человек выражает свои чувства и эмоции. Проявления дружбы и любви».
11. «Четыре мифа о наркотиках».

Проводятся игры:

1. «Как сказать «НЕТ»».
2. «Шприц».
3. «Рисунок».
4. «Веревочка».
5. «Рискометр».
6. «Аукцион».
7. «Яблоко».
8. «Младенец».

Совместно с воспитанниками выработали памятки для подростков: «Осторожно, наркотики!», «Жить или курить», Памятка сопротивления в ситуации наркотической провокации.

С педагогами проведен педсовет на тему: «Формирование здорового образа жизни у воспитанников детского дома».

В результате проделанной работы в течение шести лет в детском доме нет воспитанников, которые употребляют наркотические средства, за 2003 – 2005 годы 11 человек бросили курить, остальные воспитанники стали курить реже. Из бесед, опросов воспитанников видно, что дети стали задумываться об опасности использования психоактивных веществ и их влиянии на организм. Стали чаще говорить и следовать здоровому образу жизни. Почти все хотели бы в дальнейшем бросить курить. Профилактической работой охвачены все учащиеся детского дома. Мне в работе по программе помогают медицинские работники детского дома и воспитатели.

В 2004 – 2005 учебном году проведено три месячника по здоровому образу жизни и в заключении этой работы в феврале месяце будет представлена премьера сказки: «Буратино в новом свете», сказку ставит руководитель детского театра детского дома. Герои сказки показывают к чему приводят вредные привычки. Воспитанники, которые справились со своими привычками получают награды от героев сказки.

В марте месяце 2005 г. на базе нашего детского дома проводится семинар для психологов детских домов, интернатов и коррекционных школ, где я представлю опыт работы по программе «Жизнь без риска».

Задачи, поставленные в программе выполняются. Планирую работу по этой программе продолжить.

ОСТОРОЖНО, НАРКОТИКИ!

Памятка для подростков

Дорогие мальчики и девочки!

Нам угрожает беда. Она, как белая туча, невидима на горизонте, но многие уже попали под тяжелый и страшный дождь. Эта беда – наркомания. Она пришла к нам и распространяется по законам эпидемии: один наркоман заражает за год пятерых.

Что такое наркомания? Это болезненное, непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, лекарствам, таблеткам. Привыкший к наркотику организм вызывает такое сильное желание, что человек идет на все – на обман, на воровство, даже на убийство, лишь бы достать наркотик.

Когда наркоман сделает укол или примет таблетку, он испытывает облегчение. Но за эти мгновения он лишается всех других радостей жизни и приговаривает себя к ранней, мучительной смерти.

От чего люди становятся наркоманами? Почему наркомания распространяется, если она несет такие страдания? К наркомании людей принуждают! Тут кроется ужасный обман. Наркотики очень дорого стоят. Люди, распространяющие их, получают огромную прибыль. Трудом таких денег не заработать. Но продавцам нужны покупатели, то есть нужны несчастные, привыкшие к наркотикам, готовые отдать любые деньги за одну дозу. Поэтому новичкам предлагают наркотики почти бесплатно, уговаривают: «Попробуй, это приятно, это интересно. Наркотики для смелых, ты же не трус? Нет? Так попробуй!»

Но смелым может считать себя только тот, кто не идет за другими, отказывается от яда. Ведь даже одна, первая доза может оказаться губительной. Никто не знает, как действует наркотик именно на твой организм. Кто-то попробовал один раз – и ничего, а ты попробуешь – и пропадешь.

Наркотики ведут к беде. Это беда для здоровья, беда для совести – приходится вести тайную жизнь, идти на преступление. Но есть и еще одна страшная беда: она может искалечить жизнь даже невинному человеку, ни разу не попробовавшему наркотик.

Чтобы спасти людей от наркомании, все государства в мире идут на самые жесткие меры. В нашей стране хранение даже самой небольшой дозы наркотика запрещено законом и строго наказывается. Ты не пробовал, ты и знать ничего не знал, просто "«руг2 дал тебе пакетик порошка – поддержи, мол, у себя дома. Передай такому-то. Маленькая услуга! Каждого, у кого нашли наркотик, хоть грамм, ждет несчастье: арест, тюрьма. Какое горе для близких, для всех, кто любит тебя!

Поэтому не прикасайтесь к наркотикам, не берите их в руки, не кладите в карман или сумку, не приносите домой, нигде не прячьте, не посылайте, не передавайте. Учтите, что дать наркотик на сохранение, но сами же донесут, чтобы отвести подозрение от себя. Там, где наркотики, нечего ждать честности и справедливости, там люди способны на все.

БЕРЕГИТЕСЬ НАРКОТИКОВ!

Ни под каким предлогом, ни под каким видом, ни из любопытства, ни для смелости, ни из чувства товарищества, ни в одиночку, ни в группе не принимайте их, не пробуйте, не нюхайте, не прикасайтесь к наркотикам! Если же с тобой случилась эта беда, то сегодня же откажись от очередной дозы. Еще одной последней дозы не бывает, последняя доза, как и первая – гибель.

На девочек наркотики действуют еще страшнее, чем на мальчиков, и вылечить их почти невозможно.

Старшие ребята! Присматривайте за маленькими. Некоторые дети приучились травить себя ядом бытовой химии. То, чем полируют мебель, они пьют. То, чем травят насекомых, они глотают или нюхают. Эти маленькие токсикоманы – люди пристрастившиеся к яду. Если увидите таких – отнимите у детей яд, а их самих отведите к взрослым. Этим вы спасете им жизнь.

Вы знаете: курить – здоровью вредить. Вы знаете, как опасен для человека алкоголь. В наркотиках же – смертельная опасность. Воздерживайтесь от курения и никогда не берите чужих сигарет – в них может оказаться наркотик.

НАРКОМАНИЯ – ЭТО СТРАШНАЯ МУЧИТЕЛЬНАЯ БОЛЕЗНЬ!

Об этом надо помнить. Пусть число больных наркоманией не увеличится ни на одного человека, и мы желаем всем заболевшим найти в себе силы и вылечиться. Если же вас уговаривают принять наркотик, угрожают, если вы чувствуете, что попали в такие сети, что сами не можете вырваться, немедленно посоветуйтесь с тем из взрослых людей, кому вы доверяете.

Большинство из вас никогда не встречались ни с наркотиками, ни с наркоманами и знают о них лишь из газет и телепередач. Поэтому помните:

НАРКОТИК – ЭТО ЯД!

ВЫРАБОТКА НАВЫКОВ СОПРОТИВЛЕНИЯ В СИТУАЦИИ НАРКОТИЧЕСКОЙ ПРОВОКАЦИИ

1. Спасибо. Я буду рад этим воспользоваться, как только мне это понадобится.
2. Я больше в этом не нуждаюсь.
3. Я не курю.
4. Не похоже, чтобы мне сегодня стало от этого хорошо.
5. Я не собираюсь загрязнять организм.
6. Я не в настроении, поэтому не хочу сегодня это пробовать.
7. Не сегодня или не сейчас.
8. Я не думаю, что мне стоит это начинать до тех пор, пока я не буду иметь своих денег.
9. Нет, не хочу неприятностей.
10. Сейчас не могу. Мои воспитатели нюхают меня, когда я прихожу домой.
11. Когда мне понадобится, я дам тебе знать.
12. Мои родители меня убьют.
13. Я таких вещей боюсь.
14. А почему, как ты думаешь, эту шутку называют дурманом?
15. Как-нибудь в другой раз.

16. Эта дрянь не для меня.
17. Нет, спасибо.
18. Если тренер узнает, тон заставит меня бежать 20 кругов.
19. В последний раз, когда мать застала меня за курением, мне не давали денег 6 месяцев.
20. Нет, спасибо, у меня и так хватает неприятностей с воспитателями.
21. Нет, спасибо, у меня и так ужасные оценки.
22. Нет, спасибо, я дождусь пока мне это будет разрешено законом (по возрасту).
23. Я за витамины!
24. Нет, спасибо, препаратов я не хочу!
25. Я и без этого превосходно себя чувствую!
26. Нет, спасибо, у меня завтра проверочная работа за четверть, и мне сегодня вечером надо подготовиться.
27. Нет, спасибо, у меня на это бывает аллергическая реакция.
28. Я вчера поздно лег спать. У меня и без этого красные глаза.
29. Нет, мне понадобятся все мозги, какие есть.
30. Нет, спасибо, это опасно для жизни.
31. Ты сума сошел? Я даже не курю сигарет!.
32. Эти химические радости не для меня.
33. Нет, я это пробовал и мне не понравилось.
34. Мне не хочется умереть молодым.
35. Нет, я и так много воюю с воспитателями.
36. Нет, когда-нибудь я могу захотеть здоровую семью.
37. Нет, спасибо, я только что прочел статью о вредных эффектах этого.
38. Я хочу быть здоровым!
39. Это мне ничего не дает.
40. Сейчас аллергический сезон, и у меня и без того все время красные глаза.
41. Нет, спасибо, я слышал, что от этого глаза краснеют.
42. У меня завтра большая контрольная, и я хочу хорошо запомнить то, что сегодня буду учить.
43. Я начинаю вести себя глупо, когда курю (пью и т.д.)

НАРКОМАНУ

Не торопись ты сделать шаг,
Жалеть о нем ты будешь долго.
И будет боль в твоих глазах,
А в мыслях будет лишь иголка.

Подумай лучше ты о том,
Чем сможет кончиться все это?
Где следующий будет дом?
Где ждать ты будешь конца света?
Ведь в жизни этой больше света,
Чем кажется на первый взгляд.
Понять лишь надо только это
И вновь не сделать шаг назад
В ту бездну боли, где ты плавал,
Где был никем ты для людей,
От безысходности где плакал,
Устав от колющих огней.
Ты – человек! И это гордо,
Не падай ниже, чем ты есть.
Чтоб не шептали: «Наркоморда!»,
Чтоб не смогли к тебе «подлезть».
Пусть мы не нужны России,
Пусть мы – мусор для нее,
Людьми остаться все же должны мы,
Найти дорогу все равно!
Для матерей, для жен, для близких
Должны мы жить и процветать.
Не быть в числе людишек низких,
Которым завтра умирать...
И след оставить в этом мире
Нам надобно, наверно, всем.
И чтобы нас воспели в мире,
Чтоб не считали нас никем.

НАРКОМАНУ

Ты и слово «наркотик»
Будет разным пока.
Ты не дашь Смерти руку
Стать рабом на века!
Если раз ты при жизни
Это зелье возьмешь,
Станет жизнь адской гонкой,

В ней – лишь зло, пропадешь!
Люди станут чужими,
Все святое предашь...
В фильме жизни «Наркотик» –
Главный ты персонаж.
 Не увидишь, как страшно
 Ты заставишь страдать
 Мать, отца, родных, близких...
 Только боль – твоя мать.
Злая боль, маска смерти –
Ты все это познал,
Что имел – растерял ты,
Сам себя потерял!
 Не дай Бог, в этой жизни
 Ты захочешь узнать,
 Что такое наркотик –
 Вечно будешь страдать!

ЧЕТЫРЕ МИФА О НАРКОТИКАХ

Миф первый. Попробуй – попробуют все.

Это неправда: обследования показывают, что, например, в США меньше, чем один из пяти старшеклассников употребляет марихуану. Конечно, и эти цифры вызывают большую тревогу, но ведь более 80% юношей не удалось склонить к употреблению наркотиков. Они уже вряд ли будут жертвами наркомании!

Чаще всех жертвами ложной аргументации становятся подростки невысоких психологических устоев: конфликтные, склонные к мелкому воровству, лживости, подверженные вспышкам гнева, агрессивности. Такие личности неспособны к целенаправленной деятельности, плохо успевают, отстают в психофизиологическом развитии. Они же впоследствии становятся распространителями наркотиков, что неизбежно, поскольку только таким путем они могут обеспечить себя деньгами на наркотики.

Миф второй. Попробуй – вредных последствий не будет. Это ложь. Прежде всего пристрастие к некоторым наркотикам может возникать и после одного-двух приемов. Кроме того, существуют индивидуальные различия в чувствительности организма, даже возможна гибель при первой же инъекции. Большой разброс индивидуальной чувствительности характерен, например, для кокаина и его производных («крэк»), что иногда

приводит к летальным исходам из-за сердечной недостаточности. В условиях подпольного кустарного производства наркотиков невозможно избавиться от вредных примесей и точно дозировать вещество. В клинической практике описано множество случаев тяжелых отравлений, вызываемых токсическими примесями в кустарно изготовленных наркотиках.

Миф третий. Попробуй - если не понравится, прекратишь прием.

Про физическую зависимость («ломку») школьники кое-что слышали. Однако они убеждены, что ее можно преодолеть, например с помощью врачей. Дескать, особых проблем не будет, поскольку человек, обладающий определенной волей, в состоянии немедленно и бесповоротно бросить принимать наркотики. При этом обычно находится свидетель, который знаком с тем, кто после периода серьезного злоупотребления, проявив волю, прошел через «ломку» и теперь уже месяц (два, три) наркотики не употребляет – никаких последствий.

Нередко подобная пропаганда достигает цели, поскольку, несмотря на кажущуюся осведомленность, подростки все-таки не обладают элементарными знаниями о природе и характере тяжелейшего заболевания —наркомании.

Вот почему необходимо разъяснять, что, во-первых, при употреблении любого вида наркотика, и «легкого», и «тяжелого», прежде всего страдает воля. Это заметно уже тогда, когда другие изменения личности еще не проявляются. Происходит то, что наркологи называют «энергетическим снижением»: ослабляются именно волевые качества личности, снижается или теряется целеустремленность, т.е. человек становится неспособен к продуктивной деятельности, чаще прекращает учиться, бросает работу.

Во-вторых, ремиссия (особенно при употреблении таких наркотиков, как героин) непродолжительна. Через определенный период (до нескольких месяцев) больной вновь оказывается охваченным неудержимым стремлением к приему наркотика, и вновь повторяется цикл заболевания с более тяжелыми последствиями. Ремиссия продолжительностью до года отмечается только у очень небольшого числа больных (около 10%), причем у людей зрелого возраста. Значение здесь имеет наличие семьи и сохранение определенного социального положения. Понятно, что подростки в эту категорию не попадают.

Учащиеся должны знать, что в настоящее время медицина не в состоянии оказать эффективную помощь наркоманам. В ее арсенале нет реальных средств подавления психической зависимости. Дело в том, что мозг «помнит» все. Это, в частности, иллюстрируется псевдоабстинентным синдромом, когда у наркомана после периода довольно длительного воздержания (8-10 мес.) могут снова появиться симптомы даже «ломки».

Миф четвертый. О существовании «безвредных» наркотиков. Безвредных наркотиков не существует. Не все наркотики вызывают физическую зависимость, но все они, даже при незначительном употреблении, пагубно влияют на личность. Уместно напомнить, что психическая зависимость часто развивается даже в случае употребления таких «легких» наркотиков, как марихуана. В США более 100000 человек ежегодно обращаются в клиники, пытаясь излечиться от наркотической зависимости (марихуаны).

Употребление марихуаны часто сопровождается ослаблением волевых качеств личности, потерей мотиваций: утрачивается интерес к тому, что происходит в жизни, пропадает желание работать, учиться, человека не волнует, как он выглядит. Распространенный симптом употребления марихуаны – нарушение краткосрочной памяти, внимания, что связано с гибелью нервных клеток в определенных областях мозга. Курение марихуаны ослабляет иммунную систему, и человек становится более восприимчив к инфекциям. Наконец, выявлено, что практически все наркоманы, прибегающие к самым «тяжелым» наркотикам, начинали, пробуя именно марихуану.

Рассказывая школьникам о мифах, учитель должен специально обратить внимание на то, что каждый может стать объектом внимания «доброжелателя». В этом случае они обязаны быть готовыми решительно отклонить всякие попытки привлечь их к опаснейшему для человеческой личности «занятию».

Подростки должны знать, что тот «добрый» приятель или знакомый, который будет убеждать попробовать «травку» просто из любопытства, дескать, если не понравится, всегда можно бросить, как правило, преследует самые корыстные цели, жестоко используя неопытного юношу или девушку.

Школьнику нужно помнить, что почти никто из погибающих наркоманов не собирался продолжать прием наркотиков, все хотели лишь попробовать, удовлетворить любопытство. Конец, как правило, трагичен: загублена человеческая судьба и сама жизнь.

Игра «ШПРИЦ»

Участники игры садятся в круг, рядом друг с другом. Ведущий предлагает одному из участников взять в руки шприц или предмет его заменяющий, содержащий воображаемое наркотическое средство. Задача игрока, имеющего в руках шприц, убедить своего соседа «уколоться». Задача второго игрока – найти убедительную причину для отказа от приема наркотика. Далее «шприц» предлагается по кругу, и каждый из участников должен выдвинуть свою версию отказа и предложения. Ведущему необходимо прокомментировать каждое высказывание и подвести итог. Возможна работа в паре.

Игра «Рисунок»

Воспитанникам, на каждые 2-4 человека, выдается заранее подготовленный рисунок карикатурного изображения человека, употребляющего наркотики, вокруг которого размещены вопросы с местом для ответов. Задача учащихся в том, чтобы, исходя из своих впечатлений и вновь полученной информации, описать как они представляют наркомана.

Как он выглядит?

Что он думает?

Как он говорит?

Что он хочет?

Как он действует?

Что он чувствует?

В процессе игры отражается степень усвоения полученной информации и формируется негативный образ человека, зависящего от наркотиков. По окончании игры проводится анализ и обсуждение различных мнений.

Итоговая часть занятия должна состоять из краткого повторения наиболее важных вопросов, связанных с формированием мотивации на отказ употребления психоактивных веществ в немедицинских целях. Материал подкрепляется видеосюжетами на соответствующую тему и обсуждением увиденного.

ИГРА «ВЕРЕВОЧКА»

Двум игрокам, один из которых условно «за алкоголь», другой «против» в руки дается веревка. По сигналу ведущего каждому предлагается тянуть веревку к себе, кто перетянет. Далее, каждый из играющих просит помощи у своих товарищей, и перетягивание повторяется. Результаты игры обсуждаются в зависимости от того, чья команда побеждает. Игра демонстрирует влияние лидера и группы на формирование определенных установок и поведения.

ИГРА – ТЕСТ «МЛАДЕНЕЦ»

Цель: формировать у подростков чувство ответственного родительства.

Необходимый материал: сырые яйца, фломастеры, цветная бумага.

Ход игры:

Предлагаем подросткам пройти тест на «Ответственное родительство». Для этого желающие берут себе сырое куриное яйцо. С этого момента яйцо считается «младенцем». Правила общения с ним: каждому «младенцу» надо дать имя, выписать свидетельство о рождении, нарисовать лицо, элементы одежды, возможно обустроить его жилище и т.д.

В процессе игры необходимо обращаться с яйцом как с младенцем (грудным ребенком): всюду носить его с собой, постоянно помнить и

заботиться, нельзя оставлять без присмотра более 15 минут. Его надо беречь, ведь он очень хрупкий.

По окончании теста (2-3 дня) обсудите с ребятами, что они чувствовали, как это опыт повлиял на их обычный ритм жизни, насколько такое занятие отражает реальную ситуацию молодых родителей? Какие обязательства у них появились, какие трудности испытали? Вместе с ребятами сделайте вывод о том, что родительство – это ответственный выбор.

Примечание: очень важно продумать момент расставания «родителей» с «младенцем». Поощрите всех, кто удачно прошел тест и предложить отдать повзрослевших «детей» в детский сад.

«ЯБЛОКО»

Цель: выявить отношение подростков к добрачным половым связям, формировать у подростков ответственное отношение к своему здоровью.

Необходимый материал: 2 свежих яблока.

Ход игры:

Все участники становятся в круг. Ведущий показывает 2 свежих яблока: одно используется для игры, другое остается в центре круга на полу.

Ведущий предлагает ответить на вопрос: «Считаете ли вы допустимыми половые отношения до брака?». Если ответ утвердительный, играющий бросает яблоко на пол и тот, кто ближе стоит к упавшему яблоку поднимает его. В зависимости от своего мнения следующий участник игры отвечает на этот же вопрос путем игры с яблоком: «Да» – на пол, «Нет» – передает другому играющему в руки.

В конце игры сравнивается «игровое» яблоко и яблоко, лежавшее в центре круга. Предложите ребятам задуматься о последствиях добрачных ранних связей: каким «яблоком» в этой жизни хотели быть они? Таким целым, свежим, красивым, каким выглядит яблоко в круге или побитым, грязным, потрепанным каким в конце игры стало яблоко, которое бросали.

УСТНЫЙ ЖУРНАЛ: «НЕ СТАНЬ ЖЕРТВОЙ»

План:

1. История наркомании.
2. Что такое наркотики и их употребление в медицинских и немедицинских целях. Четыре мифа о наркотиках.
3. Влияние наркотиков на жизнь и здоровье, последствия их регулярного употребления.
4. Мудрое слово о здоровье.

5.Конкурс защиты рисунков и плакатов антинаркотической пропаганды.

6.Психологическая игра: «Как сказать «НЕТ»».

Игра: «Шприц». Игра: «Рисунок».

7.Памятка для подростков.

8.Заключительная песня

Ты и слово «наркотик»
Будет разным пока.
Ты не дашь Смерти руку
Стать рабом на века!
 Если раз ты при жизни
 Это зелье возьмешь,
 Станет жизнь адской гонкой,
 В ней – лишь зло, пропадешь!

Ведущий об истории наркомании.

Психологическая игра: «Как сказать «НЕТ»».

ВОТ, ЧТО ДУМАЮТ О НАРКОМАНИИ ВОСПИТАННИКИ

- это прогулка над пропастью с завязанными глазами;
- это прыжок в пропасть;
- это дорога к смерти;
- это прыжок в бездну;
- это бег по лезвию;
- это дорога на «дно»;
- это ад внутри;
- это жизнь с завязанными глазами;
- это жизнь без будущего;
- это дорога в ад;
- это уход от реальной жизни;
- это жизнь в страхе.

ЮРИДИЧЕСКИЙ АСПЕКТ НАРКОМАНИИ

Любой подросток должен знать, что за преступления против здоровья населения и общественной нравственности предусмотрены наказания в соответствии со статьями 229 – 233 Уголовного кодекса Российской Федерации, вступившего в действие с 1 января 1997 года.

Статья 228 говорит о наказании, предусмотренном за «незаконное изготовление, приобретение, хранение, перевозку, пересылку либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ».

Обращает на себя внимание примечание к статье 228:

«Лицо, добровольно сдавшее наркотические средства или психотропные вещества и активно способствовавшее раскрытию или пресечению преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств или психотропных веществ, изобличению лиц, их совершивших, обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление».

Несовершеннолетние больные наркоманией в возрасте от 16 лет, уклоняющиеся от обязательного лечения, подлежат принудительному лечению в лечебно-воспитательных профилакториях.

Если врачи подтвердят факт наркотизации учащегося, он ставится на учет в наркологическом диспансере или ближайшем наркокабинете поликлиники. В случаях, когда наркотизация представляется однократной, объективно случайной, подростки ставятся на профилактический учет. В случаях повторного или систематического приема наркотических веществ или даже единичного их приема, но сочетающегося с активной тенденцией к алкоголизации, наличием других личностных и семейных факторов риска наркотизации, подростки ставятся на диспансерный учет.

При постановке учащегося на учет врач-нарколог должен об этом незамедлительно проинформировать родителей, администрацию школы и соответствующие службы местных органов внутренних дел. Он же решает вопрос о необходимости стационарного или принудительного лечения, о целесообразности продолжения учебы.

ПРОФИЛАКТИКА ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Психологический тренинг внутригруппового взаимодействия по программе «Жизнь без риска»

Эта программа является практическим инструментом формирования социально-психологической компетентности. Подросткам предоставляется возможность «здесь и теперь» попытаться преодолеть актуальные для них жизненные проблемы, а также освоить эффективные способы их разрешения в будущем.

Содержание занятий составлено с учетом американской профилактической программы Гила Ботвина «Тренинг жизненных навыков» и программы педагога Елена Гедзь, Нина Середенко.

Цель программы: Предоставление подросткам возможности осознать важность приобретения ими социальных навыков; расширение ролевого репертуара детей, обеспечивающего улучшение коммуникации и

способствующего безопасности процесса социального экспериментирования, свойственного подростковому возрасту; актуализация процесса социального самоопределения; создание условий формирования позитивного самоотношения.

Задачи программы

- Выработка адекватных и эффективных навыков общения.
- Формирование ценностных ориентации и социальных навыков, которые позволяют адаптироваться в условиях коллектива детского дома и школы.
- Предоставление подросткам возможности осознать важность приобретения ими социальных навыков.
- Формирование осознанной позиции, расширение возможностей выбора альтернативных моделей сексуального поведения, актуализация представления о полоролевой самоидентичности.

Структура программы

Программа состоит из трех блоков:

1. Профилактика зависимых состояний.
2. Профилактика сексуальных девиаций (ранние беспорядочные половые связи, предупреждение ранней беременности, болезней, передающихся половым путем).
3. Формирование образа «Я» и позитивного самоотношения.

Этапы работы

Занятия по программе проводятся 1 или 2 раза в неделю. При режиме работы 2 раза в неделю продолжительность программы 8 недель; при однократных встречах — 16 недель.

1-й этап. Исходное тестирование участников группы с целью выявления особенностей эмоционально-личностной сферы и типичных способов взаимодействия.

2-й этап. Непосредственная работа над темами программы.

3-й этап. Проведение итогового тестирования. Получение обратной связи от подростков по результатам тренинга.

4-й этап. Обработка результатов тренинга, проведение «круглого стола» с преподавателями для анализа и подведения итогов работы.

5-й этап. Встреча с воспитателями (по их желанию).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ЗАНЯТИЕ 1. ВСТУПИТЕЛЬНОЕ

Цель: выработка групповых норм, включение детей в работу, знакомство и определение дальнейших направлений движения

Задачи:

- информировать участников группы о содержании работы, задачах, групповых нормах; обозначить продолжительность занятий;
- установить принципы работы в группе;
- сформировать спокойную, доброжелательную обстановку;

формировать у членов группы установку на взаимопонимание;
формировать первые впечатления друг о друге.

Время: 1 час 45 минут.

Место занятия: кабинет психолога.

Процедура проведения

Ведущий. На наших встречах мы будем говорить о специфических проблемах, о вас самих, о ваших отношениях с другими людьми, о тех целях, которые вы перед собой ставите. Вы узнаете свои сильные и слабые стороны, научитесь лучше понимать себя и разберетесь, почему вы поступаете так, а не иначе и что вы можете сделать, чтобы стать лучше. Вы научитесь думать позитивно и поймете, что наша жизнь зависит от того, как мы ее воспринимаем. Вместе мы сможем ответить на эти и другие сложные вопросы, освоить эффективные средства общения.

1. Принципы работы в группе

По каждому из принципов подростки выражают свое мнение и выносят решение — принять его или отвергнуть.

1. Искренность в общении

В группе не стоит лицемерить и лгать. Группа — это место, где можно рассказать о том, что действительно волнует, обсуждать такие проблемы, которые до момента участия в группе по каким-либо причинам не обсуждались. Если вы не готовы быть искренними в обсуждении какого-то вопроса, лучше промолчать.

2. Обязательное участие в работе группы в течение всего времени

Этот принцип вводится в связи с тем, что ваше мнение очень значимо для других членов группы. Ваше отсутствие может привести к нарушению внутригрупповых отношений, к тому, что у других не будет возможности услышать вашу точку зрения по обсуждаемому вопросу.

3. Право каждого члена группы сказать «стоп» Можно прекратить обсуждение, если понимаете, что

упражнение может затронуть болезненные темы, которые повлекут за собой тяжелые переживания. Участник имеет право не принимать участия в обсуждении.

4. Каждый участник говорит за себя, от своего имени и не говорит за другого.

5. Не критиковать и признавать право каждого на высказывание своего мнения, уважать мнение другого

Нас достаточно критикуют и оценивают в жизни. Давайте в группе учиться понимать другого, чувствовать, что человек хотел сказать, какой смысл вложил в высказывание.

6. Высказываться деликатно, аккуратно.

7. Не выносить за пределы группы все то, что происходит на занятиях.

8. Внимательно выслушивать мнения других, не перебивать.

Принципы вводятся ведущим:

9. Ввести знак-регулятор, например поднятая рука, при котором все внимание обращается на ведущего.

10. Ввести лимит времени, который будет ограничивать и задавать рамки каждого занятия.

11. Попросить детей предложить дополнительные принципы, если они сочтут это необходимым.

II. Взаимное интервью

Воспитанники разбиваются на пары и в течение 10—15 минут проводят взаимное интервью. По окончании каждый представляет своего интервьюируемого.

В этой процедуре более высок обучающий эффект, так как есть хорошая возможность анализировать, на что обратил внимание интервьюер, удалось ли ему достоверно представить психологический портрет своего партнера, какие вопросы задавали друг другу пары. Участники также задают любые вопросы.

IV. Выводы

Это занятие способствует формированию первых впечатлений друг о друге. Устанавливается взаимопонимание и общий настрой на дальнейшее сотрудничество.

ЗАНЯТИЕ 2.

ПОТРЕБЛЕНИЕ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ:

МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Занятие можно проводить в трех вариантах на темы: курение; алкоголь; наркотики.

Цель: предоставить подросткам необходимую информацию для преодоления общепринятых мифов и неправильного понимания значения психоактивных веществ (алкоголя, табака, марихуаны).

Задачи:

обсуждение причин употребления психоактивных веществ;

обсуждение мифов и реальности воздействия психоактивных веществ на организм;

установить долговременный и кратковременный эффект влияния психоактивных веществ на организм;

описать процесс превращения человека в зависимого от алкоголя, табака, марихуаны.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги.

Задание на следующее занятие: попросить детей принести рекламу алкоголя и сигарет, вырезанную из журналов и газет.

Процедура проведения

ВАРИАНТ I.

КУРЕНИЕ: МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ Ведущий. На этом занятии вы получите фактическую информацию о курении, узнаете, сколько людей

курит, каковы причины курения, каковы немедленные и кратковременные последствия курения и в чем состоит процесс превращения в курильщика. Будут также затронуты проблемы социальной приемлемости курения.

I. Исследование проблемы

Подростки обычно переоценивают количество курящих людей. Подчеркнуть факт, что курильщики находятся в меньшинстве, задав детям следующие вопросы:

1. Какой процент подростков курит? (Курение в этом случае определяется как одна сигарета в неделю.)

- Подсчитать (больше половины, меньше половины и т.п.);
- проголосовать по каждой из оценок;
- назвать реальные цифры (11,4 %).

2. Какой процент взрослых курит?

- Подсчитать;
- проголосовать;
- назвать реальные цифры (30,8 %).

Ведущий. Курят гораздо меньше людей, чем мы думаем. В действительности курильщики составляют меньшинство. Большинство взрослых и подростков не курят. С 1975 по 1985 год количество старших подростков, которые курили, снизилось с 29 до 18,7%. 33,3% взрослых мужчин и 54% взрослых женщин никогда не курили.

II. Мозговой штурм

Обсудить причины курения/некурения подростков. Разделить лист бумаги на две части. Озаглавить одну половину «Причины курить», а другую «Причины не курить». Попросить детей перечислить причины того и другого. Каждое мнение выписывается отдельно и не изменяется. Добавить к спискам те причины, о которых дети не подумали.

Причины не курить: мне не нравится курить; курение вредно для здоровья; я не хочу иметь вредные привычки; это неприятно выглядит; это слишком дорого; это вызов другим — показать, что я не курю; никто из моих друзей не курит; это повредит моим спортивным достижениям; мои воспитатели не одобряют курение.

Причины курить: мне нравится курить; курение снимает раздражение, расслабляет меня; это привычка; все вокруг меня курят; курение помогает выглядеть и чувствовать себя старше; курение стимулирует меня, повышает тонус; курение дает мне шанс занять чем-то руки; это поможет мне сбавить вес; курение позволяет мне отвлечься, когда я скучаю или в плохом настроении; курение позволяет мне чувствовать себя независимым. Информация о курении (в помощь ведущему)

1. Научными исследованиями показано, что курение сигарет является первичным фактором риска для нескольких тяжелых хронических заболеваний, включая рак легких, коронарную недостаточность сердца, эмфизему и бронхит.

2. Девяносто процентов рака легких наблюдается у людей, которые курят.

3. Исследования показали, что каждая выкуренная человеком сигарета, уносит 6 минут его/ее жизни.

4. Сигареты опасны, потому что содержат или выделяют при горении ядовитые вещества — смолы, никотин, угарный газ.

5. Угарный газ является ядовитым веществом, которое снижает способность крови насыщать клетки организма необходимым количеством кислорода.

6. Большинство существующих способов лечения от курения эффективны лишь приблизительно в 50% случаев. В течение 6 месяцев после окончания лечения приблизительно половина лечившихся начинает снова курить.

7. Некоторые специалисты считают, что курение табака может привести к употреблению других наркотиков.

Ведущий. Рассмотрим некоторые причины того, почему люди курят (чтобы расслабиться, выглядеть старше, стать более популярными, лучше концентрироваться). Вы действительно думаете, что сигареты все это могут?

На самом деле сигареты — не магическое средство и не могут сделать все то, что им приписывается.

III. Беседа о долговременных последствиях курения

Спросить, в чем состоят некоторые долговременные, опасные для здоровья, последствия курения. Обсудить риск для курильщика заболеть и умереть от рака, сердечно-сосудистых заболеваний.

Ведущий. Курение является главным фактором риска нескольких видов рака, заболеваний сердца и хронических заболеваний органов дыхания.

Указанные три группы болезней вместе составляют причины 58% смертей в США ежегодно.

Пусть дети обсудят эффект, который курение оказывает на организм немедленно.

Попросить детей ответить на вопросы:

1. Как курит тот, кто только начал? В группе или один?

2. Отличается ли это от того, как курят давно курящие?

3. Думаешь ли ты, что взрослым курильщикам трудно бросить?

Почему? Могут ли люди на самом деле зависеть от сигарет?

Ведущий. Большинство курильщиков проходят через одни и те же стадии: пробуют курить, курят от случая к случаю, становятся заядлыми курильщиками.

Люди, курящие много (30 и более сигарет в день), обычно с огромным трудом отказываются от этой привычки, потому что становятся психологически и физиологически зависимыми.

Курение становится сейчас все более неприемлемым социально, все больше и больше взрослых людей бросают курить. За последние 20 лет число курящих снизилось на 12%. Сегодня главная проблема — это возрастание количества девочек-подростков, которые курят. За 10 лет их количество возросло на 7%.

IV. Главные выводы занятия

Подростки переоценивают количество курящих людей. Некурящих большинство.

Сигареты не являются магическим средством и не имеют всех тех эффектов, которые им приписываются.

Существует множество немедленных и отсроченных влияний курения на организм.

Курильщики проходят через ряд стадий при формировании вредной привычки.

Курение постепенно становится все менее и менее социально приемлемым.

Дым от сигарет потенциально опасен для некурящих.

ВАРИАНТ 2. АЛКОГОЛЬ:

МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

I. Описание влияния алкоголя на организм

Ведущий. Алкоголь всасывается через стенки желудка и кишечник и попадает непосредственно в кровяное русло. Затем с кровью он попадает в мозг, оказывая подавляющее действие на активность коры головного мозга.

Если алкоголь замедляет деятельность мозга (является депрессантом), как вы думаете, каковы некоторые физиологические и поведенческие эффекты воздействия алкоголя на организм?

Провести групповую дискуссию о физиологических и поведенческих эффектах влияния алкоголя на организм.

Небольшие дозы алкоголя:

- снижают способность ясно мыслить и принимать решение;
- заставляют почувствовать небольшое расслабление;
- заставляют почувствовать себя более свободным и смелым, чем обычно.

Большие дозы алкоголя:

- замедляют деятельность отдельных областей мозга;
- вызывают головокружение;
- снижают координацию;
- приводят к затруднениям речи, ходьбы, стояния;
- приводят к эмоциональной взрывчатости или подавленному настроению.

Некоторые люди могут:

- временно отключиться или потерять память вследствие влияния алкоголя на их мозг.

Поведенческие проявления воздействия алкоголя:

- драки/ссоры/насилие;
- громкие разговоры, крик;
- неприятное поведение;
- глупость/дурашливость;
- легкомыслие.

Алкоголь является психоактивным веществом. Люди, употребляют психоактивные вещества вследствие различных причин. Прием психоактивных веществ может иметь вредные последствия.

II. Объяснение причин

Убедить подростков в том, что большинство взрослых употребляют алкоголь только иногда и в умеренных дозах.

Ведущий. Какой процент населения употребляет алкогольные напитки? (Получить приблизительные оценки, проголосовать.) Реальные цифры таковы — 70%. Одна треть всех взрослых не пьет вообще!

Подсчитайте процент людей, которые напивается до полного опьянения и попадают, в происшествия в связи с этим. (Получить предположения подростков, проголосовать.) Реальные цифры — 10—12% взрослых являются сильно пьющими, выпивают за один прием 150 г водки и больше, пьют не реже чем раз в неделю.

Объяснить подросткам, что люди могут пить по-разному.

Попросить перечислить те модели употребления алкоголя, которые они видели. Записать на бумаге (алкоголь употребляют во время обеда, во время праздников, в общественных местах, кафе, ресторанах, после окончания рабочего дня).

Модели употребления алкоголя: на вечеринках; на семейных праздниках; перед едой «для пищеварения»; в ресторанах, кафе, барах; на улицах (чаще пьют пиво — прямо из бутылок на больших городских праздниках); на пляже во время отдыха; в общественном транспорте.

Модели поведения:

1. Полная трезвость. Около 30% взрослых не пьют вообще. Причины: нелюбовь к спиртному, религиозные убеждения, аллергия, бывшие алкоголики, которые излечились и боятся рецидива.

2. Ритуальное употребление алкоголя. Это употребление алкоголя в контексте религиозных служб или семейных ритуалов или обрядов.

3. Социальное употребление алкоголя (за компанию). Около 55% всех взрослых называют себя пьющими за компанию. Они употребляют алкоголь в подходящем месте и в подходящее время.

4. Проблемное употребление алкоголя. Алкоголь используется как средство для устранения проблем и отрицание чувств. В этом случае пьют слишком много и слишком часто. Такое поведение является разрушающим и часто усиливает проблемы человека, вместо того чтобы устранить их.

Попросить детей перечислить некоторые из вредных последствий такого типа употребления алкоголя (драки, плохое самочувствие, дорожно-транспортные происшествия, хронические заболевания, связанные с алкоголем).

Последствия: ссоры с близким человеком; чувство вины перед другим и перед собой; снижение самоуважения; развод в семье; смерть или несчастный случай.

Ведущий. Существует несколько вариантов употребления алкоголя. Некоторые (например, ритуальные или социальные) обычно считаются

приемлемыми для большинства взрослых людей. Тем не менее отдельные модели употребления алкоголя могут быть опасными и разрушительными.

В сознании подростков цифры пьющих и сильно пьющих взрослых людей значительно преувеличены.

III. Обсуждение мотивации употребления или неупотребления алкоголя

Спросить подростков, почему люди пьют и почему не пьют. Разделив лист бумаги на две части, заполняем табличку.

Оговорить реальное влияние алкоголя на человека: что алкоголь может и чего не может.

Спросить детей о влиянии алкоголя на организм. Дискуссия может быть организована вокруг следующих вопросов, задаваемых ведущим: Как алкоголь влияет на организм? Может ли употребление алкоголя помочь человеку расслабиться? Влияет ли алкоголь одинаково на разных людей? Почему некоторые люди способны выпить очень много? Помогает ли алкоголь уснуть?

Ведущий. Алкоголь может: помочь расслабиться; снять стресс, снизить боль; помочь уснуть; с его помощью можно манипулировать человеком.

Алкоголь не может: сделать тебя «круче», сильнее, красивее; помочь решить проблемы; снять стресс до конца; повысить самооценку.

Алкоголь — психоактивное вещество, которое снижает активность организма и действует как аспирин или другое болеутоляющее лекарство. Алкоголь не может сделать человека сильнее, умнее, приятнее, сексуально привлекательнее, могущественнее, богаче и т.п.

Люди пьют	Люди не пьют
------------------	---------------------

— чтобы снять стресс	— вредно для здоровья
— для интереса	— чтобы показать силу воли
— для новых ощущений	— ради другого
— не нравится на вкус	—' чтобы показаться взрослее
— чтобы «забыться»	— из-за страха, например, смерти
— для окружающих	— из страха попасть в зависимость
— чтобы быть «круче»	— не соотносится с жизненными принципами
— от «пофигизма»	— из-за религиозных убеждений
— нравится на вкус/ для удовольствия	— чтобы не отличаться от других
— на зло кому-то/ форма протеста	— для имиджа (здоровый образ жизни, спорт и т.д.)
— для имиджа	— для поддержания статуса
— из подражания	
— ради самоутверждения	
— иллюзия свободы	
— чтобы лучше концентрироваться	
— стать более популярным	

IV. Беседа

Показать подросткам, что употребление алкоголя не является эффективным методом разрешения проблем.

Ведущий. Алкоголь является психоактивным веществом, содержащимся в спиртных напитках. Алкоголь угнетает работу головного мозга, т.е. заставляет мозг работать более медленно.

Небольшое количество алкоголя: уменьшает способность четко мыслить и принимать решения; приводит к тому, что люди чувствуют себя более смелыми, чем обычно, и идут на риск. Большое количество алкоголя: снижает активность различных отделов мозга и нервной системы в целом; вызывает головокружение; снижает координацию; снижает время реакции; затрудняет речь, ходьбу; может явиться причиной смерти.

Алкоголь и наркотики производят временный эффект. Вместе с выводом алкоголя из организма уходит и хорошее настроение. Период хорошего настроения сменяется плохим настроением, которое обычно сопровождается депрессией, усталостью, тревогой. Наилучший способ поднять настроение — это естественные способы: физкультура, спорт, танцы, объятия, прикосновения, музыка, романтические чувства, молитвы, медитация, дружба, любовь.

Чем больше человек употребляет алкоголя, тем больше ему надо, чтобы получить тот же самый эффект. Это является результатом привыкания к алкоголю. Организм постепенно становится толерантным к алкоголю. Важно знать, что возрастание толерантности означает возникновение физической зависимости.

Банка пива или бокал вина содержат приблизительно столько же алкоголя, сколько стопка водки, виски, рома, джина.

Если человек выпил, то ему захочется спать. Однако, подобно другим депрессантам, алкоголь не погружает его в спокойный сон, приносящий отдых. Сон пьяного или выпившего человека, это не тот же самый сон, что у трезвого. Выпивший накануне обычно встает усталым, нервным и т.п.

V. Обобщение основного содержания занятия

- Алкоголь — психоактивное вещество. Подобно другим психоактивным веществам, которые относятся к категории депрессантов, алкоголь замедляет работу коры головного мозга и нервной системы в целом.

- Хотя около 70% взрослых употребляют алкоголь, подавляющее большинство делает это от случая к случаю и в умеренных дозах Треть всех взрослых вообще не пьет.

- Только небольшая часть взрослых — пьяницы и алкоголики.

- Алкоголь не может сделать человека сильнее, сообразительнее, симпатичнее, сексуальнее, могущественнее и т.д.

- Употребление алкоголя не является эффективным способом разрешения проблем, фактически он их усугубляет.

- Умение много пить не пьянея ничего общего не имеет с силой или другими положительными свойствами человека.

- Опьянение или постоянное употребление алкоголя не делает человека старше или лучше.

ВАРИАНТ 3.

МАРИХУАНА: МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Цель: изучить мифы и реальные факты, касающиеся марихуаны.

Задачи:

- описать марихуану;

- выяснить, что большинство взрослых и подростков не курят марихуану;

- обсудить причины, по которым подростки могут использовать марихуану;

- обсудить реальное воздействие марихуаны на организм: что может и чего не может марихуана;

- обсудить долговременное и кратковременное влияние марихуаны на организм;

- обсудить легализацию марихуаны.

I. Информация о наркотике

Ведущий. На этом занятии вы получите важную информацию о марихуане. Мы обсудим причины того, почему люди начинают употреблять запрещенный законом наркотик, и каковы немедленные и отсроченные последствия воздействия марихуаны на организм.

Марихуана производится из дикорастущего растения, которое может быть культивировано людьми. Растение содержит более 400 химических веществ. Оно способно отравлять тех, кто его употребляет, за счет своего психоактивного ингредиента — 9-дельта-тетрагидроканнабинола. Это вещество в различных количествах находится в разных частях растения.

Конопля была известна издавна благодаря прочным волокнам стебля и получаемому из семян маслу, которое использовалось в кулинарии и в живописи. Известна она была и как растение, содержащее психоактивные вещества, наиболее сильно сконцентрированные в листьях и упругих цветущих верхушках.

Установить, что большинство подростков и взрослых не курят марихуану.

Проголосовать: какой процент подростков курят марихуану?

Ведущий. Последние опросы показали, что подростки в старших классах средней школы пробовали марихуану в 50,2%, около 21% — пользователи (иногда в течение последнего месяца), но только около 3,3% курили марихуану ежедневно.

И. Обсуждение последствий употребления марихуаны

Мозговой штурм причин, по которым люди употребляют марихуану. Перечень причин выписывается на лист бумаги. Например: любопытство; групповое давление; желание казаться старше; приятные ощущения; способ справиться с неприятностями.

Обсудить, что может и чего не может марихуана.

Мнения подростков выписываются на лист бумаги и не изменяются.

Ведущий. Марихуана, как и другие часто употребляемые вещества, вызывающие зависимость, не поможет при решении жизненных проблем и не может гарантировать принятие подростка группой сверстников. Марихуана может вызвать эйфорию и на протяжении состояния эйфории, создавать иллюзию, что проблемы нашли разрешение. Как только действие марихуаны заканчивается, человек снова оказывается лицом к лицу с теми же проблемами.

Обсуждаются немедленные и отсроченные последствия воздействия марихуаны на организм.

Лист делится на две части, и записываются мнения детей без изменения.

Ведущий. Наиболее интенсивные ощущения возникают через 30 минут после начала курения. Воздействие наркотика длится до трех часов после окончания курения. Марихуана приводит к повышению сердцебиения и учащению пульса, покраснению глаз, сухости в гортани и во рту, небольшому понижению температуры тела. Небольшие дозы марихуаны способствуют появлению чувства неуютности с возрастающим

ощущением благополучия и даже эйфории. Большие дозы делают ощущения более отчетливыми. Искажение восприятия, утрата личностной идентификации, фантазии и галлюцинации — результат приема больших доз марихуаны.

Долговременные последствия. Активное вещество, марихуаны адсорбируется многими тканями и органами тела человека. Ее можно найти в организме через месяц после того, как она употреблялась. В эксперименте на обезьянах, которые курили по пять раз в неделю на протяжении 6 месяцев, было показано, что изменения появились в головном мозге. Марихуана приводит к заболеваниям легких, так как курильщик вдыхает неотфильтрованный дым и старается удержать его так долго, как только это возможно. Это может способствовать воспалению легких и воздействовать на другие органы дыхания. Употребление марихуаны повреждает репродуктивные системы как мужчин, так и женщин. С увеличением продолжительности употребления марихуаны снижается количество вырабатываемой спермы. Постоянное употребление марихуаны женщинами снижает их способность беременеть и нарушает менструальный цикл.

III. Дискуссия о легализации наркотиков

IV. Обобщение содержания занятия

Ведущий. Марихуана — психоактивное вещество, наркотик.

В соответствии с последними опросами, марихуану курят значительно меньшее количество людей, чем обычный табак. Таким образом, большинство взрослых и подростков не курят марихуану.

Одна из главных причин, почему люди начинают употреблять марихуану, — давление сверстников.

Марихуана не дает избавления от проблем.

ЗАНЯТИЕ 3. РЕКЛАМА

Цель: повысить осознание подростками приемов, которые используются рекламой для манипулирования поведением покупателей, и научить их сопротивляться этим приемам.

Задачи:

дать краткую информацию о целях рекламы;

обсудить основные рекламные приемы;

обыграть и проанализировать рекламу сигарет или алкоголя;

обсудить альтернативные способы реагирования на рекламу.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: вырезки из газет и журналов — реклама табака и алкоголя; большой лист бумаги, карандаши, фломастеры.

Процедура проведения

Ведущий. Реклама является сильным средством влияния на человека, множество наших ежедневных решений незаметно регулируется рекламой. Узнав больше о рекламе и приемах, которые она использует для того, чтобы покупались определенные продукты или осуществлялось определенное

поведение, мы станем менее внушаемы и не будем, даже под влиянием рекламы, делать то, чего без влияния рекламы не сделали бы.

I. Обсуждение целей рекламы

Попросить подростков коротко обсудить цель рекламы. Вопросы:

1. Почему фирмы рекламируют себя и свою продукцию? Мозговой штурм. Все мнения выписываются на лист бумаги.

2. Думают ли они, что их реклама правдива? Проголосовать.

Ведущий. Цель рекламы — продать товар. Она не только сообщает факты, но и преувеличивает, дает неверную информацию, чтобы продукция покупалась.

II. Описание наиболее распространенных рекламных приемов

Попросить подростков рассказать о рекламе, которая им больше всего запомнилась, и о том впечатлении, которая она на них произвела. Определить, какой прием эта реклама использует. Все мнения выписываются на лист бумаги.

Приемы рекламы: известность; внешняя привлекательность, красота; «пофигизм»; «романтика»; сексуальность; юмор, комический эффект; благосостояние; направленность на простого человека; «шик»; необычность; использование контрастов; индивидуальность, стиль; эмансипация; направленность на здоровый образ жизни; поднятие самооценки.

Примеры общеизвестных рекламных призывов сигарет:

Marlboro — романтика, удовольствие, популярность, жизнелюбие, чистота и здоровье;

Winston — маскулинность, для активных людей, живущих в деревне, здоровье;

Salem — сексуальный призыв, "успех, привлекательность, удовольствие, наслаждение.

Примеры приемов рекламы алкоголя:

популярность (алкоголь сделает вас более популярным);

романтика (алкоголь важен для того, чтобы понравиться противоположному полу);

зрелость (употребление алкоголя означает, что вы взрослый);

молодость (алкоголь означает, что вы молоды и активны);

ум (потребление алкоголя — часть современной, интеллектуальной, красивой жизни);

удовольствие (алкоголь приятен на вкус, является необходимым компонентом веселья);

расслабление (алкоголь снимает напряжение и расслабляет).

III. Анализ рекламных приемов

Каждый участник выбирает себе рекламные вырезки. Дается задание: за 5 минут проанализировать приемы конкретной рекламы и затем рассказать о них. По возможности должен высказаться каждый участник. Желательные могут дополнить анализ.

IV. Разыгрывание рекламного сюжета

Разделившись на группы (по 5 чел.), участники придумывают сюжет ролика с рекламой сигарет или алкоголя и разыгрывают его.

После просмотра каждого ролика обсудить различные пути интерпретации рекламы алкоголя и сигарет.

Примеры вопросов: «Что остается за кадром? Для кого реклама предназначена?»

Ведущий. Те, кто рекламирует сигареты, алкоголь и другие продукты, стараются манипулировать людьми с целью побудить их купить все это. Они создают иллюзию того, что сигареты или алкоголь сделают жизнь более приятной и улучшат ее.

V. Обобщение

главных моментов занятия

- Цель рекламы — продажа продукции.
- В большинстве случаев реклама не просто сообщает информацию, но также преувеличивает свойства продукции для того, чтобы побудить людей ее купить.
- Телевидение, радио, газеты, журналы — наиболее распространенные каналы рекламы.
- Реклама часто обманчива и уводит потребителя в сторону, фокусируясь на чем-то, не имеющем прямого отношения к рекламируемому товару.
- Мы не замечаем, как реклама манипулирует нами.
- Существуют альтернативные способы реагирования на рекламу сигарет или алкоголя. Для этого следует помнить, что реклама пытается манипулировать людьми, создавая впечатление, что курение и употребление алкоголя как-то улучшает их жизнь.

ЗАНЯТИЕ 4, Я И МОЕ ТЕЛО

Цель: расширение опыта взаимодействия с телесным образом «Я».

Задачи:

описать варианты изменения телесного облика;
моделирование ситуации изменения образа тела;
актуализация выбора индивидуального решения.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: краски, кисточки, большой лист бумаги, фломастеры.

Процедура проведения

Ведущий. Сегодня вы будете заниматься некоторыми приемами изменения своего тела. Многие люди чувствуют неудовлетворенность своим телом в различных жизненных ситуациях. Для этого они прибегают к различным изменениям своего тела.

I. Мозговой штурм

. Подросткам предлагается ответить на вопросы:

1. Что мы делаем со своим телом?
2. Для чего?

Лист бумаги делится на две части, куда вписываются предложенные варианты и мнения детей, а также их положительные и отрицательные стороны. Добавить к причинам те, которые подростки не указали.

Отрицательные стороны: вредно для здоровья; невозможность впоследствии полностью избавиться; «забывает» индивидуальность, становишься рабом отдельного круга людей, моды, рекламы; может не понравиться другу/подруге и послужить причиной конфликта; навязывание стереотипа поведения, иногда губительного для личности.

Положительные стороны: подчеркивает индивидуальность; появляется чувство гордости за то, что ты не такой, как все; меняется настроение и поведение в целом, например был замкнутым, «забитым», стал крутым и сильным; красота и привлечение внимания.

II. Обсуждение

Обсудить, зачем человек прибегает к таким способам изменения своей внешности. Разобрать культурные и исторические аспекты нанесения татуировок, макияжа, прокалывания различных частей тела, например: ритуал, средство привлечения внимания, коммуникации, статусные отношения.

III. Инсценирование

Предложить подросткам придумать и нанести красками на свое тело татуировки и макияж.

IV. Обсуждение в кругу

Каждый участник говорит о том, что он хотел изобразить, почему именно на этом месте, в таком объеме и что чувствует в этом образе.

Предложить участникам представить, что нанесенный узор — настоящая татуировка и они прожили с ней 50 лет. Какие чувства они при этом испытывают?

V. Обобщение главных моментов занятия

- Изменение телесного облика ведет к изменению состояния;
- моделируемая ситуация позволяет актуализировать выбор индивидуального решения при возможности изменения или вмешательства в свое тело;
- интенсивность нанесения татуировок, макияжа, пирсинга отражает «чувство меры» человека, индивидуальные особенности личности, выполняет компенсаторные функции;
- татуировка отражает временное состояние; после определенного срока человек хочет изменить или избавиться от нее.

Что мы делаем со своим телом

Для чего

1. Макияж

- кому-нибудь понравиться
- приятно выглядеть — для себя и окружающих
- повысить уверенность в себе
- по привычке

- скрыть недостатки
- подчеркнуть индивидуальность

2. Тагуировка

- красиво и модно
- в подражание другим
- стереотипы
- чтобы выразить внутренний мир
- показать индивидуальность
- это «круто», показать свою силу, авторитет (у зеков),
- необычность, стиль
- чтобы шокировать окружающих
- вызывает чувство гордости

3. Пирсинг

- принадлежность к какому-нибудь клану, вере
- стильность
- сексуальность
- имидж
- чтобы не быть как все
- модно

Чего стесняются	Причины
<ul style="list-style-type: none"> — большой рост — большой нос — полнота/худоба — косметические дефекты — угри — цвет кожи — кривые ноги — ненакачанное тело ! 	<ul style="list-style-type: none"> — мнения окружающих — насмешки, издевки — уровень личностного развития — после болезней — боятся быть хуже других — из-за образа жизни — сниженная самооценка — боязнь быть на виду — неуверенность в себе — боязнь быть непризнанным — из-за сниженной силы воли

ЗАНЯТИЕ 5, Я И МОЁ ТЕЛО (продолжение)

Цель: тело как ценность; формирование бережного и позитивного отношения к собственному телу.

Задачи:

обсудить различные варианты отношения к телу;

установить, что многие люди стесняются своего тела или отдельных его частей;

моделирование репрезентации образа тела;

обсуждение созданной телесной модели.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: пластилин.

Процедура проведения

Ведущий. Сегодня мы будем заниматься «строительством тела» из пластилина. Многие люди стесняются своего тела, его формы. Но на протяжении веков критерии красоты и гармонии человеческого тела менялись и зависели от веяний моды и социальных критериев. Однако каждое тело обладает уникальностью и неповторимостью, а потому и бесценно.

I. Мозговой штурм

Провести мозговой штурм причин, по которым люди стесняются своего телесного облика. Для этого на одной половине листа бумаги выписываются мнения о том, чего стесняются люди, а на другой — причины стеснения.

II. Лепим фигуру

Разделить подростков на три группы. Предложить вылепить из пластилина любые части человеческого тела. Каждый ребенок выполняет задание самостоятельно, не советуясь и не договариваясь с другими. Возможен вариант, когда участники договариваются. Это служит дополнительным диагностическим критерием на значимые детали тела.

III. Обсуждение

Готовые части тела соединить в единую фигуру. Каждая подгруппа демонстрирует свое произведение, называет, что это за существо, как функционирует, что может и что ему недоступно. Участники из других подгрупп также высказывают свое мнение, принимают участие в обсуждении.

Попросить каждого подростка рассказать, какую часть тела он лепил, почему и какими качествами, благодаря этому, стала обладать сделанная фигура.

IV. Выводы

Завершить обсуждение кратким резюме по поводу индивидуальной стратегии работы и непохожести одного тела на другое.

- Излишне акцентируя внимание на отдельных частях тела и игнорируя другие, мы тем самым формируем искаженный образ тела, создавая дефицит телесного опыта.

- Человек стесняется своего тела чаще всего из-за насмешек других людей, общественного мнения. По этой причине он может замкнуться в себе.

- Иногда даже человек с хорошей фигурой начинает «комплексовать», так как у него нарушена внутренняя гармония. Он думает, что некрасив, и остальные относятся к нему так же.

- Следует повышать свою самооценку, любить себя таким, каков ты есть, потому что ты такой один — единственный и неповторимый, несмотря на все твои недостатки.

ЗАНЯТИЕ 6. ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИИ

Цель: исследовать процесс принятия решения группой.

Задачи:

обучить эффективному поведению в процессе поиска согласия в группах;

получить информацию о коммуникативных процессах в группе и о существующих в ней отношениях доминирования и руководства;

способствовать сплочению участников группы.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: копии инструкции, листы бумаги, карандаши.

Процедура проведения

Ведущий. Сегодня мы на примере игры узнаем, как и почему люди принимают решения. Чем старше вы становитесь, тем более сложные решения вам придется принимать. Наша игра даст вам возможность поучиться принимать решения.

I. Инструкция

Каждый участник получает указание за 15 минут выполнить задание по инструкции.

Ведущий. Вы дрейфуете на яхте в южной части Тихого океана. В результате пожара большая часть яхты и находящегося на ней груза уничтожены. Теперь яхта медленно тонет. Ваше местонахождение неизвестно, потому что навигационные приборы испорчены. По самым благоприятным оценкам, вы находитесь примерно в тысяче миль к юго-западу от ближайшего берега.

Ниже приведен список из 15 предметов, которые не пострадали от пожара. Кроме того, у вас осталась резиновая спасательная шлюпка с веслами, достаточно большая, чтобы вместить вас, остальной экипаж и все перечисленные ниже предметы. Плюс к тому в карманах у всех вас в сумме набирается пачка сигарет, несколько коробков спичек и пять долларовых банкнот.

Ваша задача — расставить все предметы из списка по их важности для выживания. Самый важный предмет получает номер 1, следующий — номер 2 и так далее до номера 15, который наименее важен.

- Секстант
- Зеркальце для бритвы
- Пятигаллоновый бочонок воды
- Противомоскитная сетка
- Одна коробка с армейским рационом питания
- Карты Тихого океана
- Подушка для сиденья

(одобрено как плавсредство службой спасения на водах)

- Двухгаллоновый баллон дизельного топлива
- Транзисторный приемник
- Репеллент для отпугивания акул
- Двадцать квадратных футов светонепроницаемого пластика
- Одна кварта пуэрториканского рома
- Пятнадцать футов нейлоновой веревки
- Две коробки шоколада
- Набор рыболовных принадлежностей

II. Выработка решения

После того как каждый закончил работу над своим списком, группа получает 45 минут для выполнения следующей задачи.

Надо выработать общее для всей группы решение, руководствуясь специальным методом достижения консенсуса. Он предусматривает достижение согласия всех членов группы относительно позиции каждого предмета в списке.

После того как группа завершит свою работу над списком, посмотрите в приложении к занятию, каким должен быть правильный порядок. Можно сравнить результаты работы каждого участника с результатом, который был получен группой в целом.

III. Обсуждение процесса принятия решения

Проводится в форме групповой дискуссии.

1. Какие стили поведения способствовали или препятствовали достижению согласия?
2. Какие отношения лидерства и подчинения выявились в процессе принятия общего решения?
3. Кто участвовал в выработке консенсуса, а кто нет?
4. Какой была атмосфера в группе во время обсуждения?
5. Удалось ли использовать возможности группы оптимальным образом?
6. Как можно улучшить процесс принятия общего решения?

Выводы

Выработать единое мнение трудно. Не каждая оценка важности предмета из списка будет соответствовать мнению всех участников. Некоторые рекомендации по достижению соглашения:

- не ставить свое мнение превыше всего; подходить к каждому вопросу с позиций логики;
- не отказываться от своего мнения на том лишь основании, что это необходимо для достижения согласия и предотвращения конфликта;
- поддерживать только те решения, с которыми вы можете согласиться хотя бы отчасти;
- избегать таких способов борьбы с конфликтами, как голосование, усреднение, торг;
- относиться к расхождениям во мнениях как фактору, который способствует принятию решения, а не препятствует ему.

Приложение к занятию

Пять этапов принятия решений

1. Проясни для себя, какое решение необходимо принять.
2. Продумай все возможные альтернативы (что ты можешь сделать в этой ситуации).
3. Собери информацию, необходимую для принятия решений.
4. Продумай последствия каждой альтернативы (подумай, что произойдет при принятии каждого возможного решения).
5. Выбери наилучшую альтернативу и осуществи необходимые действия. Будь уверен, что доведешь решение до конца.

Ответы и их обоснование

Эксперты считают, что главным для потерпевших крушение посреди океана является то, что может привлечь к ним внимание, и то, что может поддержать их существование, пока не появится помощь. Навигационные приборы и спасательные шлюпки особого значения не имеют. Даже если небольшой спасательный плот и может доплыть до ближайшего берега сам по себе, необходимые запасы продовольствия на нем не уместятся. Поэтому первостепенную важность приобретают зеркальце для бритвы и канистра с горючей смесью. И то и другое можно использовать для сигнализации. Менее важны запасы воды и пищи, например ящик с армейским рационом питания.

Ниже ранжирование оставшихся на яхте предметов приводится вместе с его обоснованием. Краткие пояснения, разумеется, не исчерпывают всех способов применения каждого предмета, а отмечают только самые главные из них.

1. Зеркальце для бритвы.
Чрезвычайно важное средство привлечения внимания воздушной службы спасения.
2. Двухгаллоновый баллон дизельного топлива. Важное средство сигнализации: пятно горючей смеси будет держаться на поверхности воды, где его можно поджечь с помощью спичек и долларовых банкнот.
3. Пятигаллоновый бочонок воды. Необходим для восполнения потери жидкости в организме.
4. Одна коробка с армейским рационом питания. Основной запас питания.
5. Двадцать квадратных футов светонепроницаемого пластика.
Можно использовать для сбора дождевой воды и для защиты от непогоды.
6. Две коробки шоколада. Резервный запас питания.
7. Набор рыболовных принадлежностей. Поставлен ниже шоколада, потому что «синица в руках лучше журавль в небе». Рыбу еще поймать надо.
8. Пятнадцать футов нейлоновой веревки. Веревкой можно привязать нужные вещи, чтобы они не свалились за борт.

9. Подушка для сиденья (одобрена как плавсредство службой спасения на водах).

Если кто-то окажется за бортом, ее можно использовать как спасательное средство.

10. Репеллент для отпугивания акул. Понятно, для чего он может понадобиться.

11. Одна кварта пуэрториканского рома.

80%-ная крепость достаточна, чтобы использовать ром как антисептик в случае травмы. Во всех остальных отношениях он бесполезен. Прием рома внутрь вызовет жажду.

12. Транзисторный приемник.

Бесполезен, потому что не укомплектован передатчиком и находится вне зоны приема коротковолновых радиостанций.

13. Карты Тихого океана.

Бесполезны в отсутствие другого навигационного оборудования. И вообще неважно, где находитесь вы. Важно, где находятся спасатели.

14. Противомоскитная сетка.

Посреди Тихого океана москитов не бывает.

15. Секстант.

Без навигационных таблиц и хронометра бесполезен.

Основное соображение, на основании которого средства сигнализации помещены выше средств поддержания жизни (пища, вода), состоит в том, что без средств сигнализации практически нет шансов быть замеченными и спасенными. Более того, практика показывает, что в большинстве случаев спасение происходит в пределах первых полутора суток после катастрофы, а в течение этого времени можно продержаться без воды и питья.

ЗАНЯТИЕ 7. Я И МОИ СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ

Цель: показать спектр ролей личности; дифференцировать свое «Я» и роли, роли и маски.

Задачи:

предоставить детям возможность попытаться изменить свое поведение;

предоставить детям возможность применить новые формы поведения в ситуациях, приближенных к реальным;

смоделировать более успешные формы поведения, разыграть их в безопасной обстановке;

дать детям возможность испытать незнакомые чувства, воспринять новые мысли и идеи;

дать обратную связь.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: не требуются.

Процедура проведения

Ведущий. Есть мнение, что человек представляет собой набор ролей. В каждый момент мы не только можем считать себя сложной совокупностью

ролей, но с течением времени роли, которые нам приходится играть, расширяются, углубляются или временно отходят на второй план; а то и постепенно исчезают из репертуара. Одни из них постоянно общаются между собой, другие ведут уединенный образ жизни.

Короче говоря, каждого из нас можно считать группой. Момент несовпадения роли и внутреннего «Я» позволяет говорить о масках. Эти маски могут принимать множество различных форм. Например, каждый из вас, сидя за партой, надевает маску хорошего ученика. Выйдя из школы, в кругу друзей, вы меняете маску. Дома она приобретает новый облик.

Маски создаются для того, чтобы помочь людям справляться с жизнью, и поэтому их можно считать «масками приспособления». Каждая из них имеет свою природу. Они создаются для определенной цели. Всем им есть что о себе сказать, и любая история будет связана с чувствами, которые оказываются слишком сильными, чтобы их сдерживать. Поэтому человеку требуется маска, чтобы их скрыть, сковать и отделить от себя.

Таким образом, с одной стороны, маска предохраняет человека, с другой — является окном в его сложный внутренний мир.

I. Групповая дискуссия

Обсудить спектр ролей, присущих человеку, в частности подростку. Мнения детей выписываются на большой лист бумаги. Например, подросток может иметь следующие роли: ученик, сын, брат, покупатель, друг и др.

Выяснить - когда, зачем и в каких ситуациях человек надевает маски. Не имея возможности выразить свои истинные чувства, мы скрываемся за масками, например, «пофигиста», «хорошей девочки», «тусовщика», «крутого парня», «нытика и зануды» и др.

II. Игра «Маски, которые мы надеваем»

Разбить детей на пары. У каждой пары должно быть два стула. Предложить разыграть небольшую сценку из жизни, например: покупатель — продавец, ученик — учитель, родитель — ребенок и т.д., где один участник «надевает» маску. Затем дети меняются местами, и второй участник становится маской первого, то есть происходит вынесение вовне (называние) маски. Далее партнеры разворачивают диалог между маской и «Я». После этого проигрывается маска второго подростка.

Если в начале игры детям сложно справиться с заданием, ведущий должен на примере одной из пар разыграть упражнение.

III. Обсуждение

Попросите детей поделиться своими впечатлениями о том, как развивался диалог и как они чувствовали себя в этой ситуации.

IV. Выводы

В процессе ролевой игры ситуация обретает конкретные черты и становится более понятной детям. Они учатся дифференцировать «Я» и свои роли, роли и маски, называть их (выносить вовне), тем самым позволяя контролировать их и изменять свое поведение в зависимости от ситуации.

Я И МОИ СОЦИАЛЬНЫЕ РОЛИ (продолжение!)

Цель: формирование навыков преодоления эгоцентризма; определение дистанции и статусных отношений в конфликтных межличностных ситуациях.

Задачи:

научиться принимать ответственность за нормативные нарушения;
принятие переживаний в конфликтных ситуациях;
формирование границ в сложных межличностных ситуациях;
осознание мотивов индивидуального поведения; формирование навыка эмпатии. Время: 1 час 45 минут. Материалы: выбирают дети.

Процедура проведения

Ведущий. В повседневной жизни человеку приходится сталкиваться с проблемами, например, когда он совершает какой-либо проступок. В этих случаях нам трудно адекватно и беспристрастно воспринять ситуацию, взять вину на себя и осознать свои переживания, а также принять точку зрения другого. Вам часто трудно представить себе, что может чувствовать или думать другой человек.

Смена ролей помогает поставить себя на место другого в конфликтных ситуациях — между ребенком и родителями, между ребенком и учителем, между ребенком и сверстниками. Цель смены ролей — добиться понимания чужой точки зрения и тем самым изменить свое поведение или отношение.

I. Мозговой штурм

Детям предлагается ответить на вопрос: когда мы что-то нарушаем, что происходит? Как нас наказывают и что запрещают?

Мнения выписываются на большой лист бумаги и могут быть дополнены ведущим. Например, не разрешают гулять лишний час; не дают карманных денег; не пускают на дискотеку; воспитатели сильно злятся и наказывают по-разному; ставят в угол; не доверят больше чего-то важного; обижаются; прощают; сильно орут; начинается разговор и «промывка мозгов».

II. Групповая дискуссия

Обсудить причины, по которым мы совершаем нарушения.

III. Игра на смену ролей

Разбить участников группы на пары. Задать темы конфликтных ситуаций, например: встреча с контролером в транспорте при безбилетном проезде; вернулся домой с дискотеки наутро; взял без разрешения деньги и др. (с учетом высказанных мнений). Проиграть ситуацию, в которой попытаться принять точку зрения другого, принять ответственность за содеянный поступок и не дать себя унижить, когда берешь на себя вину.

IV. Обсуждение позиций конфликтующих сторон

Обсудить, как полученные знания можно применить в похожих ситуациях в реальной жизни.

V. Выводы

В конфликтных ситуациях бывает трудно контролировать свое поведение и переживание, что негативно влияет на выяснение отношений. Сумев принять на себя ответственность, нужно также уметь отстаивать свои права, не теряя при этом чувство собственного достоинства.

Смена ролей помогает понять точку зрения другого.

ЗАНЯТИЕ 5. САМООЦЕНКА

Цель: поддержание позитивной самооценки.

Задачи:

обсудить способы поддержания позитивной самооценки;

дать подростку возможность полностью осознать свои силы;

дать возможность каждому члену группы узнать, как его воспринимают другие участники;

предоставить участникам возможность соотнести самооценку и оценку членами группы;

формирование умения слушать и давать обратную связь.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: два стула.

Процедура проведения

Ведущий. Самооценка отражает степень развития у человека чувства самоуважения, ощущения собственной ценности и позитивного отношения ко всему тому, что входит в сферу его интересов. На самооценку влияют несколько факторов. Во-первых, представления о том, каков человек на самом деле и каким он хотел бы быть; во-вторых, человек склонен оценивать себя так, как, по его мнению, его оценивают другие; в-третьих, человек испытывает удовлетворение не оттого, что он просто делает что-то хорошо, а оттого, что он избрал определенное дело и именно его делает хорошо.

I. Групповая дискуссия

Тема дискуссии: «Как мы поддерживаем и улучшаем свою самооценку». Мнения выписываются на отдельный лист бумаги и дополняются ведущим. Например: улучшаем внешность (прическа, макияж, следим за фигурой); занимаемся самообразованием, развитием своих талантов, способностей; достигаем успеха в каком-то деле; обесцениваем других людей; выигрываем конкурсы, соревнования; помогаем другим людям, тем самым повышая свою самооценку; украшаем свой уголок плакатами с надписями: «Ты — лучший!» и т.д.; «нарываемся» на комплимент; иногда рисуемся (делаем то, что не свойственно, но это выглядит «круто», ярко); не ставим глобальных целей; имеем хобби как способ выделиться из толпы; усилием воли стараемся себя перебороть, сделать что-то на грани возможного.

II. Говорим друг другу комплименты

Отдельно — так, чтобы всем хорошо было видно, поставить два стула друг напротив друга. Предложить одному из участников занять один из стульев, все остальные члены группы по очереди садятся на свободный стул и называют ему только его положительные качества. Слушатель может

попросить уточнить то или иное высказывание, задать дополнительные вопросы, но не имеет права на отрицание или оправдание.

Каждый член группы, по возможности, должен занять место слушателя.

III. Обсуждение

Обсудить, что каждый из участников чувствовал и думал в процессе выполнения задания.

IV. Выводы

Чтобы поддержать позитивную самооценку, мы прибегаем к разным стратегиям. Например, подчеркиваем свой позитивный опыт, избегаем постановки глобальных целей, обесцениваем других и др. Таким образом человек формирует, несколько образов «Я», строит гибкую и устойчивую самооценку, выстраивая иерархию образов «Я».

ЗАНЯТИЕ 10. САМООЦЕНКА (продолжение).

Цель: моделирование своего образа «Я» в будущем
дать подростку возможность осознать свои силы;
построить модель из неструктурированного материала образа «Я» в будущем.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: пластилин, бумага, цветные карандаши, фломастеры, краски (по выбору).

Процедура проведения

I. Лепим, рисуем

Предложить подросткам вылепить из пластилина или нарисовать модель своего образа «Я» в будущем.

II. Обсуждение

Каждый участник называет фигуру и рассказывает о ней.

III. Выводы

Создание материального образа выносит вонне переживания подростка и дает возможность их отрефлексировать.

Построение идеального образа будущего повышает самооценку в настоящем и актуализирует более точное представление о себе.

ЗАНЯТИЕ 11.

НЕАГРЕССИВНОЕ НАСТАИВАНИЕ НА СВОЕМ

Цель: научить подростков неагрессивно настаивать на своем.

Задачи:

идентифицировать общеизвестные ситуации, когда требуется неагрессивно настаивать на своем;

идентифицировать тактики убеждения;

упражняться в навыках вербального неагрессивного настаивания на своем;

упражняться в невербальных навыках неагрессивного настаивания на своем.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги, фломастеры.

Процедура проведения

Ведущий. Есть множество ситуаций, в которых трудно честно и открыто выражать свои чувства и настаивать на своих правах, когда они нарушаются. На этом занятии вы научитесь, как эффективно справляться с такими ситуациями, то есть постараетесь неагрессивно настаивать на своем.

I. Мозговой штурм

Перечислить общеизвестные ситуации, когда людям трудно неагрессивно настаивать на своем. Например: сказать «нет» другу; выразить мнение, не совпадающее с мнением другого; попросить снисхождения для себя, попросить об одолжении; сказать человеку, что в нем есть что-то, что сводит вас с ума; высказать претензии; вернуть обратно некачественный товар, купленный вами; сказать продавцу, что он вас обсчитал; сказать учителю или воспитателю, что он поступил нечестно.

II. Виды поведения и их причины

Ведущий. На приведенные выше ситуации можно реагировать тремя разными способами. Первый — быть пассивным, то есть никак не реагировать. Такое пассивное поведение предполагает избегание конфронтации, игнорирование ситуации или предоставление активности другому человеку. Второй — агрессивное поведение. Это включает атаку на другого человека, чрезмерное реагирование. Третий — неагрессивное настаивание на своем, которое предполагает умение постоять за свои права, честно и открыто выразить себя, свое отношение и быть ответственным за свое поведение.

Существуют разные причины того, почему люди иногда не настаивают на своих правах и не выражают свои чувства. Например: не хотят начинать спор или ссору; не хотят устраивать сцен; боятся, что будут выглядеть глупо; не хотят оказаться замешанными в драку; не хотят оскорбить другого человека; рационализируют, говоря, что на самом деле это не так уж важно, чтобы вокруг этого создавать проблему.

III. Выгоды неагрессивного настаивания на своем

Спросите детей, какие преимущества, по их мнению, можно получить, умея неагрессивно настаивать на своем. Выпишите это на лист.

Примеры ряда преимуществ: личное удовлетворение; повышение вероятности того, что вы получите то, что хотите; возрастающая самооценка; повышение чувства контроля за своей жизнью; понижение тревоги из-за межличностных конфликтов; повышение способности стоять за свои права и не допускать, чтобы люди брали над вами верх; уважение и симпатия со стороны окружающих.

IV. Упражнения для выработки вербальных навыков неагрессивного настаивания на своем

Ведущий. Первая важная область неагрессивного

настаивания на своем включает обучение умению сказать «нет» или стоять на своем, когда что-то требуют или просят. Умение сказать «нет» включает три компонента:

- а) скажите о вашей позиции;
- б) назовите причины или суждения в пользу этой позиции;
- в) признайте позицию и чувства другого человека. Другая область

неагрессивного настаивания на своем включает умение попросить об одолжении или настаивать на своих правах:

- а) скажите о том, что ситуация или проблема должна быть изменена;
- б) потребуйте, чтобы ситуация была изменена или проблема разрешена.

Последний навык включает умение выражать чувства, как положительные, так и отрицательные. Например: «Ты мне нравишься на самом деле», «Я на тебя очень зол», «Я ценю, что ты это сказал», «Это меня на самом деле злит» и т.д. Я-высказывания отражают неагрессивное настаивание на своем: я чувствую; я хочу; мне не нравится; я могу; я согласен.

А теперь давайте разыграем сценки, иллюстрирующие вербальный навык неагрессивного настаивания на своем.

V. Упражнения по выработке невербальных навыков неагрессивного настаивания на своем

Ведущий. Идентифицируйте и поупражняйтесь

в следующих невербальных навыках неагрессивного настаивания на своем, предполагающих как словесное высказывание, так и соответствующее невербальное сопровождение: громкость голоса; поток произносимых слов; контакт глаз; выражение лица; положение тела (позы); дистанция.

Попросить подростков разыграть ситуации, приведенные выше, но на этот раз сконцентрироваться на невербальных компонентах.

VI. Выводы

Неагрессивное настаивание на своем служит вашим интересам, отстаивает ваши права, позволяет открыто и честно выражать себя и при этом не задевает прав других людей.

Оно повышает вероятность получения того, что вам в жизни надо, и приносит личное удовлетворение.

Неагрессивное настаивание на своем включает невербальные и вербальные компоненты и может быть сформировано путем упражнений.

ЗАНЯТИЕ 12. ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ПОЛОВ

Цель: научить подростков социальным навыкам, необходимым для взаимоотношений со сверстниками, умению познакомиться с понравившимся человеком.

Задачи:

обсудить, какие атрибуты привлекательны для лиц противоположного пола;

обсудить значение внешних (физических) данных во взаимоотношениях;

обсудить чувства, необходимые для начала разговора с человеком противоположного пола, и чувства, которые препятствуют этому (страх, стыд и т.д.).

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги, фломастеры, карандаши.

Процедура проведения

Ведущий. Сегодня мы будем отрабатывать социальные приемы на примере ситуаций, включающих отношения между мальчиками и девочками.

Какие атрибуты делают человека привлекательным, вызывающим стремление взаимодействовать?

Написать эти признаки на листе бумаги. Отметить, что некоторые из них могут быть прямо противоположными. Обсудить причины этого. Например: внешний вид (прическа, макияж, фигура); «честный, открытый» взгляд; стремление другого вступить в диалог; хорбшие манеры; вызывающее поведение; схожие черты поведения; сексуальная привлекательность; физическая сила.

I. Привести примеры

Попросить участников вспомнить кинозвезд или «секс-бомб», которые считаются сексуально привлекательными и в то же время относительно непривлекательны физически. Подумать, а затем обсудить, что это значит.

II. Обсудить чувства

Ведущий. Есть чувства, которые могут затруднять первый разговор с человеком противоположного пола. Например: стеснительность; думаешь, что совсем не достоин этого человека; боязнь, что тебя «пошлют»; окажешься человеком из другого круга; кажется, что по сравнению с ним/с ней ты «урод», плохо выглядишь; низкая самооценка.

III. Разыграть ситуацию

Предложить подросткам разыграть ситуацию по следующей инструкции: «Вы свободны. Как грамотно назначить свидание, пригласить в кино?»

Дети разбиваются на пары, потом меняются ролями.

«Если вам отказали, что ответить?»

Спросить участников, какой способ назначить свидание они считают наилучшим. Обсудить эффективность этих приемов.

IV. Выводы

- Люди противоположного пола могут нравиться по многим причинам.
- Представления людей о привлекательности могут существенно различаться.
- Многие люди испытывают стеснение при разговоре с противоположным полом.
- Приемы, используемые для эффективного общения, могут быть применены для установления контакта и беседы с противоположным полом.

ЗАНЯТИЕ 13. МОДЕЛИ СЕКСУАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Цель: обсуждение причин, моделей и последствий сексуального поведения; формирование адекватного отношения подростков к вопросам гигиены сексуального поведения.

Задачи:

- обсудить проблему перехода сексуального поведения в провокацию насилия;
- обсудить факторы, которые могут способствовать провокации насилия;
- обсудить адекватные модели сексуального поведения, в том числе и в кризисных ситуациях.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги, фломастеры.

Процедура проведения

Ведущий. Сегодня мы будем обсуждать тему сексуального поведения, которое может привести к негативным последствиям, а именно: насилию, преждевременной беременности, заболеваниям, передающимся половым путем.

I. Мозговой штурм

Мозговой штурм проблем сексуального поведения, насилия, провокации насилия.

На большом листе бумаги выписываются мнения подростков о таких понятиях, как сексуальное поведение, насилие (в широком смысле), провокация насилия. Добавить неназванные варианты.

II. Обсуждение

Обсудить факторы и последствия сексуального насилия на конкретном примере. Если подростки затрудняются привести пример, ведущий предлагает сюжет, например фрагмент из фильма или литературного произведения.

III. Дискуссия по поводу альтернативных моделей поведения

IV. Выводы

На этом занятии мы обсуждали проблему границ сексуального поведения и его возможного перехода в ситуацию насилия. В большинстве случаев насилие — результат, а не случайное стечение обстоятельств. Как насильник, так и жертва в равной степени вносят свой определенный вклад в содеянное. Поведение жертвы провоцирует или способствует насилию. Управляя своим поведением, можно контролировать, а в ряде случаев изменять ситуацию, поведение окружающих. В случае изнасилования необходимо своевременно обращаться к специалистам, которые окажут содействие, чтобы избежать порой необратимых последствий.

ЗАНЯТИЕ 14 КОНФЛИКТ

Цель: развитие навыков общения в конфликтных интимно-личностных ситуациях.

Задачи:

обсуждение реакций, возникающих в конфликтных интимно-личностных отношениях;

моделирование и выработка навыка приемлемого ответа в конфликтных ситуациях.

Время: 1 час 45 минут.

Материалы: большой лист бумаги, карандаши, фломастеры.

Процедура проведения

I. Мозговой штурм

Мозговой штурм проблемы интимно-личностных конфликтов. «Когда тебе предлагают, например, интимные отношения, как ты реагируешь?» Записать мнения подростков на листе бумаги. Обсудить, почему эти темы могут вызвать затруднения. Мнения подростков: возникает реакция отказа; посылаешь на фиг; хочется быстрее поменять тему или вообще уйти; иногда полезно посмеяться; испытываешь страх; испытываешь чувство стыда; разочаровываешься в человеке.

Причины затруднения: об этом не принято открыто говорить; просто не нравится; страшно; боишься оттолкнуть любимого человека.

II. Разыгрывание сценки

Участники разыграли сцену признания в любви. Молодой человек давно хочет признаться своей подруге в любви. И вот наконец он решился...

— Ты знаешь, я хочу тебе что-то сказать...

— Ну? Было бы интересно, — говорит кокетливо. Далее следует молчание.

— Чего же ты молчишь? Давай говори!

— Если бы это было так легко, то... Она его перебивает, раздраженно:

— Слушай, ты меня уже достал! Или ты говоришь, или я пошла! — демонстративно встает.

— Да нет, ничего... в следующий раз. Безразлично:

— Ну как хочешь! Отворачивается.

После этого предложить подросткам высказать свои соображения по поводу разыгрываемой ситуации.

Мнения детей: нельзя агрессивно выразить свои чувства, особенно если человек тебе дорог; надо всегда выслушать до конца, а если человек не может сказать, то помочь ему; дать понять, что для тебя это важно; никогда не сдаваться и доводить все до конца; если твой друг или подруга так реагируют, то, может быть, стоит пересмотреть отношения.

Ведущий. На примере разыгранной ситуации мы видим, что страх, возникающий когда тебе предлагают интимные отношения, может «маскироваться». В данном случае он проявился через агрессивное поведение девушки. Мы должны использовать другие, позитивные модели

поведения. Выражение страха или агрессия являются неэффективными и во многом могут спровоцировать или усилить ситуацию конфликта.

III. Моделирование приемлемых ответов

Смоделировать и проиграть варианты приемлемых ответов, которые не обидят Партнера и не вызовут у него состояния дискомфорта.

В процессе занятия разыгрывается несколько сцен с различными сюжетами.

IV. Выводы

В межличностном общении могут возникнуть ситуации, в которых человек, особенно молодой, испытывает затруднения в обращении к партнеру или не знает, что и как ответить, чтобы не создать конфликта. Приемлемым считается ответ, который демонстрирует, прежде всего, уважение к партнеру, честность, прямоту, тактичность, откровенность.

ЗАНЯТИЕ 15. ПРОБЛЕМ ПОЛОРОЛЕВОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ

Цель: обсуждение структуры полоролевой идентификации.

Задачи:

рассмотрение психологического и культурального аспекта проблемы унисекса;

обсуждение интрапсихических механизмов самоидентичности;

обсуждение проблемы «унисекса» в контексте межличностных механизмов;

формирование субъективных критериев гармонии самоидентичности.

Время: 1,5 часа.

Место проведения: открытая площадка, пляж. Материалы: большой лист бумаги, фломастеры, журналы.

Процедура проведения

Ведущий. В средствах массовой информации, шоу-бизнесе, рекламе образ современного человека во многом связывается с универсальными моделями поведения, не дифференцированными на мужские и женские. Порой мы внимательно всматриваемся в рекламу на обложках модных журналов, стараясь понять: кто же изображен — мужчина или женщина.

Современная парфюмерная промышленность постепенно отходит от классических ароматов, предпочитая «совершенные, универсальные». Проблема унисекса выступает сегодня как культурный феномен, претендуя на роль ведущей, особенно в молодежной среде.

I. Мозговой штурм

Мозговой штурм проблемы унисекса в культурном аспекте. Привести примеры, где в повседневной жизни мы сталкиваемся с проявлениями унисекса (реклама, шоу-бизнес, мода и т.д.). В качестве одного из источников предлагается использовать модные журналы.

На парфюмерных изделиях иногда пишут unі; универсальная одежда, например облегающие кожаные брюки, широкие джинсы; короткие у женщин и длинные у мужчин волосы; в некоторых телепрограммах ведущие

играют роли противоположного пола, встречается это и на эстраде; на фотографиях в модных журналах изображены «не поймешь кто — девушка или парень»; изменение телесного облика: татуировки, макияж, пирсинг).

II. Обсуждение

Обсудить влияние социума на трансформацию половых ролей мужчины и женщины, размывание границ самоидентичности (как крайняя форма — переделывание пола, т. е. транссексуализм).

Рассмотреть негативные последствия искаженной самоидентичности в межличностных отношениях (крайняя форма — гомосексуальные отношения).

Обозначить проблему индивидуального отношения к моде унисекса (следовать или не следовать ей; чего хочет, чего избегает и что реально получает от нее подросток); субъективные критерии «золотой середины».

III. Выводы

Проблема унисекса может рассматриваться с точки зрения психологического и культурного аспектов. В настоящее время общесоциальные тенденции таковы, что происходит трансформация ролей мужчины и женщины, размывание границ самоидентичности, вплоть до крайних форм (переделывание пола, гомосексуальные отношения, сексуальные девиации). Один из главных источников, который насаждает культуру унисекса и создает определенные ценности, особенно в подростковом периоде, — это средства массовой информации (реклама, кинофильмы, телепередачи), шоу-бизнес, а также веяния моды (стиль одежды, прически, пирсинг, татуаж). Прагматические ценности информационного и шоу-бизнеса прямо или косвенно, целенаправленно или спонтанно влияют на устойчивость и индивидуальные особенности самоидентичности. Отсюда с неизбежностью вытекает потребность в осознании негативных воздействий подобных тенденций и выработке собственных стратегий приспособления к негативным обстоятельствам.

ЗАНЯТИЕ 16. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОЕ

Цель: подведение итогов групповой работы. Задачи:

получить обратную связь от участников группы; создать позитивную атмосферу прощания. Место проведения: открытая площадка. Время: 1 час.

Материалы: плотный лист цветной бумаги, карандаши, ручки, фломастеры.

Процедура проведения

Вариант I

Каждый ребенок складывает лист бумаги пополам, как поздравительную открытку, кладет на внешнюю сторону открытки свою ладонь, обводит ее карандашом и пишет внутри «руки» свое имя. (Рука является личным символом открытости для других.) Затем подросток передает свою открытку соседу слева, который должен написать что-нибудь внутри. Карточки передаются до тех пор, пока каждый не напишет по предложению остальным.

Вариант II

Раздать подросткам по листу бумаги и фломастеру. Попросить их написать свои инициалы в правом верхнем углу. Ведущий также подписывает свой листок. Каждый ребенок пишет короткую строчку, с которой будет начинаться поэма. Далее участник передает свой листок соседу слева, и тот дописывает свою строчку, продолжающую поэму. После того как каждый напишет по одной строчке на всех листках, законченная поэма возвращается автору первой строки.

Примеры для образца:

Мы много узнали и стали умней...

Наша группа словно цветок...

Мне так хорошо, я знаю так много...

После того как все поэмы будут написаны, прочтите сначала свою. Потом спросите, кто еще хочет прочитать свою поэму.

Получение обратной связи

Раздать участникам группы листы и попросить ответить на вопросы:

Что больше всего понравилось в занятиях? Что не понравилось совсем? О чем бы еще хотели узнать? Что, на ваш взгляд, было лишним? Какая форма работы понравилась и запомнилась больше всего? Что нового узнали?

Некоторые высказывания детей: понравилось то, что мы откровенно обсуждали свои проблемы, анализировали различные мнения; мы разобрали не так уж много психологических ситуаций — их могло быть больше; хотелось бы узнать более тонко психологию людей; мы сблизилась с первого занятия и могли обсуждать то, что не могли обсуждать раньше; нашел выход для себя из трудных ситуаций; узнали о себе больше; хочется больше узнать о ревности друзей и подруг; научились выражать открыто свое мнение и не бояться этого; получили информацию о вредных привычках.

Занятия по предупреждению употребления психоактивных веществ для воспитанников 7 – 9 классов.

Проведение тренинговых занятий по профилактике подростковой наркомании (формирование навыков социальной и личностной компетентности).

Цель: обучение подростков здоровому стилю жизни и навыкам сопротивления приобщению к психоактивным веществам (алкоголю и наркотикам)

Задачи:

1. Сформировать навыки, которые помогут подросткам лучше понимать себя, сделать положительный выбор жизни, принимать решение с четким сознанием собственного поведения и с ответственным отношением к социальным и культурным требованиям общества.

2. Сформировать навыки самозащиты и предупреждения возникновения проблем.

Решение каждой из этих задач предполагает формирование определенного социально-психологического навыка:

- общения,
- принятия решения,
- решения проблем,
- критического мышления,
- межличностных контактов,
- регуляции эмоционального состояния
- умения постоять за себя и договориться с другими,
- сопротивления негативным влияниям сверстников,
- социального приспособления.

Первый день

Занятие 1. Знакомство.

1. Упражнение "Близкие знакомые". Водящий, отвернувшись, должен описать внешний вид воспитанников (во что одет, какого цвета глаза; усложнение - задаются вопросы, например, кто одет в зеленую рубашку, у кого карие глаза и т.п.).

2. "Представление себя". Участники на листе бумаги пишут о своих качествах, способностях, интересах и т.п. Затем ведущий собирает своеобразные характеристики подростков на самих себя и поочередно зачитывает их, предлагая угадать, кто является автором данной характеристики.

3. Упражнение "Взаимные претензии". Ведущий говорит о том, что у нас накопилось достаточно претензий по отношению к противоположному полу. Затем просит группу разбиться на две команды по признаку пола. Каждой команде выдается по листу бумаги и ручка. Задание - сформулировать и написать список претензий по отношению к противоположному полу. Например: "Я бы больше уважал девушек, если бы они меньше болтали, меньше кокетничали и т.д." "Я бы больше уважала парней, если бы они были более внимательны, аккуратны и т.д." Далее ведущий зачитывает общий список претензий от одной и другой команды. Список вывешивается на видном месте.

Затем участники образуют два круга — внутренний и внешний. Один круг — мальчики, другой — девочки. Они выстраиваются лицом друг к другу. Каждый участник должен выбрать по своему усмотрению три претензии по отношению к другому полу и высказать их человеку, оказавшемуся напротив него. Партнер отвечает, выбирая один из трех возможных ответов:

- "Это не про меня";
- "Это так, и я могу это изменить";
- "Это так, но это мое, я не могу или не хочу это менять. Это мое".

После этого они меняются ролями.

По сигналу ведущего участники перемещаются к следующему человеку и процедура повторяется. Это происходит до тех пор, пока все участники не обменяются друг с другом претензиями.

Обсуждение: ведущий предлагает обсудить следующие вопросы:

- какие чувства вы испытывали, высказывая претензии;

- что было трудно, приятно, неприятно;
- какие чувства вы испытываете сейчас;
- как вы думаете, испытывали бы вы те же чувства услышав все это от своей девушки (парня);
- что лучше: чтобы девушка (парень) высказывала вам свои претензии или нет.

Занятие 2 "Виды отношений между людьми"

Цель: сформировать представление о разнообразии межличностных отношений

Задачи:

формирование представления о причинах возникновения межличностных отношений;

формирование стремления к удовлетворению своих потребностей в принадлежности к какой-либо группе;

формирование способов исследования характера отношения к человеку со стороны других людей.

1. Дискуссия:

- "Как вы считаете, какого рода отношения бывают между людьми? С чем связано, что между людьми возникают неодинаково ровные отношения?"

- "Какие существуют различия между такими понятиями, как "знакомство", "дружба", "любовь" "

2. Упражнение "Плюс и минус". Ведущий раздает участникам игры карточки с обозначением знака "плюс" или "минус". Необходимо, чтобы участников с карточкой "минус" было ровно столько же, сколько участников с карточкой "плюс". Ведущий просит ребят прикрепить карточки к верхней одежде и хаотично расположиться в помещении. Инструкция к игре: «Представьте, что вы заряженные частицы. Одни из вас положительно заряженные, другие отрицательно. На расстоянии вытянутой руки "минус" и "плюс" притягивают друг друга, образуя своеобразное соединение. К ним могут присоединяться другие частицы. Если на расстоянии вытянутой руки встречаются одинаково заряженные частицы, то они "отталкиваются" друг от друга на расстояние трех шагов». Таким образом, участники игры должны образовать "цепочки соединений". После образования "цепочек" ведущий просит участников занятий, которые составили отдельные группы, рассказать про характер отношения друг с другом в школе и вне нее.

Обсуждение: почему вы образовали именно такие "цепочки"; что нового вы узнали о том, как к вам относятся одноклассники

3. Дискуссия:

- "Какие качества личности помогают поддержания дружеские отношения?"

- "Какие существуют "роли" внутри группы какой-либо компании или класса?"

- "Ощущение одиночества! Какие причины возникновения?"

4. Упражнение "Ролевые шапки". В игре принимают участие шесть человек. Остальные учащиеся образуют "аквариум" вокруг действующих лиц игры. Ведущий каждому участнику игры надевает на голову бумажный ободок, на котором написана одна из социальных ролей: "козел отпущения", "лидер", "шут", "свой парень", "ботаник", "громила". Для изготовления бумажного ободка надо скрепить между собой два листа бумаги формата А4 по их ширине. Соединить листы бумаги можно при помощи степлера. Ведущий просит участников игры начать разговор на любую отвлеченную тему (например, какой подарок купить классной руководительнице на День учителя). Манера обращения к каждому герою игры должна соответствовать его социальной роли. Ведущий предупреждает, что не в коем разе нельзя говорить участникам игры о социальных ролях, которые закреплены за ними. После завершения игры участники должны предположить, какие социальные роли они представляли.

Обсуждение: впечатление от игры, сложности в выполнении задания игры.

Занятие 3 "Инструменты общения"

Цель: расширить арсенал способов межличностного общения

Задачи:

- формирование представления о том, что такое инструменты общения;
- формирование убеждения о необходимости сотрудничества при разрешении конфликтных ситуаций;
- формирование навыков конструктивного общения в решении спорных вопросов.

1. Дискуссия:

- "Каким способом вы пытаетесь разрешить конфликтную ситуацию?"
- "Что вы предпринимаете, когда необходимо отстоять свою точку зрения?"
- "Для чего нужна критика?"

2. Упражнение "Цивилизация". Игра представляет собой историю существования и отношений друг с другом двух цивилизаций. Участники делятся на две команды, которые придумывают историю возникновения своей цивилизации и уклад жизни людей, живущих в этой цивилизации. Участникам игры необходимо определить кто в их команде будет отвечать за основные направления политики: дипломатия, государственная безопасность, социальное обеспечение и т.п. После распределения обязанностей внутри группы ведущий "втягивает" две цивилизации в конфликтную ситуацию, которая может обернуться войной. Участники команд должны в этой ситуации перестроить "мирное существование" своих цивилизаций и принять решение о способах выхода из конфликта.

Обсуждение: используемые средства давления на мнение другого человека, способы решения конфликта, своевременность уступки или компромисса.

3. Дискуссия:

- "Какие существуют способы влияния на мнение другого человека?"

4. Упражнение "Судебный процесс". Инсценировку судебного процесса, на котором принимается "Закон на школьных предметах". Участники делятся на три команды сторона обвинения, защита, присяжные заседатели. Так же необходимо выбрать судью, который будет вести заседание. Главный обвинитель (прокурор) и адвокат подбирают себе команду из свидетелей, которые будут отстаивать их интересы, например; педагог и ученик, соответственно. Цель игры — выработать законодательный акт об уроках в школе.

Обсуждение: способы отстаивания своей точки зрения, использованные методы убеждения.

Занятие 2. "Стресс. Способы преодоления стресса"

Цель: обучить конструктивным способам преодоления негативных переживаний.

Задачи:

- проанализировать представления о стрессе и стрессовых ситуациях;
- освоить способы преодоления стресса;
- обучить технике "Я-высказывание".

1. Дискуссия о том, когда эмоции проявляются наиболее сильно и в каких формах могут выражаться. Ведущий акцентирует внимание на том, что наиболее сильные эмоции мы испытываем в критических (не типичных) ситуациях. Приводит 2—3 примера стрессовых ситуаций и просит подростков дополнить его ситуациями из собственной жизни.

2. Обсуждение факторов, делающих организм наиболее уязвимым для стресса: никотин, алкоголь, низкая физическая активность; факторы, способствующих противостоянию стрессу: физическая активность, правильное питание, навыки саморегуляции.

3. Упражнение "Релаксация". Ведущий просит подростков сесть как можно удобнее, держа спину прямо. Ноги не скрещивать, руки свободно лежат на коленях, глаза закрыть. Сделать несколько глубоких вдохов и выдохов. Затем последовательно напрягать мышцы тела, начиная со стоп, затем икры, бедра, таз, живот, грудь, кисти рук, предплечья, плечи, шея и закончить мышцами головы. При этом мышцы всего тела должны оказать в напряжении. Это напряжение держим несколько секунд, доведя его до максимума, а затем резко расслабляемся. Отдыхаем одну минуту, спокойно сидя на стуле при этом внутренним взглядом пытаемся представить все свое тело.

На этом можно закончить, так как этого упражнения достаточно для снятия неприятных симптомов стресса. Это упражнение можно дополнить визуализацией образа моря, леса, луга, залитого солнцем и т.д.

4. Дискуссия на тему "Причины стресса":

— всегда ли мы четко можем сказать, почему мы испытываем те или иные эмоции;

— для чего нужно знать причины возникновения того или иного состояния;

5. Программа 4 шагов борьбы со стрессом:

1. Определите источник стресса.

2. Дайте точное определение эмоциям, которые вы испытываете.

3. Наметьте шаги преодоления стрессовой ситуации

4. Выполните намеченные решения

6. Упражнение «Стресс». Ведущий предлагает разбиться на две команды. Выдает подросткам карточки с какой-нибудь стрессовой ситуацией и предлагает разрешить предложенную ситуацию, используя 4-шаговую модель преодоления стресса.

7. Дискуссия о том насколько важно, чтобы другие люди понимали, какие ты испытываешь эмоции. Какие проблемы могут возникнуть, если другие не понимают, какие эмоции ты испытываешь (обида, прекращение взаимоотношений и т.д.). Как показать другому человеку, какие ты испытываешь чувства. Ведущий подчеркивает, что наиболее эффективным способом в таких ситуациях — разговор о своих чувствах. Причем говорить нужно от первого лица (Я-высказывания): "Я чувствую, что...", "У меня такое ощущение, что...", "Мне кажется, что...".

8. Упражнение "Выход из конфликта". Ведущий предлагает разбиться на пары. Одна пара проигрывает обычное для подростков развитие конфликта. Другая пара проигрывает ту же ситуацию, но с Я-высказываниями:

Шаг 1-й: вырази свое чувство (ключевая фраза: "Я ...")

Ты можешь быть сердитым, огорченным, разочарованным или испытывать другие чувства. Очень важно установить как для себя, так и для других то, что ты испытываешь. Например, если твой десятилетний сын возвращается домой из школы слишком поздно, ты чувствуешь скорее волнение, чем гнев. Зная о твоём волнении, сын быстрее поймет, почему нежелательно позднее возвращение из школы и впредь постарается не допускать такого рода поступков.

Шаг 2-й: установи, какое конкретное событие вызвало у тебя это чувство (ключевая фраза: "Я... потому что..."),

Будь точным и конкретным. Воспользуйся ситуацией чтобы попытаться изменить конкретный поступок, а не целиком личность своего ребенка.

"Я волнуюсь, потому что ты не подготовился к контрольной работе".

"Я огорчен, потому что видел тебя с бутылкой пива".

Шаг 3-й: объясни, почему то или иное событие вызвало у тебя это чувство (ключевая фраза: "Когда ты..., то почувствовал...").

Разъяснение почему то или иное событие вызывает у тебя конкретное чувство, позволяет подростку узнать, что твои чувства имеют причину, и это подтолкнет твоего ребенка к решению проблемы.

"Когда ты не подготовился к контрольной работе, я почувствовал, что ты не беспокоишься о получении хороших отметок".

"Когда ты был замечен с бутылкой пива, я подумал, что ты пытаешься приобрести дешевый авторитет в глазах своих друзей".

Занятие 3 "Острые коммуникации"

Цель: предоставить учащимся арсенал способов конструктивного разрешения остроконфликтных ситуаций, связанных с унижением достоинства человека.

Задачи:

- формирование представления о причинах возникновения остроконфликтных ситуациях, имеющих отношении к особенностям личности человека;
- формирование уважительного самоотношения в ситуации нанесения оскорбления;
- формирование умения выстраивать отношения с людьми, без ущемления своих прав.

1. Дискуссия:

- "По каким причинам возникают конфликты между сверстниками, переходящие в драку?"
- "Почему сверстники дают друг другу прозвища?"
- "Почему возникает пренебрежительное отношение к однокласснику со стороны других учащихся?"

2. Игра "Сказка для взрослых". Участники делятся на три команды. Каждая из команд определяет сказку, которая станет основой для создания новой "сказки для взрослых". Ведущий дает следующее задание: "Придумайте новый сценарий сказки, которую вы выбрали. Для этого положительные герои сказки должны примерить не себе маску злодея, а отрицательные — маску добродетели. В связи с этим, конечно, измениться сюжет сказки. Для начала определите, кто в команде будет исполнять роль перечисленных вами героев сказки. Постарайтесь наполнить сюжет сказки многочисленными выяснениями отношений между "сильными" и "слабыми", "умными" и "глупыми". Эти отношения могут принимать характер унижения, оскорбления, глумления, издевательства и т.п.". После того, как учащиеся придумали сюжет, команды по очереди показывают свою "новую сказку".

Обсуждение: впечатление от игры; ощущения, которые испытали участники игры в ситуации "выяснения отношений"; примеры из жизни, когда учащиеся сталкивались с недоброжелательным отношением со стороны сверстников или взрослых людей

3. Дискуссия:

- "Как себя вести в ситуации "вымогания" денег, "придинок" сверстников, шантажа и других "козней" сверстников?"

- "Какие черты характера, особенности личности человека определяет уживчивый и конфликтный ст отношений с людьми?"

4. Упражнение "Наезд". Участники делятся на три группы: первая команда, вторая команда и два эксперта игры. Перед началом игры ведущий просит, чтобы внутри первой и второй команды учащиеся поделились на пары. Игра состоит из нескольких раундов (по числу пар в играющих командах). Ведущий на каждый раунд задает проблемную ситуацию, связанную с "острыми" коммуникациями между подростками ("выбивание" денег, шантаж, угроза физи-ческой расправы, вовлечение в драку, оскорбление и т.п. От каждой команды в игре принимает участие по одной паре, т.е. раунд состоит из "выяснения отношений" между двумя парами, защищающими интересы своих команд. Перед началом "выяснения отношений" ведущий определяет, какая из пар будет "наезжать" и "отвечать за базар (кто нападающий и кто защищающийся в инсценируемой ситуации). Игру оценивают два эксперта, которые засчитывают баллы по двум пунктам:

- за конструктивный способ разрешения проблемы
 - за находчивость в деле обострения конфликта

№ пары	Первая команда		Вторая команда	
	"нападение"	"защита"	"нападение"	"защита"
Итого:				

В начале игры только один представитель от каждой пары принимает участие в "завязке" проблемы. Интрига игры состоит в том, что эксперт в любой момент разыгрывания ситуации может хлопнуть в ладоши и участники пар должны сменить друг друга. Эксперты между собой договариваются, какой из команд они будит сигнализировать о смене участника игры. Таким образом, сюжетная линия "выяснения отношений" может состоять из взлетов и падений, успехов и неудач.

При каждом новом раунде команды меняются ролевыми позициями — кто был нападающим, теперь должен отразить противоположный характер "выяснения отношений".

В конце игры эксперты суммируют баллы, полученные командами, и определяют победителя.

Обсуждение: впечатление от игры, трудности в выполнении задания.

Занятие 3 "Я и взрослые"

Цель: сформировать представление о различие в стиле общения с воспитателями, преподавателями и другими взрослыми людьми

Задачи:

- формирование представления о сотрудничестве со взрослыми;
- формирование уважительного отношения к мнению взрослых;
- формирование способов решения проблем в сотрудничестве со взрослыми.

1. Дискуссия:

- "С кем из взрослых людей вам приходится общаться изо дня в день?"
- "Чем отличаются манера обращения и содержание беседы с перечисленными вами взрослыми людьми?"
- "Что о вас думают и как относятся к вам эти взрослые люди? Нет ли противоречия между тем, что они думают и как ведут себя с вами? Нет ли такого противоречивого отношения со взрослыми у вас?"

2. Упражнение "Я хочу попросить..." Участники занятий делятся на подгруппы из пяти человек и распределяют между собой роли: подросток, папа (мама), преподаватель, незнакомый взрослый человек, хорошо знакомый взрослый человек (например, сосед). Участник игры, исполняющий роль "подростка", должен по очереди попросить у остальных героев упражнения помочь нарисовать ему в полный рост тело человека. Для проведения игры используются: карандаши, маркеры, однотонные обои.

Обсуждение: манера обращения друг к другу, как взрослые отреагировали на столь необычную просьбу - что подумали и как себя повели в такой ситуации.

3. Информация к занятию.

- Понятие о форме обращения к различным категориям взрослых людей.
- Рассмотрение атрибутов взрослой и подростковой "картины мира" (интересы, заботы, род занятий и т.п.)
- Чем похожи и чем отличаются отношением к жизни подростки и взрослые?
- Чему можно и не следует подражать подростку из мира взрослых?

4. Упражнение "Стенка на стенку". Участники занятий делятся на две подгруппы. Одна подгруппа представляет интересы взрослых, другая защищает интересы подростков. Игра проходит в форме вопроса и ответа. "Подростки" задают какой-либо каверзный вопрос, касающийся взаимоотношений с взрослыми, а команда "Взрослых" должна на него ответить. Затем в качестве "ответчиков" выступает команда "Подростков" и так далее. Желательно, чтобы каждый из участников игры имел возможность задать и ответить на вопрос.

Примерные вопросы: "Зачем подростки носят такие широкие штаны?" "Почему взрослые постоянно учат как нам жить?" и т.п.

Обсуждение: общее впечатление от игры, когда было трудно и легко принимать участие в обсуждении проблемы взаимоотношения с взрослыми.

Занятие 4 "Я и сверстники"

Цель: сформировать представление о механизме возникновения различных подростковых групп

Задачи:

- формирование представления о терпимом отношении к людям, чьи взгляды не совпадают с мнением большинства;
- формирование уважительного отношения к точке зрения другого человека;
- формирование навыков дипломатического разрешения спорных вопросов между сверстниками.

1. Дискуссия:

- "Каким образом можно поделить ребят вашего возраста, с которыми вы общаетесь изо дня в день?"
- "По каким признакам ребята объединяются в различного рода группы?"
- "Чем отличаются ваши отношения со сверстниками, которых вы отнесли в разные группы?"

2. Упражнение "Подписание мирного договора". Участники делятся на четыре подгруппы "металлисты", "рокеры", "ботаники", "футбольные фанаты". Командам предлагается написать историю возникновения их группы, правила, по которым они живут в мире, девиз и кто может стать участником их "тусовки". Затем один из представителей каждой команды зачитывает этот своеобразный "Устав" группы. Далее участники игры высказываются о том, что их больше всего раздражает в поведении ребят, которые принадлежат к другой группе. Заканчивается игра совместным сочинением мирного договора, под которым подписываются все участники игры.

Обсуждение: впечатление от игры, примеры реальных ситуаций противоборства между различными неформальными объединениями молодежи.

3. Информация к занятию:

- Почему важно терпимо относиться к людям, чьи взгляды на жизнь и интересы не совпадают с мнением других людей?
- Почему подростки с негодованием относятся к сверстникам, которые каким-либо образом отличаются от них?

4. Упражнение "Ты мне нравишься тем...". Участники встают в круг. Ведущий бросает мяч одному из участников, говоря при этом "Мне в тебе нравится..." и называя понравившееся качество (несколько качеств). Участник, получивший мяч, бросает его другому человеку и называет понравившееся ему качество этого человека. Мяч должен побывать у всех участников.

Занятие 4 "Алкоголь"

Цель: сформировать негативное отношение к употреблению алкогольных напитков в подростковом возрасте

Задачи:

- формирование представления о причинах начала употребления алкогольных напитков в подростковом возрасте;
- формирование негативного отношения к употреблению алкогольных напитков;
- формирование навыков сопротивления групповому давлению в ситуации приобщения к алкоголю.

1. Дискуссия:

- "Причины первых проб алкогольных напитков"

2. Упражнение "Между молотом и наковальней".

Участники делятся на три подгруппы. Ребята из первой команды по правилам игры не определились в своем отношении к алкогольным напиткам. Вторая команда — лояльно относится к употреблению алкогольных напитков. Третья — категорично против употребления алкоголя. Ведущий в этой игре выступает в роли режиссера. Игра состоит из трех этапов:

1. Участники первой команды беседуют между собой на отвлеченную тему

2. Вторая команда приносит с собой бутылку вина и предлагает ее распить с ребятами из первой команды

3. Через некоторое время подходят ребята из третьей команды и отговаривают участников первой команды попробовать алкогольный напиток.

Таким образом, участники первой команды находятся под перекрестным давлением ребят из второй и третьей команды.

Обсуждение: способы давления на мнение человека

3. **Упражнение "Фэнтэзи"**. Участники делятся на три команды. Ведущий дает следующие задание: "Используя слова: вино, компания, боль, родители, страшно, весело, девушк'а, парень, рвота, музыка, уговоры и школа, — попытайтесь придумать небольшой рассказ о неудачном знакомстве с алкогольным напитком одного из героев вашего рассказа".

Обсуждение: возможные негативные последствия употребления алкогольных напитков в подростковом возрасте.

Занятие 4 "Наркотики"

Цель: сформировать отрицательное отношение к пробам любого наркотика.

Задачи:

- ознакомление с основными "мифами", имеющими отношение к употреблению наркотических веществ;
- формирование чувства опасения к лицам, предлагающим попробовать наркотик;
- формирование навыка безопасного поведения в ситуации принуждения к пробе наркотического вещества.

1. Дискуссия:

- "Причины первых проб наркотиков"

- "Что является самым опасным при употреблении наркотиков?"

2. Упражнение "Ангел-хранитель". Для проведения игры ведущий набирает пятерых добровольцев. Между собой ребята распределяют роли — "гость вечеринки", "хозяин вечеринки", "друг хозяина вечеринки", "ангел-хранитель" и "дьявол-искуситель". Игровая ситуация состоит в следующем — главному герою игры ("гостью вечеринки") знакомые ребята ("хозяин вечеринки" и его "друг") предлагают попробовать вместе с ним "марихуану". У главного героя есть два ангела: "ангел-хранитель", который помогает отказаться от навязчивых предложений попробовать наркотик, и дьявол-искуситель, который уговаривает попробовать наркотик.

В процессе игры участники могут меняться ролями. Так как у всех участников игры достаточно активные ролевые позиции, ведущий перед началом проведения игры напоминает ребятам о том, что нельзя перебивать друг друга и говорить в унисон.

Обсуждение: способы давления и отстаивания своей точки зрения.

3. Упражнение "Мифы". Ведущий всем участникам раздает по одной карточки. На одной стороне карточки написано "МИФ", на другой — "ПРАВДА". В ходе игры ведущий зачитывает утверждения, имеющие отношение к употреблению наркотиков, например:

- Марихуана не вызывает зависимости
- Если употреблять наркотики в меру, то никогда не станешь наркоманом
- После начала употребления наркотиков человек в среднем живет 5—10 лет
- Употребление наркотиков тесно связано с риском заражения гепатитом и ВИЧ-инфекцией
- Употребление наркотиков никогда не бывает без правонарушения
- "Ломок" наркомана не существует. Это просто один из методов запугивания молодых людей

Если участник согласен с утверждением, он показывает карточку, где написано "ПРАВДА", если не согласен — "МИФ".

Обсуждение: причины формирования искаженного представления о наркотиках.

4. Социальный ролик "Нет наркотикам". При помощи плакатов, игровых сцен участники двух подгрупп должны придумать антирекламу наркотикам.

5. "Коллаж". Для этого занятия необходимы: два листа ватмана, карандаши, журналы, клей, ножницы, фотографии участников занятий.

Во время проведения занятий можно сделать несколько фотографий, которые в дальнейшем пригодятся для создания коллажа. Если такой возможности нет, можно попросить ребят принести на последнее занятие свои фотографии.

Коллаж создается как хроника событий в группе — что было интересного, чему научились. Ребята обязательно должны отразить в коллаже свое отношение к ПАВ.

Профилактика инфекционных заболеваний.

Тема "Предупреждение ИППП"

Инструкция:

"Внимательно прочитайте утверждение. Если вы согласны с ним, обведите вариант ответа "Да". Если вы не согласны с утверждением, обведите ответ "Нет". Не торопитесь! Выполняйте задание по порядку".

Ключ к опроснику

Познавательная шкала (1, 5, 9, 13, 17, 18, 25, 29). Эта шкала измеряет, в какой степени у человека сформированы адекватные представления о межличностных отношениях в сфере предупреждения ИППП. Она включает в себя утверждения, диагностирующие, насколько человек владеет правдивой информацией о поведении, направленном на предупреждение ИППП.

Эмоциональная шкала (2, 6, 10, 14, 21, 22, 26, 30). Эта шкала измеряет, в какой степени проявляется эмоциональное отношение человека к поведению, направленному на предупреждение ИППП. Она включает в себя утверждения, диагностирующие, насколько адекватно человек воспринимает трудности, связанные с сексуальным поведением.

Практическая шкала (3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 32). Эта шкала измеряет, в какой степени у человека сформирована готовность к использованию средств контрацепции. Она включает в себя утверждения, диагностирующие, насколько человек принимает ответственность за ИСПОЛЬЗОВАНИЕ средств контрацепции.

Шкала искренности (4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 31, 33). Эта шкала измеряет степень искренности ответов.

Обработка результатов

Результаты определяются с помощью специального "ключа". По каждой шкале подсчитывается сумма баллов. Также можно подсчитать общую сумму баллов, которая является показателем "интенсивности".

После этого устанавливаются средние показатели шкал и "интенсивности" представленной выборки учащихся.

Таким образом, можно определить эффективность занятий в отдельно взятом классе.

Характеристика показателей по шкалам:

- 0—3 балла — низкие показатели;
- 4—6 баллов — средние показатели;
- 7—8 баллов — высокие показатели.

Характеристика показателей "интенсивности":

- 0—8 баллов — очень низкие показатели;
- 9—15 баллов — низкие показатели;

16—20 баллов — средние показатели;
21—24 балла — высокие показатели.

Шкалы	Соответствие с правильных ответом								
Познавательная	1. Да	5. Нет	9.	13. Нет	17. Нет	21. Да	25. Нет	29. Да	
Эмоциональная	2. Нет	6. Нет	10. Нет	14. Нет	18. Да	22. Да	26. Нет	30. Нет	
Практическая	3. Да	7. Нет	11. Нет	15. Нет	19. Нет	23. Нет	27. Нет	31. Да	
Искренности	4. Нет	8. Да	12. Нет	16. Нет	20. Нет	24. Да	28. Нет	32. Да	33. Нет

Интерпретация:

Интерпретация результатов анкетирования состоит в сравнении средних показателей шкал и "интенсивности", полученных "до" и "после" проведения профилактических занятий. Занятия будут считаться эффективными,

если обнаружится положительная динамика средних показателей шкал и "интенсивности".

Интерпретация индивидуальных результатов анкетирования

Познавательная шкала. Высокие показатели по этой шкале свидетельствуют о том, что у человека верно сформированы представления о поведении, направленном на предупреждение ИППП.

Низкие показатели говорят об ориентации человека на "искаженную" информацию о предупреждении ИППП.

Эмоциональная шкала. Высокие показатели по этой шкале свидетельствуют о том, что человек адекватно относится к трудностям, которые могут возникнуть в сфере предупреждения ИППП; низкие — об ошибочной установке в сфере предупреждения ИППП.

Практическая шкала. Высокие показатели по этой шкале свидетельствуют о том, что у человека сформирована готовность к использованию средств контрацепции; низкие — о том, что человек не берет на себя ответственность

за использование средств контрацепции.

Шкала искренности. Высокие показатели по этой шкале свидетельствуют о том, что испытуемый отвечает неискренне на большую часть вопросов; низкие показатели подтверждают, что испытуемый откровенен при ответах.

Числительный показатель	Интерпретация
0—3	Откровенный
4—6	Ситуативный
7—9	Лживый*

- В данном случае речь идет только о степени искренности при ответах на вопросы теста, а отнюдь не о лживости как личностной характеристике.

Утверждения	Варианты ответа	
	ДА	НЕТ
1 Если человек хочет разрешить конфликт, он должен пойти на уступки.	ДА	НЕТ
2 Меня раздражают люди, которые в компании не поддерживают мнение большинства.	ДА	НЕТ
3 Я готов (а) взять на себя ответственность за применение средств контрацепции.	ДА	НЕТ
4 Я никогда не передаю слухи.	ДА	НЕТ
5 Девушке не стоит беспокоиться о контрацепции, так как об этом должен думать парень.	ДА	НЕТ
6 Конфликты всегда плохо заканчиваются.	ДА	НЕТ
7 Я не смогу предложить своей девушке (своему парню) использовать презерватив	ДА	НЕТ
8 Я всегда о знакомых мне людях говорю только хорошее, даже тогда, когда уверен (а), что они об этом не узнают.	ДА	НЕТ
9 В своей компании человек должен придерживаться мнения большинства, иначе он должен уйти из этого коллектива.	ДА	НЕТ
10 Если мой сексуальный партнер не хочет использовать средства контрацепции, я не буду на этом настаивать.	ДА	НЕТ
11 Если у меня с кем-то возникает конфликт, я не пытаюсь его разрешить.	ДА	НЕТ
12 Бывает, что я говорю о вещах, в которых совсем не разбираюсь.	ДА	НЕТ
13 Ответственность за использование средств контрацепции должен взять на себя один из партнеров.	ДА	НЕТ
14 Все мужчины гады, а женщины - проститутки.	ДА	НЕТ
15 Я жертвую своими принципами, чтобы поддержать мнение моих друзей и знакомых	ДА	НЕТ
16 У меня не бывает таких мыслей, которыми я не мог (да) бы поделиться с другими людьми.	ДА	НЕТ
17 Нужно переубедить человека, когда он говорит, что не готов к сексуальным отношениям.	ДА	НЕТ
18 В основном конфликты между юношами и девушками происходят из-за отсутствия знаний об особенностях противоположного пола.	ДА	НЕТ
19 Я стесняюсь говорить о сексе с ровесниками противоположного пола.	ДА	НЕТ
20 Среди моих знакомых нет таких, которые мне явно не нравятся	ДА	НЕТ
21 Не стоит торопить события, чтобы поскорее добиться сексуальной взаимности	ДА	НЕТ
22 Я уважаю людей, которые способны принимать критику в свой адрес.	ДА	НЕТ
23 Если человек, с которым я встречаюсь, откажет мне в сексуальной взаимности, я его брошу.	ДА	НЕТ
24 Я всегда сдерживаю свои обещания, даже если это мне не выгодно.	ДА	НЕТ
25 На критические замечания обращают внимание только те люди, у	ДА	НЕТ

которых нет своего мнения.		
26 Я буду уважать представителей противоположного пола только в том случае. Если они будут уважать меня.	ДА	НЕТ
27 Я не буду использовать презерватив.	ДА	НЕТ
28 Я никогда не опаздываю	ДА	НЕТ
29 Я имею представление об особенностях характера противоположного пола.	ДА	НЕТ
30 Меня смущают возрастные изменения, которые происходят в моем организме.	ДА	НЕТ
31 Все мои привычки хороши и желательны.	ДА	НЕТ
32 Я не позволяю себе грубых выражений по отношению к сверстникам противоположного пола.	ДА	НЕТ
33 Бывает, что разозлившись, я ВЫХОЖУ из себя.	ДА	НЕТ

ЗАНЯТИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КУРЕНИЯ

1-4 КЛАССЫ

Длительность одного занятия — 45 минут

Цели:

- предоставление основных знаний о последствиях курения;
- разъяснение причин курения;
- формирование начального представления о здоровом образе жизни.

Занятие № 1.

Задача:

- предоставить основные сведения о курении.

Упражнение:

Великий путешественник Гулливер после пяти лет странствий вдали от родного берега вернулся к себе домой. Он не желал больше путешествовать и думал только об отдыхе после опасных приключений в стране Великанов и Лилипутов. Но как только он сошел с корабля на пристань, его поразила необычная картина — вся территория порта была окутана дымом. Поначалу Гулливер подумал, что дым вылетает из молниеносно мчащихся автомашин, но потом увидел людей, которые держали в руках соломинки и каждые 20 секунд подносили их ко рту, после чего выпускали противно пахнущий дым.

Гулливер подошел к одному из этих людей и спросил: "Вы не могли бы мне рассказать об этих странных соломинках? Я долгое время не был на родине и хотел бы побольше узнать о произошедших за это время изменениях!" Незнакомец бросил таинственный предмет на землю и сказал: "Ты и впрямь, дружище, долго не был в наших краях, если не знаешь, что такое сигарета и как с ней надо обращаться". Затем Гулливер увидел, что незнакомец достает из какой-то коробочки сигарету, подносит ее ко рту, зажигает сигарету спичкой и вдыхает дым, неприятный запах которого он уже успел запомнить. На вопрос Гулливера о том, почему люди вдыхают такой противный дым, незнакомец ответил: "Не знаю как остальные, а я давно курю, еще со школы. Конечно, запах дыма очень неприятный, но я уже

привык к нему. Да и вообще, дружище, курить вредно для здоровья. Я и сам хотел бы бросить, но проклятая привычка берет верх надо мной".

После разговора с незнакомцем Гулливер уяснил, что такое странное для него обращение с таинственными соломинками называется курение, и оно входит в привычку, наносящую вред здоровью. Гулливер захотел разузнать, каким образом курение может быть опасно для здоровья человека и не вредит ли выдыхаемый дым остальным людям, которые не курят. Но, прежде всего, он хотел узнать, каким образом в его стране появились эти странные соломинки. Для этого он решил по пути к себе домой зайти к знакомому доктору, с которым он давно дружил.

По дороге к дому доктора он встречал не только курящих мужчин, но и женщин, которые гуляли со своими маленькими детьми. Гулливера удивило как много на улице самой разнообразной рекламы сигарет. Еще больше его удивило, что сигареты продаются почти на каждом углу. Подойдя к одной из палаток, в которой продавались сигареты, Гулливер решил поинтересоваться, сколько стоит одна пачка. Выяснилось, что сигареты стоят достаточно дорого, и если курение является привычкой, то на эту привычку уходит уйма денег. Также Гулливер узнал, что сигареты продаются только с 18 лет.

В гости к доктору Гулливер пришел уже с некоторым представлением о курении. Доктор рассказал историю о том, что, как только Гулливер отправился путешествовать, на следующий день в порт прибыл чужестранец, который всем бесплатно предлагал попробовать покурить. Но это было только в начале, затем чужестранец начал продавать сигареты, а на вырученные деньги построил заводы, которые каждый день изготавливали все новые и новые сигареты. В основном начали курить из-за любопытства, — продолжал свой рассказ доктор, — хотя некоторые пробовали курить из-за влияния других людей. Сначала все считали, что курение это только забава, а потом уже не могли отказать себе в этой привычке. Но были люди, которые сумели бросить курить, и во многом благодаря докторам и поддержке близких и родных людей". Затем Гулливер спросил о том, как курение может отразиться на здоровье человека. Доктору было очень приятно ответить на этот вопрос, так как он всегда волновался за здоровье курильщиков и часто говорил о вреде курения. "Понимаешь в чем дело, — начал доктор, — сигарета состоит из табака, который при сжигании образует дым. Так вот в этом дыме огромное множество вредных веществ, но самыми вредными из них считаются никотин, угарный газ и табачные смолы. Никотин заставляет наше сердце биться быстрее, из-за чего оно изнашивается, а главное, заставляет человека привязаться к сигарете, привыкнуть к ней и стараться курить все больше и больше. Угарный газ мешает получать организму кислород, столь необходимый для всех органов тела, а табачные смолы загрязняют наши легкие и приводят к их болезни. Поэтому, многие курильщики часто кашляют".

После столь убедительного рассказа о вреде курения, Гулливер задал вопрос о том, как табачный дым может повлиять на здоровье некурящих

людей. Доктор усмехнулся и решил рассказать Гулливеру небольшую историю.

Вопросы:

1. Что удивило Гулливера, когда он сошел с корабля?
2. Что Гулливеру рассказал о странных соломинках незнакомый мужчина?
3. Что Гулливер узнал о курении, когда шел по пути к доктору?
4. Что Гулливеру рассказал о курении доктор?

Занятие № 2.

Задача:

- предоставить основные сведения о пассивном курении;
- рассказать о влиянии курения на внешность человека.

Упражнение:

Продолжение предыдущего занятия

История, рассказанная Гулливеру доктором:

"Жил-был в одной семье попугай. Родители подарили его на день рождения своему сыну Питеру. Попугай был на редкость спокойным и не доставлял никаких хлопот.

Как-то раз в воскресный день родители ушли в магазин за покупками и попросили Питера навести порядок в его комнате.

После того, как родители ушли за покупками, Питер позвонил своему другу Джиму и тихо начал что-то ему говорить. "Ну, прямо как разведчики", — подумал попугай.

Через некоторое время раздался звонок в дверь. Пришел Джим. "Да-а-а, — подумал попугай, — не миновать мне сегодня представления - опять меня вытащат из клетки и перья будут рассматривать". Но ребята направились к окну.

"Родители придут только через два часа, так что успеем проветрить комнату", — сказал Питер и протянул Джиму пачку сигарет.

Ребята уселись на диван и начали курить. Комната быстро наполнилась едким дымом. У попугая от табачного дыма начали слезиться глаза. Он с криком жалости летал в клетке, пытаясь каким-нибудь немыслимым образом покинуть ее и улететь из прокуренной комнаты.

Дыма становилось все больше и больше. И тогда произошло невероятное. Попугай, который никогда раньше не говорил, громко и отчетливо произнес: "ПР — Р — РЕКР — Р - РАТИТЕ КУР - Р - РИТЫ УМИР - Р - РАЮ!" Ребята либо от удивления, либо от страха затушили сигареты. Однако попугай потребовал: "ПР — Р — РОВЕТР — Р—РИТЕ КВАР — Р — РТИРУ!" И друзья моментально открыли все окна в комнате.

Попугай вздохнул полной грудью свежим воздухом и про себя сказал: "Чуть не умер от этого дыма, но теперь вроде все позади".

Ребята больше и не думали закуривать. Джим ушел домой, а вскоре и вернулись родители Питера. Попугай не стал выдавать Питера, поэтому родители так и не узнали про эту историю.

Но когда в доме появляются гости, попугай вдруг неожиданно для всех громко и отчетливо начинает говорить: "КУР - Р - РИТЬ ВР - Р - РЕДНО!"

И только Питер догадывается, почему попугай стал говорящим".

"Ну как тебе история, Гулливер!?" — спросил доктор, — правда занимательная! Все то, что произошло с бедным попугаем называется пассивное курение, то есть когда ты помимо своей воли вдыхаешь дым табака. Это очень вредно для здоровья, потому что ты становишься таким же курильщиком".

Гулливер поблагодарил доктора за интересный рассказ и направился к себе домой.

Когда Гулливер подошел к своему дому он увидел садовника, который, как и прежде, ухаживал за цветами семьи Гулливера. Садовник был очень обрадован возвращению Гулливера. Они сели на скамейку и к удивлению Гулливера садовник достал пачку сигарет и закурил. Гулливер сразу обратил внимание на то, что садовник после его возвращения перестал улыбаться и его пальцы стали желтыми. Гулливер отсутствовал всего пять лет, а по внешности садовника можно было подумать, что Гулливер странствовал лет 20. Так быстро состарился садовник.

Вопросы:

1. Почему заговорил попугай?
2. Как вы относитесь к человеку, который курит в вашем присутствии? В каких местах не следует курить?
3. Какие изменения во внешности заметил Гулливер садовнике? Как вы считаете, почему с садовником прс изошли такие изменения?

Занятие № 3.

Задача:

- предоставить начальные сведения о здоровом образе жизни.

Упражнение" Продолжение предыдущего занятия

После всего того, что увидел Гулливер на улицах города, он не был уверен в том, что его дети и жена не начала курить. Поэтому, когда Гулливер зашел в дом, он в первую очередь убедился в отсутствии противного запаха табачного дыма. И как только Гулливер захлопнул входную, дверь ему на встречу выбежали дети и жена. Гулливер крепко их обнял.

Вечером вся семья собралась в уютной гостинице. Гулливеру было интересно узнать, как дети относятся к курению. Старший сын Джон, который заканчивал обучение в школе, сказал, что он мечтает стать футболистом, поэтому курение будет только мешать его планам на будущее. А дочь Лиза решила рассказать папе, как она заботиться о своем здоровье: "Во-первых, я чищу зубы два раза в день, утром и вечером. Во-вторых, принимаю утром душ и растираюсь махровым полотенцем. В-третьих, после занятий в школе посещаю секцию тенниса. Ну а в-четвертых, я хочу хорошо учиться в школе, а курение только будет этому мешать".

Гулливер был счастлив и возвращению домой, и здоровью своей семьи!

Вопросы:

1. Почему курение и спорт несовместимы?
2. Как можно заботиться о своем здоровье?
3. Почему курение мешает учебе?
4. Что бы вы хотели бы пожелать Гулливеру и его семье?

Занятие № 4.

Задача:

- закрепление пройденного материала и формирование личной позиции в отношении курения.

Упражнение:

Для первого и второго класса:

Постановка кукольного спектакля. Педагог каждому ученику предлагает роль одного из персонажей "Возвращения Гулливера" (Гулливер, незнакомец, чужеземец, доктор, попугай, Питер, родители Питера, Джим, садовник, жена и дети Гулливера плюс второстепенные персонажи рассказа — прохожие, продавцы, рабочие порта и т.п.).

Ребята делают декорации и куклы либо на одном из уроков труда, либо дома при поддержке родителей. Проще сделать декорации и фигуры кукол из бумаги и картона.

После проведения спектакля можно обсудить с детьми "хорошие" и "плохие" поступки персонажей рассказа.

Для третьего и четвертого класса:

Постановка спектакля по мотивам рассказа "Возвращение Гулливера", где роли исполняют все воспитанники группы. Ребята также изготавливают необходимые для спектакля декорации и костюмы.

По аналогии с кукольным спектаклем для 1 и 2 класса после театрального представления преподаватель обсуждает с детьми "хорошие" и "плохие" поступки персонажей рассказа.

5-9 КЛАССЫ

Длительность одного занятия — 1 час 30 минут (два урока)

Цели:

- предоставить информацию о влиянии курения на организм человека;
- сформировать умение четко формулировать аргументы против курения;
- сформировать умение противостоять давлению сверстников;
- обсудить влияние СМИ на приобщение к курению.

Первая часть занятий направлена на формирование навыков, которые определяют поведение в пользу здорового образа жизни

Занятие № 1.

2. Ознакомление с информацией:

Установление правил работы в группе:

- Каждый имеет право отказаться от предложения выступить, пропустить игру.
- Все что происходит в группе не выходит за ее пределы.
- Высказываться только от своего имени.

- Не критиковать точку зрения другого.
- Не перебивать.
- Высказываться только от своего имени — "Я считаю", "Я чувствую"

Санкции к нарушителям, предлагают сами воспитанники. На каждом занятии ведущий выбирает "помощника" и "докладчика", который в конце занятия сообщает всем остальным о проделанной работе.

Необходимо определить время перерыва.

3. Групповая игра "КОМПЛИМЕНТ" — каждый из участников занятий должен сделать комплимент своему соседу в форме прилагательного (по часовой стрелке), который бы начинался на одну из букв имени этого соседа... и так по цепочке — тебе сделали комплимент, затем ты, в свою очередь, должен преподнести комплимент своему соседу по левую руку.

4. Выявление знаний учащихся;

Дискуссия: "Как и для чего люди знакомились между собой на разных этапах развития общества?"

Ведущий просит учащихся привести примеры, когда и почему людям было трудно познакомиться друг с другом. Как они это преодолевали в разные времена у разных народов?

5. Ролевая игра. Группа разбивается на пары. Перед этим ведущий говорит о задаче игры — познакомиться, не имея общего языка. При этом каждый сам себе выбирает эпоху, народность, профессию (ремесло). Цель игры - представить себя и назвать свое имя.

Затем проигрывается также ситуация, но применительно к «нашему времени».

6. НЕОБЫЧНЫЕ ПРИВЕТСТВИЯ (игра в парах). Ребята приветствуют друг друга при помощи всех частей тела (необходимо предупредить о том, что недопустимо причинение боли). Поощряется любая выдумка ребят.

7. Групповая игра "АССОЦИАЦИИ" — по выбранной теме ассоциаций доброволец должен отгадать одного из участников занятий. Остальные члены группы в свободном порядке говорят ему с чем или кем ассоциируется загаданный ими человек.

8. Рисунок "Эмблема группы" — для двух подгрупп учащихся.

9. Групповая игра "ОДИН СТУЛ" — один учащийся САДИТСЯ на стул, второй к нему на колени, следующий так-же садится второму на колени и так далее.

Занятие № 2.: Умение слушать, виды и формы общения

Задача:

- формирование навыков позитивного общения.

1. Определение знаний учащихся:

Дискуссия: «Что такое слушать и слышать?»

2. Отработка навыков: «Хочешь, чтобы тебя слушали — умей выслушать». Работа в тройках.

Сначала один слушает беседу двух остальных, а потом вступает в их разговор. Затем, двое разговаривают и приглашают к беседе третьего

участника игры. И в конце игры, двое разговаривают, а третий внимательно следит за их выражением лица, позами, жестами и интонациями речи.

3. "МЕЖДУГОРОДНЫЙ РАЗГОВОР ПО ТЕЛЕФОНУ"

(игра в парах). Двоим добровольцам дается задание встать в наиболее отдаленных друг от друга местах комнаты и представить себе, что они находятся в разных городах. Затем учащиеся должны поговорить друг с другом с условием, что слышимость недостаточная. Затем учащиеся делятся на пары и все вместе выполняют это задание.

4. "ДУМА" (групповая игра). Все участники игры примеряют на себе роль депутата. Аудитории задается произвольная тема выступлений, например, о количестве или продолжительности уроков. Каждый участник высказывает

свое мнение по этому вопросу. При этом неизбежны другие высказывания с мест.

5. Выявление знаний учащихся: Дискуссия: «Что такое общение?»

6. Ознакомление учащихся с новой информацией. Дать определение понятию "общение". Продемонстрировать на игре приемы вербального и невербального общения.

Двум группам учащихся дается задание — разыграть встречу учеников 1 сентября».

1-ая группа должна показать сцену встречи с другом, 2-ая группа — с неприятным человеком.

Каждая группа показывает сценку два раза. В первый раз, с применением вербальных средств общения. Во второй раз, при помощи мимики и жестов.

7. "БЕСЕДА ЧЕРЕЗ СТЕКЛЮ" (игра в парах). Учащимся предлагается передать друг другу важную и неотложную новость при помощи мимики и жестов. Ученикам нужно напомнить, что они отделены друг от друга звуконепроницаемым стеклом, и любые попытки что-то сказать абсолютно лишены смысла.

8. Выявление знаний учащихся о преимуществах «чистой» речи и ложной престижности сквернословия.

9. Ролевая игра (игра в парах). Ученики разбиваются на пары. Между ними происходит диалог, но после каждого слова необходимо вставить индифферентное, по аналогии со словами "паразитами".

В конце игры обсуждается, что такое слово «паразит» (сленг, жаргон, «по фене», мат).

Занятие № 3: Стресс, способы борьбы со стрессом. Как справиться с гневом

Задача:

- знакомство с понятием стресс, стадиями стресса и способами борьбы со стрессом;
- формирование навыков борьбы со стрессом.

1. Определение знаний учащихся:
 - "Мозговой штурм" — "В каких ситуациях человек испытывает стресс?",
 - "Стресс — хорошо или плохо", "Как бороться со стрессом?"
2. Ознакомление учащихся с новой информацией:
 - физиология стресса и его последствия;
 - наиболее распространенные стрессовые ситуации у детей и подростков;
 - методики преодоления стресса (медитация, глубокое дыхание, физические упражнения, проигрывания в голове...).
3. Отработка навыков:
 - Аутотренинг.
 - Репетиция в голове.
 - Глубокое дыхание + "ДЫХАТЕЛЬНОЕ УПРАЖНЕНИЕ". На счет один, два, три, четыре с интервалом не менее 4 секунд делается глубокий вдох. На тот же счет дыхание задерживается. Выдох делается также постепенно и в том же ритме, но до счета три. В интервале 3—4 делается сильный выдох остаточного воздуха, при этом туловище чуть наклоняется, руки забрасываются, как бы обнимая себя.
 - Физические упражнения + "МЯЧ И НАСОС". Играют в парах. Один ученик изображает сдутый мяч, другой — насос. "Мяч" стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах; руки и голова опущены, шея согнута. Другой ученик, имитируя движения при работе с насосом, надувает мяч. При каждом движении "насос" издает звук ш... "Мяч", услышав этот звук надувается. С каждой подачей воздуха у "мяча" выпрямляются ноги; туловище, поднимается голова, руки разводятся в стороны, щеки надуваются. "Мяч" надут. Затем "насос" выдергивает шланг и из "мяча" и с силой выходит воздух со звуком ш.... Тело вновь обмякает и возвращается в исходное положение.
4. Сюжетно-ролевая игра "Экзамен" (в подгруппах) - две подгруппы должны разыграть ситуацию уверенного и неуверенного ответа на экзамене.
5. Дискуссия: "Что такое эмоции, когда они возникают, для чего нужны?"
6. Ознакомление учащихся с новой информацией:
 - а) Происхождение эмоций.
 - б) Разновидности эмоций.
 - в) Пути выражения эмоций.
 - г) Как можно управлять эмоциями.
7. «Узнавание» эмоций в группе. Обсуждение наиболее удачных примеров. Обсуждение как можно управлять эмоциями.
8. "СТИРАЛЬНАЯ МАШИНА" (игра в парах). Учащиеся разбиваются на пары. Один, тесно соприкасаясь руками с другим, делает манипуляции, схожие со стиранием белья (стирает, стучит, гладит). Затем учащиеся меняются ролями. Ребята обязательно предупреждаются о недопустимости болевых ощущений.

9. Гнев — самая отрицательная эмоция. Обсуждение возможной опасности гнева. Привести примеры как с гневом справляются спортсмены, люди стоящие на страже порядка. Для примера, учащиеся могут обыграть ситуацию интервью у спортсмена или же кадр из фильма, где герой справляется с гневом.

10. Игра в парах — один на что-то или на кого-то сердится, другой пытается его успокоить, посоветовав:

- а) уход и уединение,
- б) глубокое дыхание,
- в) тщательное продумывание в голове последствий гнева,
- г) план ликвидации психотравмирующей ситуации и не возвращения к ней.

Победив гнев, человек становится сильнее для других и себя самого.

Занятие № 4: Права человека на уверенность в себе.

Задача:

- знакомство с правами человека на уверенность в себе;
- формирование умения разбирать ситуации, оценивая! свое ошибочное суждение, ведущее к неуверенности.

1. Определение знаний учащихся:

Групповое обсуждение — "Почему мы испытываем в разных ситуациях неуверенность?", "Что это за ситуации?"

При обсуждении необходимо сказать ученикам, что агрессия является такой же формой неуверенного поведения, как и стеснительность или робость.

2. В группе разыгрывается ситуация "доброжелательности" — игра "ПОДАРОК" — каждый из участников занятия своему соседу по левую руку преподносит воображаемый подарок... и так по цепочке (можно организовать эту игру при помощи мяча или мягкой игрушки — учащийся бросает кому-либо мяч/игрушку и преподносит воображаемый подарок).

3. Приемы преодоления неуверенности в себе.

С учащимися можно обсудить приемы преодоления неуверенности, которые использует артисты, спортсмены, телевизионные ведущие.

4. Уверенность в себе (ролевая игра в парах). Один участник игры помогает другому преодолеть неуверенность в какой-либо ситуации. Обсуждение игры: «Стал ли ты сам уверенней в себе, когда помог быть уверенным другу?»

5. "ДРАКА" (игра в парах). С самого начала учащиеся предупреждаются не только о невозможности, но и недопустимости болевых ощущений. При воспроизведении игры прямой телесный контакт отсутствует. Игра проводится в парах. В замедленном темпе учащиеся наносятся и отражаются всевозможные удары.

6. "ЗООПАРК" (групповая игра). Каждый учащийся находит в помещении удобное для него место. Затем ребята представляют себя

зверями. Важно изобразить повадки выбранного зверя (на четвереньки вставать нельзя).

Потом ведущий говорит, что все клетки открыты и звери могут спокойно разгуливать по зоопарку. Участникам игры необходимо найти "подружиться" с наиболее симпатичным для них зверем

Занятие № 5: Виды группового давления и умение сказать "Нет"

Задача:

- определить ситуации, в которых может возникнуть групповое давление;
- знакомство с видами группового давления;
- формирование умения замечать групповое давление и навыка сопротивления групповому давлению.

1. Определение знаний учащихся:

Попросить учеников привести примеры, когда человеку трудно отстоять свое мнение.

2. Разыгрывается ситуация, когда один противостоит группе ребят во мнении, что, например, опасно гулять по незнакомым улицам поздно вечером.

3. Ознакомление учащихся с новой информацией:

а) рассказать о способах влияния кого бы то ни было на Ваше мнение (убеждение, лесть, соблазн, подкуп, угроза и т.д.).

б) поведенческие реакции в ситуации давления (агрессивность, пассивность, неуверенность, робость, боязливость, уверенность, решительность).

4. Группа разбивается на подгруппы по 3—4 человека и отрабатываются различные виды поведения в ситуации давления.

5. Ознакомление учащихся с новой информацией: Как проверить правильность принятого решения: посоветоваться с родителями, другом, старшим товарищем, вспомнить прочитанную книгу, или увиденный когда-то фильм.

6. Игра в парах "Разожми кулак" — один из участников игры должен уговорить другого открыть ладонь.

7. Группа разбивается на подгруппы по 3 человека, и на произвольную тему один учащийся отказывает другому в просьбе или обращении, третий оценивает эффективность. Затем участники меняются ролями.

Занятие № 6: Критика, навыки критического мышления

Задача:

- формирование навыков поведения при обращенной критике;
- формирование умения критиковать и навыков критического мышления.

1. "ВАРИАНТЫ ВЫРАЖЕНИЯ МЫСЛЕЙ" (групповая игра). Учащиеся садятся в круг. У одного есть мяч. Задается несложная фраза, которая должна последовательно дополняться логичными по содержанию

предложениями. С каждой переброской мяча новое предложение. Перебрасывается мяч не по кругу, а случайно, при этом указывается имя партнера. В какой то момент ученик, получивший мяч, попадает в трудную ситуацию и тогда игра начинается с другой фразы. ПРИМЕР: «Я боюсь темноты — и не выхожу вечером гулять — а если выхожу, то с собакой, а мне, наоборот, больше нравится вечера—особенно лето на даче ...»

2. Определение знаний учащихся:

Что такое критика, для чего она нужна людям?

3. Ознакомление с новой информацией:

а) Как мы реагируем на критику по отношению к себе (чаще по типу «сам такой»). В игровой форме в парах предлагается покритиковать друг друга.

б) Что нужно сделать по отношению к себе, прежде чем покритиковать другого?

4. "ЛИШНИЙ СТУЛ" — стульев должно быть на один меньше количества участников игры. Сначала ребята хаотично ходят внутри круга. По команде ведущего каждый должен успеть сесть на один из стульев. Кто не успел - выходит из игры и убирает лишний стул.

5. Игра в двух подгруппах — одна команда рекламирует какой-либо товар (например, банку кофе), другая команда высказывает критические суждения и сомнения по поводу предлагаемого товара и наоборот.

Занятие № 7: Этапы решения проблемы

Задача:

- знакомство с этапами решения проблемы;
- формирование навыка решения проблем.

Сначала необходимо дать определение понятию "принятие решения" как процессу, в ходе которого человек выбирает один из двух или более возможных вариантов действий. Нужно объяснить, что любой человек ежедневно принимает решения (пример). Попросите назвать учащихся любые примеры решений, которые они сегодня приняли.

1. Дискуссия:

а) "Как оценивать возможные последствия принимаемых решений?"

б) "Как отстоять принятое решение?"

2. Игра в парах "СПОР" — необходимо отстоять свою точку зрения по вопросу возникшего спора, а также попытаться переубедить своего оппонента.

3. "Решения, которые я принимаю" — на каждого участника группы раздается карточка с конкретной проблемой и расписанным алгоритмом действий без непосредственного содержания действий. В карточке необходимо на каждом этапе принятия решения написать свое отношение к проблеме.

4. Ролевая игра "МАФИЯ" (групповая игра).

Участники игры при помощи "шапки с бумажками" делятся на "горожан", "полицейских" и "гангстеров", при этом не сообщают друг другу,

кому что досталось. Цель игры - "мафия" и "полиция" должны по своим догадкам "устранить" друг друга, но при этом случайно не застрелив "горожанина", так как в обратном случае возрастают шансы на победу команды соперника. "Горожане" должны оказывать помощь в правильном определении "гангстеров" команде "полицейских". Перед началом игры ведущий должен незаметно для остальных участников познакомить между собой ребят, которые играют за "мафию" и "полицию" (например, все должны закрыть глаза, кроме "мафии", а затем тоже самое для "полицейских").

1 этап — "День" — ребята пытаются отгадать кто среди них является "гангстером" — по большинству мнений этого человека "устраивают". После чего он сообщает к какой команде принадлежал.

2 этап — "Ночь гангстеров" — все закрывают глаза или опускают голову кроме "мафии", которая при помощи мимики и жестов должна договориться между собой о том, кого они считают одним из "полицейских". После принятого решения — выбранному "мафией" человеку прикосновением руки сообщают, что он убит.

3 этап — "День" — группе сообщаются результаты "Ночи гангстеров"; ребята определяют, кого убили. Затем все вместе решают кто среди них "гангстер". После принятого решения выбранного человека выводят из игры и он сообщает к какой команде принадлежал.

4 этап — "Ночь полиции" — теперь полицейские определяют кто по их мнению может быть "гангстером" и кого следует "устранить". Все остальные должны опустить голову или закрыть глаза. Далее наступает "День" и так далее.

5. "ВОЗДУШНЫЙ ШАР" (групповая игра). Все учащиеся садятся в круг. Тренер задает ситуацию. "Вы все летите домой после успешной научной экспедиции. Сделана видеосъемка для телевидения, но случилось непредвиденное — в оболочке шара образовалось отверстие и шар медленно стал падать. Пришлось выбросить все мешки с песком. Падение замедлилось, но затем возобновилось с большей скоростью. Появилась крайняя необходимость выбрасывать сопутствующие предметы и вещи". Дается написанный на бумаге перечень вещей и их вес:

аптечка — 5 кг, компас гидравлический — 5 кг, консервы — 25 кг, охотничье ружье с запасом патронов — 25 кг, конфеты — 20 кг, спальные мешки — 30 кг, ракетница с запасом ракет — 10 кг, брезентовая палатка — 20 кг, баллон с кислородом — 50 кг, комплект географических карт — 25 кг, баллон с питьевой водой — 20 кг, видеокассеты — 3 кг, видеокамера — 3 кг, магнитофон — 3 кг. Ваша задача - определить, что и в какой последовательности выбросить. Сначала каждый подумает сам, затем всем вместе нужно найти единое решение и написать его на бумаге.

"Время, когда упадет шар, неизвестно, но падает он все быстрее и быстрее. С каждым выброшенным предметом падение замедляется. Если не сможете договориться, вы разобьетесь и погибнете".

Учащимся необходимо напомнить условия игры: высказаться должен каждый участник команды. Решение принимается, когда за него проголосуют все члены экипажа без исключения, воздержавшихся нет. Если один возражает, предложение отменяется, и учащиеся ищут другой выход. Решения должны быть приняты по всему перечню предметов и вещей.

Занятие № 8: Я уникальный, Кто Я — ребенок или взрослый?

Задача:

- формирование положительного "Я образа";
- рассмотрение процесса взросления;
- рассмотрение сложностей подросткового возраста.

1. Определение знаний учащихся:

а) Дискуссия: "Какого человека вы бы назвали уникальным? Почему?"

б) Игра в группе — учащиеся должны написать на листочке бумаги 5—10 фраз о себе, отвечая на вопросы "Кто я?", "Какой я?". Затем ребята зачитывают свои ответы членам группы (должен быть активный рассказ о себе — об особенностях частей своего тела, лица, внешности, о своем внутреннем мире, своих увлечениях, переживаниях, роли в детском доме и в классе и о том, за что Я себя уважаю).

2. Психодрама "Кто Я?". Доброволец набирает помощников, которые будут представлять в игре различные социальные роли этого человека — ребенок, учащийся, друг, парень/девушка (последняя роль вводится по усмотрению ведущего и желанию "добровольца"). Доброволец рассказывает свои "социальные роли" перед собой и рассказывает о каждой, обязательно смотря ей в глаза. После этого между "героем" игры и его "социальными ролями" завязываются диалоги — что хотели бы побольше о себе узнать "социальные роли" от "героя" игры и наоборот. Также возможен диалог между "социальными ролями".

3. "ПАУТИНКА" (игра в подгруппах). Учащиеся в группах по 5—6 человек становятся в круг, вытягивают друг другу руки. Необходимо, чтобы каждый кистью участник игры зажимал кисть своего товарища по игре. Двум учащимся нельзя брать кисти друг друга. Затем дается задание «распутаться», при этом не отпуская или перехватывая кисти рук. Должен образоваться круг играющих, которые как в хороводе стоят и держат друг друга за руки.

4. "Прошлое, настоящее, будущее" (групповая игра) — доброволец садится на стул в центре круга, а остальные участники занятий высказывают свое мнение о том, каким был этот человек в детстве, каким он является сейчас и что он будет представлять из себя в будущем, как сложится его жизнь. "Герой" игры в это время только внимательно слушает и не комментирует высказывания учащихся. После "прохождения" всех временных этапов "герой" игры делится своими впечатлениями.

5. Дискуссия:

"Почему сложно быть подростком и что значит быть взрослым?"

6. Проигрывание трех трансакций (игра в подгруппах). В трех подгруппах разыгрывается одна из трех моделей поведения (ребенок, родитель, взрослый) в одной и той же проблемной ситуации.

Занятие №9: Поведение в конфликтной ситуации

- рассмотрение правил поведения в конфликтной ситуации;
- формирование навыков адекватного поведения в конфликтной ситуации.

1. Дискуссия:

а) "Что такое конфликт?"

б) "Причина конфликта. Как разворачивается конфликтная ситуация и к чему может привести самих конфликтующих?"

в) "Признаки, по которым можно заключить, что ситуация конфликтная. Какое бывает поведение в конфликтной ситуации. Какое должно быть?"

2. Примеры конфликтной ситуации и поведения в конфликте участников занятий.

3. Ознакомление с новой информацией:

а) Чтобы приступить к совместному разрешению конфликта, необходимо выслушать и понять другую сторону.

б) Четыре способа поведения в конфликтной ситуации - нападение, приспособление (защита), сотрудничество (компромисс) и избегание, — их плюсы и минусы.

4. "Да — нет" — игра в парах. Один все время говорит "Да", другой — "Нет". Сначала участники говорят шепотом, затем постепенно повышают голос и переходят на крик после чего постепенно понижают голос до изначального шепота и так раза три.

5. Ролевая игра (игра в подгруппах). В парах учащиеся проходят стадии преодоления конфликта на заданную тему. Третий оценивает положительные моменты игры.

6. "НЕОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ" (игра в двух подгруппах). Участники садятся в круг. Объясняются правила.

"В результате кораблекрушения вы все оказались на необитаемом острове. На нем богатый живой и растительный мир, но много опасностей: ядовитые растения, звери людоеды, хищные животные. Вам нужно освоить ОСТРОВ организовать на нем хозяйство".

Игра начинается с распределения ролей — кто и за что на острове будет отвечать? Участники команд должны составить "конституцию" острова, в которой должны быть закреплены правила поведения всех ее обитателей.

Вторая часть занятий построена по принципу деловой игры. Учащиеся перед началом занятий распределяют между собой основные обязанности по изготовлению стенгазеты о предупреждении курения, то есть формируют редколлегию.

Можно предложить следующее распределение обязанностей:

- отдел художников (оформление газеты рисунками, составление коллажей и объемных фигур);
- информационный отдел (написание статей о проблемах курения, рассматриваемых на занятии);
- отдел сатиры и юмора (создание антирекламы, иронические статьи или рассказы о курении и курильщиках);
- отдел "частной жизни" (рассмотрение примеров из личной жизни по основным вопросам курения);
- отдел досуга и спорта (альтернативы курению, формирование моды на здоровый образ жизни).

С каждым новым занятием распределение обязанностей может меняться.

Занятие № 10.

- рассмотрение причин курения в подростковом возрасте.

Упражнения:

1. Ученикам предлагается обсудить причины начала курения в подростковом возрасте. Ведущий фиксирует на доске ответы учащихся.

По каждой из причин начала курения учащиеся все вместе определяют характер человека, который первый раз попробовал покурить именно из-за рассматриваемой причины. В составлении своеобразного "психологического портрета" начинающего курильщика может помочь игра "Снежный ком", когда ученики дополняют друг друга высказываниями относительно рассматриваемой причины курения.

Информация для ведущего

Возможные причины начала курения.

2. Ведущий предлагает обсудить моментальные, кратковременные и долгосрочные последствия курения:

- определение уровня знаний учащихся (групповая дискуссия);
- предоставление новой информации.

Информация для ведущего

Последствия курения. Для формирования эмоционального отношения к последствиям курения ученикам предлагается игра "Мой организм", где каждый участник занятий высказывается о курении от имени органов и частей тела человека (вся группа представляет собой организм человека, где каждый ученик отвечает за какой-либо орган или часть тела)

3. Опыт с "Курящей куклой".

4. Составление стенгазеты по теме "Причины начала курения" и "Последствия курения".

Занятие № 11.

- определить механизмы психологической защиты при прекращении курения;
- определить преимущества здорового образа жизни.

1. Ведущий предлагает ученикам обсудить, почему некоторые люди не предпринимают попыток бросить курить:

- определение уровня знаний учащихся (групповая дискуссия);
- предоставление новой информации.

Информация для ведущего

"Мифы" о курении и контраргументы.

Для эмоционального закрепления материала ученикам предлагается игра "Авто-, мото-, веловыставка". Каждый участник занятий должен отождествить себя либо с автомобилем, либо с мотоциклом, либо с велосипедом (по желанию учеников или при помощи жребия) и по очереди рассказать о своей "внешности" (марка, год выпуска, цвет и т.д.) и "внутреннем устройстве" (механизм движения). После этого участники "выставки" начинают критиковать друг друга в недостатках во "внешности" и "внутреннем устройстве". Основная цель игры — обратить недостаток в достоинство либо снизить значимость этого недостатка для всей "машины в целом".

После окончания игры участники занятий сравнивают поведение человека при отказе бросить курить с "оправданиями" "участников авто-, мото-, веловыставки".

2. Ведущий предлагает обсудить, какие преимущества есть у некурящих людей перед курящими. Высказывание учеников фиксируется на доске.

После обсуждения учитель предлагает следующие упражнения:

а) Кто назовет больше марок сигарет. Побеждает и получает приз тот, кто назовет меньше число Марок сигарет.

б) Расходуемые деньги. Участникам занятий предлагается определить, что можно купить на деньги, расходуемые курильщиком на сигареты в течение года.

3. Составление стенгазеты по теме "Почему люди не хотят бросить курить" и "Преимущества здорового образа жизни".

Занятие № 12.

Задача:

• формирование навыков поведения по преодолению группового давления и влияния СМИ.

1. Ведущий просит ребят привести примеры, когда за последнее время было трудно отстоять свое мнение. Ответы фиксируются на доске.

Ведущий предлагает обсудить, почему в данных ситуациях возникли трудности в отстаивании своего мнения. Для эмоционального закрепления предлагается игра "Сопrotивление". Учащимся нужно встать друг против друга на дистанции вытянутой руки. Затем нужно поднять руки на уровне груди и соприкоснуться ладонями. Оговаривается, кто в паре будет ведущим. Один надавливает, другой сопротивляется, затем наоборот. В задачи входит:

а) оказать сопротивление и ощутить давление напарника, при этом столкни-

вать партнера нельзя; б) столкнуть напарника с места, противостояв давлению, и при этом устоять на месте.

2. Ведущий предлагает ученикам вспомнить, какие есть способы влияния на человека и как ведет себя человек, когда испытывает давления:

Информация для ведущего:

Виды влияния на человека: убеждение, лесть, соблазн, подкуп, угроза, шантаж.

Виды поведения человека, когда он испытывает давление: агрессивность, пассивность, неуверенность, робость, боязливость, уверенность, решительность.

Для эмоционального закрепления материала ведущий предлагает игру: двое ребят уговаривают третьего попробовать покурить.

Класс следит за ходом сцены, а потом высказывает суждения о том, кто был убедительнее, кто победил в споре и похоже ли это на реальную ситуацию. Ведущий может предложить ученикам рассмотреть все виды поведения человека в ситуации давления — от агрессивности до решительности

3. Ведущий предлагает обсудить, как за последнее время ребята использовали знания по критической оценке покупаемого товара.

Игра в двух подгруппах — предлагается обыграть ситуацию покупки в магазине. Одна команда показывает сцену другая оценивает критическое отношение к покупаемому товару и наоборот. После каждой сцены учащиеся обсуждают "правильное поведение" и "промахи" при покупке товара участниками игры.

Для эмоционального закрепления материала педагог предлагает на примере рекламы курения создать вариант «антирекламы».

Разделив доску на две части, одна команда записывает, что мы всегда видим, а вторая чего мы никогда не увидим в рекламе табачных изделий. После чего команды переходят к созданию стенгазеты.

Информация для ведущего

Видим

1. Красивую пачку, полную сигарет, которую "герой" рекламы только что распечатал.

2. Красивых, молодых, здоровых и преуспевающих людей.

3. Человек на рекламе всегда закуривает с удовольствием.

4. Курение никогда не мешает окружающим

5. Человек, который закурил в рекламном клипе, сделал какое-то важное и нужное дело и сделал его отлично

6. Нет сомнений — курить или не курить, главное - выбрать правильный сорт сигарет.

Не видим

1. Окурки в пепельницах, пустые смятые пачки в урнах.

2. Больных, несчастных людей с дрожащими, пожелтевшими от табачного дыма пальцами.

3. Человек на рекламе никогда не закашляется и не щурится от табачного дыма.

4. В рекламе никогда нет детей, родственников и соседей курильщика, которым мешает табачный дым.

5. Человек в рекламном ролике никогда не курит в безвыходной ситуации, при ссоре, проигрыше, после скандала и т.д.

6. Никогда не показывают больных, жалеющих о том, что своевременно не бросили курить.

Создание на основе полученной от учеников информации антирекламного ролика.

4. Создание стенгазеты по теме "Влияние сверстников и СМИ на приобщение к курению".

10—11 классы

Длительность одного занятия — 45 минут

Цели:

- предоставить информацию о методах отказа от курения;
- ознакомить с мотивами курения в юношеском возрасте;
- обсудить права курящих и некурящих;
- обсудить вопрос влияния курения на успех в различных сферах жизни.

Занятие № 1.

Задача:

- обсудить мотивы начала курения в юношеском возрасте.

Упражнения:

1. Ведущий предлагает обсудить вопрос, почему юноши и девушки начинают курить в 15—17-летнем возрасте. При дискуссии преподаватель проводит параллель между изменениями в Я-концепции в юношеском возрасте и риском приобщения к курению.

Для эмоционального закрепления информации участникам занятий предлагается игра "Кто Я?".

Учащиеся рассаживаются по кругу. Доброволец набирает помощников, которые будут представлять в игре различные социальные роли этого человека — спортсмен, учащийся, друг, парень/девушка (последняя роль вводится по усмотрению ведущего и желанию "добровольца"). Доброволец рассаживает свои "социальные роли" перед собой и рассказывает о каждой. После этого между "героем" игры и его "социальными ролями" завязываются диалоги - что хотели бы побольше о себе узнать "социальные роли" от "героя" игры и наоборот. Также возможен диалог между "социальными ролями". Во время диалога участники игры обязательно должны затронуть вопрос курения.

2. В качестве темы для дискуссии ведущий предлагает вопрос о закономерности запрета курения в общественных местах, транспорте, ограничения курения в доме, в присутствии детей, о пассивном курении и его

воздействию на здоровье и т.д. Особое внимание рекомендуется обратить на сведения о пассивном курении.

Информация для ведущего

Пассивное курение.

Для эмоционального закрепления информации предлагается деловая игра "Суд над сигаретой" — инсценировка судебного процесса над сигаретой. Участники делятся на три команды: сторона обвинения, защита, присяжные заседатели. Так же необходимо выбрать судью, который будет вести заседание. Главный обвинитель (прокурор) и адвокат подбирают себе команду из свидетелей, которые будут отстаивать их интересы, например: врач и производитель сигарет, соответственно. Цель игры — выработать законодательный акт об "Общественном отношении к курению".

Занятие № 2.

Задача:

- обсудить методы отказа от курения.

Упражнения:

Занятие можно проводить в виде дискуссии, обсуждая с учениками известные им методы отказа от курения. Чтобы обсуждение имело конкретную направленность, можно сказать, что обсуждение методов отказа от курения будет полезно и тем, кто сам хочет отказаться от курения, и тем, кто хочет помочь бросить курить другим.

Информация для ведущего

Шесть стадий прекращения курения.

Для эмоционального закрепления информации предлагается игра "Круглый стол".

Участники игры делятся на четыре команды: 1) "юноши и девушки, желающие бросить курить", 2) "юноши и девушки, которые не хотят отказаться от сигарет", 3) "взрослые учителя, родители, музыканты и т.п.", 4) "эксперты-врачи и психологи", а так же ведущий "Круглого стола".

В начале игры каждая команда показывает свое отношение к курению. Затем ведущий просит одного из представителей каждой команды (кроме экспертов) высказать общую точку зрения о необходимости отказа от курения. В дальнейшем между участниками игры возникает дискуссия о способах прекращения курения. Завершает игру экспертная оценка работы каждой команды.

Занятие № 3.

Задача:

- обсудить вопрос влияния курения на успех в различных сферах жизни.

Упражнения:

В начале занятия ведущий предлагает обсудить вопрос о непрестижности курения. При обсуждении необходимо сделать акцент на несовместимость курения с некоторыми профессиями, негативном

отношении к курящему человеку при приеме на работу, трудности во взаимоотношениях с противоположным полом и т.п.

Для эмоционального закрепления информации предлагается игра "Ток-шоу".

Участники игры делятся на три команды: 1) герои ток-шоу, у которых возникли проблемы в жизни из-за того, что Они курят (в семье, на работе, в транспорте т.п.), 2) команда экспертов, состоящая из курильщиков, 3) команда экспертов, состоящая из некурильщиков и ведущих.

В ходе игры вниманию экспертов предлагаются три-четыре истории героев ток-шоу. Эксперты по очереди высказывают свое отношение к сложившейся ситуации у героя ток-шоу. Основная цель игры - помочь героям ток-шоу разрешить возникшие трудности из-за курения.

МОУ детский дом № 7

Наркомания - чума XXI века

В новой эре мы прожили 2000 лет, времена меняются, меняется и человечество. А вредные привычки: курение, алкоголизм и наши болезни мы тащим за собой из века в век. Но одна из них больше всех тревожит человечество – это чума XXI века – наркомания. Под угрозой этой чумы оказалось все подрастающее поколение России от 12 до 25 лет. Ее рост за три года в 5,5 раза, 13% - дети 12 – 13 лет, 60% - подростки. Есть случаи, когда 7-летние дети курят марихуану, употребляют феталгин, зависимость от которых проявляется после одной инъекции и не пропадает никогда. Официально статистика называет 3 миллиона наркоманов в России. Это только те, кто стоит на учете. А сколько других, которые «кайфуют на хатах», веселятся на дискотеках. И таких любителей наркоты около 12 миллионов. Средняя продолжительность жизни наркомана 10 лет. Сегодня наркомания – бич нашей страны, угрожающий здоровью нашего населения. И одно из лекарств от этой болезни – правда о ней. Сегодня нужно говорить об этой проблеме во весь голос. Поэтому я и вношу свой посильный вклад, и подключаюсь к участию в городском конкурсе «ЖИЗНЬ БЕЗ НАРКОТИКОВ».

В детском доме №7 работаю в должности воспитателя средней группы. Списочный состав группы 15 человек, это девчонки и мальчишки 12 – 14 лет. Из них 5 человек – сироты, у 7 человек – родители лишены родительских прав, у 3 человек – родители в местах лишения свободы (один из них за распространение наркотиков).

Изучив личные дела воспитанников, я пришла к выводу, что наши дети с раннего детства находились в депривированных условиях. Многие из них не редко не доедали, не имели чистой постели, не приучены к порядку, а главное они запечатлели в своей памяти извращенные отношения между

людьми: употребление спиртных напитков, наркотиков, курящих родителей. Воспитывались в среде, способствующей развитию вредных привычек.

С 1996 года воспитательная работа в группе, как и в учреждении в целом, строится на основании Федеральной целевой программы для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Становление». Цель программы: **«Назначением воспитания является формирование личности, которая бы приобретала в процессе развития способность самостоятельно строить свой вариант жизни, достойный Человека».**

Обобщив опыт своей педагогической деятельности в данном учреждении, и ознакомившись с медицинскими картами воспитанников, увидела серьезную проблему: **Низкий уровень состояния физического здоровья подростков и склонность к вредным привычкам.** Исходя из выше указанной проблемы, я направила свою педагогическую деятельность по пути формирования у воспитанников стремления к укреплению своего здоровья, развитию физических способностей.

В 2002 – 03 учебном году мною разработана, а в настоящее время апробирую физкультурно-оздоровительную программу «Дорога к здоровью» для детей подросткового возраста. Одним из разделов этой программы является воспитание негативного отношения к вредным привычкам.

Данная программа позволяет использовать инновационные подходы в предупреждении девиантного поведения у подростков. Был составлен план действия. Первоначально, совместно с психологом проведено тестирование по выявлению склонностей подростков к вредным привычкам, в частности к наркомании (приложение 6). Диагностика показала, что 15% ребят пробовали легкие наркотические вещества. Также проведено тестирование «Волевой ли вы человек?», которое показало, что по отношению к 20 % подростков необходимо вести целенаправленную, постоянную работу на преодоление негативных особенностей эмоционально – личностной сферы, воспитание волевых качеств: силы, воли, усилия, трудолюбие, целенаправленности.

В течение 2003-04 учебного года совместно с психологом в группе проводились тренинги, направленные на коррекцию личностного развития: «Человек среди людей», «Победа и поражение», «Я и другие». В 2004 году проведен групповой тренинг «Черны буквы». Занятие было направлено на выработку негативного отношения к вредным привычкам. Данный вариант проведенного мероприятия имеет ярко выраженный личностный подход, где каждый участник активно включен в игру (сценарий прилагается)

Индивидуальная работа.

В группе ведется постоянная работа с ребятами, входящими в группу риска. Категория этих детей находится на специальном учете в детском доме. С ними проводят индивидуальные собеседования специалисты детского дома: психолог, социальный педагог, медицинские работники, завуч. А при необходимости инспектор по делам несовершеннолетних. Совместными усилиями выявляем интересы, способности подростков, направляем их деятельность. Воспитанники группы заняты в кружках по интересам в

учреждениях культуры и спорта города и в детском доме, в клубах «Сигнал», «Каисса», спорткомплексе «Дальэнергомаш», колледже искусств. 86% количества воспитанников группы включены в сборную команду детского дома, участвуя в спортивных мероприятиях различного ранга и занимают призовые места.

Правовое информирование подростков.

Значительная работа в группе ведется по правовому воспитанию. В 2003 году мною создан клуб «Ты и закон». Воспитанникам предлагаю познакомиться с важнейшими сторонами частной и общественной жизни, которые раскрываются с позиции права, а также во взаимодействии норм права и морали. Исходя из имеющегося возрастного жизненного опыта ребят предлагаю следующие темы требующие более прочного закрепления.

- Что такое право? Права граждан.
- Что такое закон и законопослушание?
- Правонарушения несовершеннолетних.
- Виды наказаний.
- Что называют преступлением?

В ходе занятий в клубе происходит обеспечение правовой грамотности ребят, закрепление знаний по уголовной ответственности несовершеннолетних, умение уважать законы, соблюдать их. Совместно с социальным педагогом и психологом закрепляем умения правильно строить свои взаимоотношения с другими людьми, вести себя в обществе вежливо, культурно, быть честными и порядочными.

Формирование здорового образа жизни.

В ходе реализации программы «Дорога к здоровью» в группе ведется большая работа, направленная на развитие внутренней мотивации по сохранению и укреплению здоровья и формированию у подростков навыков об основах ЗОЖ (приложение 5). В 2003 году проведено театрализованное представление «В здоровом теле – здоровый дух». В 2004 году открытое мероприятие «Дорога к здоровью», закрепляющее знания детей по программе «Становление» раздела «Расти здоровым».

Отрицательное влияние вредных привычек на здоровье воспитанников.

В ходе реализации данного раздела программы использовались собственные методические разработки и проведены воспитательные часы по темам.

- Наркомания - как проблема государства и общества.
- Представление о привычках и зависимостях.
- Причины и мотивы употребления ПАВ.
- Основные признаки употребления ПАВ.
- Наркомания. Следствие и последствие.
- Классификация наркотических средств.
- Дружба и самозащита.
- Скажи наркотикам «НЕТ». (приложение 2, 3, 4).

Для более эффективного усвоения теоретического материала используются разнообразные методы: мозговой штурм, дискуссии, незаконченного

предложения, ролевые игры, рисунки. Разнообразие форм и методов способствует тому, что приобретенные знания остаются в памяти как реальный жизненный опыт.

Ребятам было предложено принять участие в конкурсе рисунков «Жизнь без наркотиков» под девизом «Наркотик забирает свободу, здоровье, жизнь». 70% воспитанников подключились к участию, а другие ребята написали сочинение по данной теме. Был проведен конкурс плакатов. В течение учебного года совместно с ребятами в группе оформлялись информационные тематические уголки: «Наркотик не исправит плохого настроения», «В здоровом теле – здоровый дух». Воспитанники группы с удовольствием приняли участие в изготовлении коллажа «Здоровье – как и честь необходимо беречь смолоду!».

Работа по профилактике распространения и употребления наркотических средств и психотропных веществ в коллективе ведется согласованно с администрацией детского дома, медицинской службой, социальным педагогом, инструктором по спорту, психологом.

Нравственное воспитание.

Важная роль в работе группы отводится нравственному воспитанию подростков. Во время осенних каникул ребята посетили театр Музыкальной комедии, театр «Триада», в зале филармонии слушали песни В. Высоцкого в исполнении московских певцов. Очень плодотворно прошла экскурсия в музей истории г. Хабаровска, ребята с удовольствием познакомились с обновленными экспозициями в Краеведческом музее, неоднократно посещали выставки местных художников в «Арт-подвальчике». В течение учебного года и в оздоровительном лагере воспитанники принимали участие в тематических литературных салонах, вечерах, конкурсах. А как здорово было летом на вечерней рыбалке, в походе на «Черных камнях», встречать восход солнца на берегу Амура, покорить самую высокую точку Воронежа-2, собирать грибы в пригороде Хабаровска! Используемое разнообразие форм способствует раскрытию творческого потенциала и личностного роста воспитанников. Это помогает ребятам в понимании красоты мира.

Участие в совместной профилактической работе.

В летний период 2004 года центром психического здоровья в оздоровительном лагере им. Макаренко была проведена лекция «Нет» наркотикам, которая сопровождалась просмотром видеофильма «Трудно быть хорошим, легко быть плохим».

В 2003 и 2004 годах поддерживаются тесные взаимоотношения с Краевым психоневрологическим диспансером. Они обеспечивают дополнительным материалом, который используется при проведении воспитательных часов.

В 2004 году была организована встреча со специалистами Краевого молодежного социального медико-педагогического центра «Контакт». Ребята приняли участие во Всероссийской акции (по Хабаровскому краю) «Красные тюльпаны надежды», посвященной Всемирному Дню борьбы со СПИДом.

Результатом работы программы является снижение числа курящих подростков особенно в группе мальчиков из 10 человек:

2003 г. – 8 курящих;

2004 г. – 7 курящих;

2005 г. – 5 курящих. (с учетом перехода детей в старшую группу).

50% ребят сознательно заботятся о своем здоровье, самостоятельно добиваются успехов в делах.

Мы должны выступать против распространяющейся среди молодежи жизненной позиции: потребительского отношения к миру и людям, эгоизма, цинизма, сексуальной раскрепощенности. Нужно и впредь доказывать пагубность подобного отношения к жизни и утверждать личным примером вечные библейские и человеческие ценности: доброту, любовь, веру, духовность. Мы не поможем подростку, если не создадим условий для взаимоотношений, чтобы ему было ради чего сказать НЕТ!

НАРКОМАНИЯ. СЛЕДСТВИЯ И ПОСЛЕДСТВИЯ

Опасность для здоровья нации

Наркомания (это слово образовалось от греч. *narke* оцепенение, сон + *mania* безумие, страсть, влечение) – хронические заболевания, вызываемые злоупотреблением лекарственными или нелекарственными наркотическими средствами. Характеризуются возникновением патологического влечения к наркотическому средству (психической зависимости), изменением толерантности к наркотическому средству с тенденцией к увеличению доз и развитием физической зависимости, проявляющейся абстинентным синдромом, при прекращении его приема.

Выделяют опииную наркоманию; наркоманию, обусловленную злоупотреблением препаратов конопли; наркоманию, вызванную злоупотреблением эфедрина; барбитуровую и кокаиновую наркоманию; наркоманию, вызываемую галлюциногенами типа ЛСД (в нашей стране практически не встречается).

Злоупотребление наркотиками, известное с древнейших времен, сейчас распространилось в размерах, тревожащих всю мировую общественность. Даже при суждении, с точки зрения наркологов, границ наркомании до юридических приемлемых во многих странах наркомании признаны социальными бедствиями. Наркотические мафии управляют государствами, (Латинская Америка), имеют свои армии (Юго-Восточная Азия). Доходы подпольных корпораций по торговле наркотиками превышают известные доходы от торговли нефтью и приближаются к мировым доходам от торговли оружием. Особенно губительно употребление в молодежной среде - поражается и настоящее, и будущее общество. Полная, с точки зрения наркологов, картина распространения злоупотребления, включающая формы токсикомании, еще более трагична. Вещества и препараты, не включенные в список наркотиков, как правило, еще злокачественны, приводят еще к большему ущербу для индивидуума.

В международном антинаркотическом центре в Нью-Йорке существует документ, указывающий на число наркоманов на земном шаре – 1 000 000 000

человек. Наркомания, как подчеркивают эксперты Всемирной организации здравоохранения, является большой угрозой для здравоохранения в мировом масштабе. Каждое государство предпринимает меры по предупреждению злоупотребления среди населения.

Причины употребления наркотиков

Издавна предпринимались попытки понять, почему люди приводят себя в состояние одурманивания и опьянения, что заставляет их добровольно отдаваться неконтролируемой стихии безумия. Это безумие, ставшее искушением, занимает людей с тех пор, как, в отличие от санкционированного обществом сакрального, ритуального, коллективного и лечебного употребления, отдельные индивиды начали принимать наркотики по собственному разумению. Наркотики давали возможность погрузиться в совершенно иной опыт, освободиться от привычных связей, от повседневной упорядоченности форм, открывали неисчерпаемость значений и образов. Побуждение к побегу, стремление превзойти монотонность своей жизни всегда являлись основными потребностями души. Даже опасность редко останавливала человека на этом пути. Как справедливо заметил Хаксли, «твердое убеждение в материальной реальности Ада никогда не мешало средневековым христианам делать то, что предсказывало им честолюбие, похоть или алчность».

Свобода грез, пусть даже пугающих, влечет человека цивилизованного также властно, как влекла участника древних мистерий. Не случайно, что эффекты употребления наркотиков стали сначала объектом внимания художников, а потом уже - медиков. Первые описания наркомании принадлежат литераторам – Де Квинси, Эдгару По, Готье, Бодлеру.

Современные ученые достаточно подробно разрабатывают объяснения возникновения наркотической зависимости и выделяют 3 основных направления, 3 группы факторов наркотизации; социологические, включающие влияние общества и семьи, биологические, объясняющие склонности к злоупотреблению особенностями организма и особой предрасположенностью, и психологические (или психические), рассматривающие особенности и отклонения в психике. Мы считаем уместным, добавить культурологические аспекты наркотизма, т.к. влияние определенной культурной традиции употребления наркотиков позволяет объяснить мотивы, не поддающиеся объяснению тремя перечисленными факторами. В рамках культурологического аспекта мы рассмотрим ритуальное употребление наркотиков в традиционных культурах и современной психоделической культуре. Сюда же примыкает на редкость живучий миф о связи наркотиков и творчества, побуждающий все новое поколение художников обращаться к наркотическим препаратам. Эта мотивировка также, на наш взгляд, вытекает из области культурного мифа.

Социальные факторы наркотизма

Общественные неурядицы, распространенность наркомании в регионе, профессии, связанные с легким доступом к наркотикам, - все это социальные факторы. Но т.к. наша материал, прежде всего, адресована педагогам образовательного учреждения, в первую очередь остановимся на проблемах, с особенностями психики подростков.

Сверстники и мода

Как уже было сказано, для приобщения подростков к наркотикам самое большое значение имеет пример сверстников. В профилактической литературе стало общим местом описание «асоциальных», «уличных» детей, которым нечем заняться, и они собираются в группы (гнездящиеся, как правило, на чердаках и в подворотнях) и там, пробуют наркотики, после чего делаются неуправляемыми и враждебными взрослому миру.

Однако не только уличные дети или ПТУ-шная шпана может стать источником знакомства с наркотиком. В наше время многие дети из «благополучных» семей употребляют наркотики, потому что они ослеплены для них модой, молодежной культурой. Именно мода обеспечивает эпидемические масштабы наркомании, вовлекая все большие круги молодежи, хотя далеко не все из пробывших наркотики становятся наркоманами. В истории контр-культуры некоторые наркотические препараты несколько раз становились прямо-таки символами движений, а приобщение к ним своего рода причастием к данной субкультуре. Так было с марихуаной в раста - движении, с ЛСД в психоделии и, наконец, с экстази в Хаус – культуре рейверов. Психоделические наркотики с их способностью активизировать деятельность подкорки головного мозга, отвечающей за процессы подсознания, стали основой для целого направления в современной музыке, литературе, искусстве – психоделии.

Своему повсеместному распространению среди молодежи всего мира марихуана немало обязана растаманам. Движение растафари возникло, как религиозная афро-христианская секта, но, попав на американскую и европейскую почву, перестала быть серьезным культом и превратилась в попфеномен, во всемирную моду, затронув своим влиянием миллионы.

Главным средством просветления, как для многих мистиков всех времен, для растаманов была марихуана. Журнал британских растаманов писал: «Хотя система борется с травой, она не может помешать росту, пользоваться этим божественным средством очищения, чтобы возносить хвалу Джа Растафари».

Листик марихуаны стал символом движения, на альбомах, реггей музыканты либо выплывают из клубов дыма, либо утопают в зарослях конопли. Музыка реггей становятся одним из самых популярных стилей в рок музыке, особенно с 1972 года, с выходом второго записанного альбома Боба Марли и <Уейлерз> - «Burnin». Поскольку тексты были, исполнены идеи растафари, считается, что музыкант не развлекает, а проповедует, «выполняет духовную миссию». Раста, соединив хип-новость с африканской яркой самобытностью и добротной исконной основой, «вибрацией корней», окончательно превратилась в новый модный стиль, увлечение которым

подарило Европе хорошую оригинальную музыку, косички-дреды и, разумеется, увлечение марихуаной. Одна из групп даже носит название «Кардифф риферз» (reefer – сигарета с марихуаной). Активные действия растаманов, направленные на легализацию канн-набиса, вызвала умилением и горячие симпатии богемы всего мира. Вообще растаманов в мире любили, для белой молодежи 80х – 90х годов, опоздавшей родиться в эпоху Востока, раста была притягательна, как наиболее мирное движение, проповедующее общие христианские идеалы в обрамлении умеренного героизма, призывающее радоваться жизни, получать удовольствие от своего пребывания в мире, заниматься творчеством, мистикой, любовью и созерцанием одновременно. Психоделический бум начался в 60е годы с массовым распространением ЛСД в передовых кругах молодежи. Психиатры устраивали публичные сеансы, экспериментируя с воздействием ЛСД и мескалина на сознание, профессора в университетах привлекали к опытам с психоделиками своих студентов, писатели, художники и музыканты творили под воздействием ЛСД, грибов и т.д. новое искусство. Одним из первооткрывателей и несомненных королей психоделии были Pink Floyd, а увлечение их духовного лидера Сиды Бар-рета «астральной» тематикой в поэзии во многом предопределило стиль группы и психоделической культуры в целом. Хотя началом психоделии принято считать записанную в 1964 году композицию группы Jefferson Airplane «Van Area Extra vaganza». С тех пор термин «психоделический рок» собрал в одну компанию такое количество разнообразных групп, что одно их перечисление заняло бы несколько страниц, от Jefferson Airplane, Steppenwolf и Grateful Dead до современных английских групп, балансирующих на грани «готики» и «темной волны». Восприятие их музыки требует от слушателя аналогичного, «расширенного» сознания, созерцательного настроения и готовности отправиться в «путешествие». Под воздействием психоделических наркотиков музыка становится иллюстрацией и проводником психоделического «trip'a».

Самым модным наркотиком девяностых стал экстази. Он был завезен в Лондон и на волне Хаус-музыки распространился по всему свету, как неотъемлемая часть танцевальных мероприятий. По своему действию, представляющий нечто среднее между ЛСД и амфетаминами, экстази позволял сочетать созерцательность и остроту ощущений от светозффектов с повышением двигательной активности нечувствительности к усталости. Свето-музыкально-двигательное восприятие, основанное на обостренной синестезии, сделало его «идеальным» клубно-дискотечным наркотиком. Музыка стала называться кислотной, Хаус-эйсид-хаусом, клубы процветали. Вот что говорит лидер группы «The Stone Roses», участник и очевидец знаменательных событий, Ян Браун: «Меня до сих пор удивляет, как все быстро произошло, в начале 1988 года экстази был доступен только в Лондоне, к концу года его можно было достать в любом городишке. Все бросились записывать музыку, появилась сотня новых лейблов, как будто тысячи людей только и ждали этой таблетки, чтобы приступить к работе. Это было круче, чем панк. Все изменилось».

Начиная с конца 1989 года, количество эйсидкомпозиций в национальных чертах растет в геометрической прогрессии. При этом мало кто себе представлял, как выглядят новые музыкальные гуры : понятие «звезда» на время полностью исчезло. Ди-джей оставались анонимными фигурами, прятавшимися за вертушками. Настоящими героями стали сами посетители клубов. Для новой музыки не была важна личность исполнителя. В клубе можно было танцевать спиной к Ди-джею он не главное, главное сам процесс. Музыка также избавилась от груза личности автора, став полноправным представителем культуры постмодерна.

Триумф экстази - культуры в Британии пришелся на 1993 – 1995 годы. Рейвы становились все более популярными, а каус – культура все более демократической. Конечно, британские власти были не в восторге. Еще в 1989 году, когда рейвы были в новинку, полиция начала борьбу с ними. Но после того, как в городе Каслмортон собрался самый массовый на тот момент рейв, заволновалось правительство и вышел закон, запрещающий несанкционированные сборища. И вот в 1995 году состоялся массовый легальный рейв под открытым небом – «Tribal Gathering» («Племенное сборище»). Революция свершилась и исчерпала себя. Исчезла романтика клубов, если раньше они были «театром, безумия», то к середине 90х вошли в нормальные капиталистические рамки. Появились суперзаведения типа лондонских «Cream», «Car wash», «Minietri of sound», Англия в очередной раз в истории контр – культуры сыграла роль колыбели андеграундной революции.

Однако экстази, начав победное шествие по всему миру, добралась и до российских клубов.

Все выше сказанное не означает, что нужно запретить растаманов, рейверов, психоделические выставки и концерты. Если общество имеет моральное право бороться с наркобизнесом, то с модой бороться не возможно, в ней проявляет себя эпоха. Трудно сказать, чем вызвана в конце XX века массовая мода на наркотики. Возможно, в условиях общего кризиса культуры, искусства и религии, в каком – то смысле исчерпавшие свои собственные ресурсы, творческий дух ищет искусственные средства существования. Такая ситуация, конечно, не является показателем душевного здоровья человечества, вынужденного для поддержания своей культуры «сидеть на колесах».

Биологические факторы

Различные люди по-разному реагируют на токсические и биологические воздействия. В эпидемии заболевают не все, при массовых отравлениях некоторые остаются здоровы. Люди по разному переносят жару и холод. Наркотическая зависимость тоже развивается далеко не у всех. Пробуют наркотики гораздо больше людей, чем заболевают наркоманией. Однако особо предрасположенные к тому или иному веществу заболевают наркоманией с первого раза.

Существуют и расовые различия: если у европейца опий вызывает успокоение, то на негра оказывает возбуждающее действие. Северные жители

веками жевали мухоморы, прекрасно себя, чувствуя, пока их не подкосило тотальное пьянство, подарок цивилизации, особенно болезненно отразившееся не их нежных природных организмах.

Животные тоже по-разному реагируют на одни и те же препараты. Многие из них добровольно отдаются во власть опьянения и одурманивания различными веществами, что, как правило, очень льстит человеку, который всегда рад видеть в животном коллегу и единомышленника, а также получить возможность сослаться на него при случае. Так, обезьяны отказываются от спиртного, предпочитая барбитураты и кокаин, кошки добровольно употребляют спиртные напитки в состоянии стресса (ученые зафиксировали это в Лондоне во время бомбардировок II мировой войны), крысы не прочь угоститься марихуаной. Хотя даже в пределах одного вида реакция на наркотик совершенно разная. Как показали наблюдения, наркоман выбирает то вещество, которое сходно с его типом личности. На этот вывод натолкнули наблюдаемые закономерности выбора наркотика той или иной группой душевнобольных. Эпилептоидные психопаты с подавленной, угнетенной психикой выбирают не стимуляторы, оживляющие психические функции, а снотворные и транквилизаторы, вызывающие успокаивающее действие, подавление психической активности. Шизофреники выбирают не успокаивающие и подавляющие, а психоделики, вызывающие сходные с шизофренией симптомы дереализации, потери и раздвоения личности. Больные инстинктивно стараются принять вещество, действие которого соответствует его расстройству. Существует особая, биологическая предрасположенность к наркомании.

Наследственность свойственна почти всем наркоманам, 85% молодых людей, лечившихся от наркомании, обнаруживают алкогольную наследственность. Многие, начавшие злоупотребление в раннем возрасте, сознательно предпочитали наркотики алкоголю, т.к. принятие спиртного вызывало у них отвращение из-за воспоминаний об отце – алкоголике. Однако на основе биологических характеристик пока нельзя прогнозировать вероятность наркомании, нельзя однозначно определить заранее склонность или, наоборот, устойчивость человека к наркотическому опьянению и зависимости. Нельзя заранее выделить «обреченных», любой может нести в себе сильную биологическую предрасположенность к наркотическим веществам.

Психологические факторы

Благоприятным поводом попробовать наркотики становятся эмоциональные расстройства, депрессии, потребность выровнять настроение. Способность седативных (успокоительных) психоделических наркотиков снимать тревогу, подавленность, напряжение, раздражительность побуждает их использовать как средство от депрессии. В ее тяжелых формах употребление наркотиков становится выражением стремления к самоуничтожению медленным самоубийством. Если сначала наркотик «работает» средством от депрессии, то спустя очень короткий срок сам

становиться ее источником. Частота депрессий резко увеличивается, особенно в подростковом возрасте.

Психологи и врачи могут в общих чертах нарисовать психологический портрет наиболее распространенного типа личности наркомана, эти люди чувствительны, эмоционально трудно приспосабливаются и чувствуют себя неуютно в обществе, трудно справляются с трудностями в жизни. Они не имеют устойчивых и определенных социальных интересов, планов на будущее и уверенности в завтрашнем дне. Это могут быть «тонкие натуры», остро чувствующие дисгармоничность и враждебность окружающего мира, критически относящиеся к всеобщим авторитетам, противопоставляющие себя обществу, оцениваемому ими как «толпа», склонные к уединению и уходу в собственный мир. У них может быть выражено чувство застенчивости, сознания своей недостаточности, несостоятельности в обществе. Такие люди ищут в наркотике более полноценное существование. Поиск особых чувственных впечатлений особенно характерен для людей искусства. Они хотят расширения своих чувственных возможностей, открытия новых значений и свойств, привычных вещей, изменение мира, в котором существуют, создание мира «для себя», для удовлетворения потребностей созерцания. Люди из артистической и художественной среды особенно остро чувствуют свою незащищенность в обществе, нестабильность своего социального положения. Нередко употребление наркотиков становится причиной ранней смертности артистов, художников и музыкантов. Помимо нарисованного нами поэтического образа наркомана существует и другой тип: люди с низким уровнем культуры, обитатели социальных низов. Однако у всех больных наркоманией, психиатры отмечают черты «социальной незрелости»: слабый самоконтроль, неумение прогнозировать ситуацию, отсутствие критической оценки своего поведения, ощущение вседозволенности, презрение к «благополучной» части общества, стремление получать удовольствия «по полной программе».

Подростковый возраст с его неустойчивой самооценкой и эмоциональной уязвимостью – наиболее удобное время приобщения к наркотикам. Подростки также склонны воспринимать общество как враждебную силу. Если психически здоровая личность реагирует на стресс собранностью, активностью, приспосабливаясь к экстремальной ситуации, у людей со слабой и подорванной психикой, стресс оборачивается подавленностью и невротическим поведением.

Существует психическая предрасположенность одних детей и большая устойчивость других к наркологическим заболеваниям. Высокая восприимчивость к наркотикам кроется в индивидуальных особенностях психики ребенка. Алкоголизму или наркомании подвержены подростки с врожденной или приобретенной в результате тяжелых болезней особой чувствительностью к наркотику, а также подростки, у которых отдельные черты характера чрезвычайно усилены. Это – так называемые акцентуации характера. Их около полутора десятка и для каждого из них есть свой критический возраст, в котором заостряются черты характера. Наиболее

угрожающими в отношении алкоголизма и наркомании считаются неустойчивый, эпилептоидный, истероидный, гипо- и гипертивный, конформный типы.

Неустойчивый тип характеризуется отсутствием нравственного стержня, страстью к безумным попойкам и любым другим увеселениям.

Эпилептоидный тип характеризуется склонностью к постоянной озлобленности, неприязни, недовольству. Это тяжеловесные люди, часто склонны к агрессии и садизму. После первого опьянения у них может возникнуть желание пить «до полного отключения», тяга к раз попробованным наркотикам приобретает непреодолимый характер.

Истероидный тип. Его главная черта – ненасытная жажда постоянного внимания к себе, потребность находиться в центре. Все поступки рассчитаны на зрителя, они должны постоянно вызывать у кого-то восхищение, производить впечатление на очарованную публику. Они согласны даже шокировать, возмущать, бесить, не переносят лишь равнодушия. Такие подростки вначале напиваются и используют наркотики также напоказ, демонстрируя лихость и выносливость, презрение к нормам морали, употребляют большие дозы.

Гипертимы – это весельчаки, душа общества, это люди с постоянно хорошим, приподнятым настроением, здоровым аппетитом, сном, повышенной эмоциональной и сексуальной активностью, жаждой жизни и деятельности - неугомонные, неусидчивые, неутомимые, ведущие за собой компанию. Это и бывает причиной частых употреблений наркотиков и алкоголя, приводящих к зависимости.

Гипотимы – противоположный тип, те, у кого настроение и активность постоянно

понижены. Они тоже легко спиваются и привыкают к наркотикам, однако по другой причине - им нужно восстанавливать душевный и физический комфорт, и они делают это с помощью наркотиков.

Конформный тип – это тип, слепо и бездумно воспринимающий образ существования группы, идеи лидера группы. Их главное желание – жить, думать и поступать как все. Попав в дурную среду, они усваивают все ее обычаи и привычки. Они втягиваются в наркоманию за компанию.

Вышеперечисленные типы составляют основной контингент пациентов наркологических приемных. Родителям следует знать об особенностях характера детей и, возможно, вовремя корректировать их. В благоприятном окружении эта предрасположенность может не реализоваться. Напротив, неправильное воспитание может не только усугубить, но и сформировать личностные отклонения.

Сценарий передачи «Здоровье»

«Жизнь – без наркотиков или Зло»

Оформление: 1 Плакат « Наше здоровье»

2 Плакат с номером телефона доверия.

3 **Несколько плакатов с высказываниями о наркотиках,**

например:

Наркотик - стоит ли доверять ему?

Что бы не было в начале, в конце - концов наркотик все равно обманет тебя!

Проще отказаться один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

Наркомания – это болезнь, без одной стадии – выздоровления.

Отказаться от наркотика можно только один раз – первый!

Ложь – религия наркомании.

Не попадись!

Употребление наркотических веществ – это улица с односторонним движением.

«Число людей, которые сами себя погубили, куда значительно, нежели число погубленных другими». Д. Леббок.

Из 100 человек, пробовавших наркотики, 90 становятся наркоманами.

4 Результаты анкетирования, проведенного в школе среди 8, 9, 10, 11 классов

5 На доске стадии развития наркомании

Эйфория
Психологическая зависимость
Физиологическая зависимость
Абстинентный синдром.

Гр. Дельфин песня «Дигер»

Кинофрагменты из телевизионных передач и фильмов о наркотиках

Анкетирование.

1 Знаете ли вы среди своих друзей (знакомых, одноклассников) тех, кто употребляет наркотические средства?

- А) нет (никого)
- Б) примерно половина
- В) почти все
- Г) некоторые

2 Что такое наркомания?

3 Какие чувства вызывает у вас наркоман?

4 Хотели бы вы испытать действие наркотика на себе?

5 Укажите основную причину приема наркотиков молодежью.

Урок построен по типу передачи «Здоровье». Выходит ведущий , который потом все время находится с учащимися, и ведет беседу. Приглашаются «гости» программы, которые освещают каждый свой вопрос. Во время беседы происходит показ фрагментов видеофильмов по тематике. Можно включить фрагменты песен, музыку, которые настроят на серьезный разговор о наркотиках.

1 Выходит ведущий Тебя не трогают уже чужие слезы и боль,
 Тебе не надо ничего, ты занят только собой.
 Твоя задача необычна, но до ужаса проста,
 В максимально сжатый срок уничтожить себя...

Наркомания... Россия... По официальной статистике, на 1 января 2003 года в стране зарегистрировано 480 тысяч наркоманов. По неофициальным данным, наркозависимостью страдают более 4 миллионов человек. Число наркоманов растет в геометрической прогрессии...

Ежегодно от передозировки в стране погибает до 100 тысяч человек. Показатель по наркоманам в Хабаровском крае превышает общероссийский в полтора раза. В 2002 году на территории края зарегистрировано 3817 фактов незаконного оборота наркотиков. Половина привлеченных по этим фактам - люди моложе 30 лет.

Когда говорят, что статистика знает все, то это вряд ли относится к наркомании. По оценкам МВД, реальная цифра потребителей наркотиков в 10-12 раз больше, чем официально зарегистрировано,

Наркотики сейчас называют третьей угрозой человечеству после ядерного оружия и глобальной экологической катастрофы. Бесконтрольное производство дурмана с применением новейших технологий и привыкание к нему вполне могут привести к полной деградации общества. Наркотический бум, охвативший в последнее десятилетие многие страны мира к сожалению стремительно набирает силу в России.

Сегодня речь пойдет о наркотиках, и разобраться с этой проблемой нам помогут некоторые специалисты. Во время разговора вы можете задавать вопросы в письменном виде. В конце мы попытаемся на них ответить.

2 Ведущий. «Девятый вал» наркомании идет на нас считает член правления Международной ассоциации по борьбе с наркоманией и наркобизнесом

Здравствуйтесь

Кинофрагмент.

-В чем причина резкого распространения наркотиков в нашей стране?

Резкий рост злоупотребления наркотиками приходится на середину 80-х годов- период боевых действий «ограниченного контингента советских войск» в Афганистане. С одной стороны, экстремальные условия , с другой – широкое распространение незаконно производимых наркотиков. Естественно, это способствовало приобщению находившихся там солдат к опасному зелью. А когда «афганцы вернулись на родину, они быстро разнесли заразу среди сверстников. Но это, естественно, не единственная причина. Несомненно, сыграли роль и изменившееся в последние годы нравственные ориентиры в обществе, сказались и правовые перемены в отношении к наркотикам. И если прежде наркомания процветала лишь в криминальной среде, а на бытовом уровне только среди части населения в Средней Азии, то теперь пагубное пристрастие пустило корни повсеместно, проникло в самые разные возрастные и социальные группы.

- Насколько быстро распространяется наркомания в России?

Я бы сказал, что на нас идет «девятый вал». За 20 лет (1965-1985) число больных наркоманией увеличилось с 10 тысяч до 15 тысяч, то есть в полтора раза. За последующее десятилетие оно выросло уже в пять раз, а в каждый из последних двух лет число регистрируемых с диагнозом «наркомания» увеличивалось почти вдвое. И это только те, кто зарегистрирован, фактически же больных куда больше..

- Какие слои населения особенно подвержены этой пагубной срасти?

Существует ошибочное мнение, что потребление наркотиков удел обездоленных, стремящихся отключиться от горькой действительности, хоть на время уйти в мир иллюзий. К великому сожалению, героин и кокаин «входят в моду» у бизнесменов и финансистов. По утверждению медиков, предприниматели составляют почти половину их клиентов. И что особенно страшно, растет число девушек наркоманок: за последние 5-7 лет их доля, составляющая менее процента, выросла в 50 раз! Вовлекаются и подростки. По данным социологических исследований, каждый восьмой, а в некоторых регионах и каждый четвертый школьник знает вкус наркотика. Из подворотен и притонов зелье активно перемещается на дискотеки, ночные клубы и другие увеселительные заведения, где продается и потребляется почти в открытую.

Причем наркоман – не алкоголик. Он редко принимает зелье в одиночку, ему подавай компанию. Установлено, что один наркоман «профессионал» в год приобщает к потреблению этого зелья от четырех до семнадцати человек. Что их ожидает? Человек, попавший в наркотическую зависимость и не пытающийся от нее избавиться, живет не более 7-8 лет.

Кинофрагмент.

3 Ведущий .Спасибо. А мы продолжаем разговор о наркотиках. Что же это за вещества и в чем особенность их действия на организм человека? На эти вопросы мы попросили ответить врача – нарколога

Есть не мало веществ способных оказывать наркотическое действие на психику человека. Сразу после их приема возникает особое состояние эйфория. А если говорить попросту, то положительные эмоции усиливаются, а отрицательные ослабевают. В течении нескольких минут после приема такого вещества возникают приятные ощущения и переживания: расслабленность ,прилив энергии, уверенность в себе, безмятежность. При частом повторении этого состояния у человека развивается болезненное стремление испытывать его вновь и вновь. Правда, первоначальный прием наркотического вещества вызывает защитную реакцию организма из-за его токсического действия. Это может быть тошнота, рвота, головокружение, головная боль и т. д. При повторных же приемах наркотика у человека появляется навязчивое влечение к наркотическому веществу, психологическая зависимость от него. Человек постоянно думает о наркотике и вызываемом им эффекте. Правда, серьезных изменений в состоянии организма еще нет

И окружающие не догадываются о проблемах этого человека.

Постепенно дозы увеличиваются: нужно больше «травки» чтобы поймать кайф, и зависимость человека от наркотического вещества возрастает. Начинается физиологическая зависимость. – болезненное и трудно переносимое состояние, называемое абстиненцией. Она проявляется в виде

общего недомогания, понижении работоспособности . Для наркоманов такое состояние называют «ломкой».

Кинофрагмент.

4 Ведущий . Спасибо. Что же такое «ломка» и так уж она страшна? Давайте постараемся ответить на этот вопрос. А поможет нам в этом _кандидат медицинских наук_____

Одна из трагических особенностей применения наркотиков – быстрое возникающее привыкание, возникает необходимость увеличивать дозу еще и еще.

Одновременно возникает абстинентный синдром, или синдром лишения наркотика, - мучительное состояние, вызываемое острой потребностью в новой дозе. Синдром лишения называется «ломкой» оттого, что человека ломает, все внутри болит, кости, суставы как бы разламываются, растекаются и разрываются. Состояние исключительно тяжелое, без новой дозы или медицинской помощи иногда заканчивающееся смертью больного.

Проклятье ломки преследует наркомана неотступно, и немало преступлений совершается ради того, что бы добыть новую дозу. Это становится вечной заботой наркомана, которая оказывается сильнее всех разумных соображений и нравственных преград.

- Когда она наступает?

Ломка по-настоящему наступает спустя 10 – 14 часов после принятия последней дозы морфина или морфиноподобных веществ. Нарастают беспокойства , слабость, наркоман начинает дрожать, обливается потом. Вскоре к этому добавляются неудержимые слезы и выделения из носа, обильная слюна, расстройство желудка. Тут начинается то, что у англоязычных авторов называется последними ступенями «героинового ада». Из глаз и из носа бегут полноводные ручьи , человека изводит жестокий понос, он становится холодным, появляется «гусиная кожа». И ,наконец, начинают с невероятной силой работать внутренности. Ломит и крутит суставы, сводит в спазмах желудок, иногда идет сильная рвота с кровью, человека всего трясет, ноги как бы пританцовывают, он кричит от боли, не находит себе места и то пытается зарыться в одеяло и согреться, то мечется из угла в угол, то валиться на пол. Затем наступает провал в сознании, полубред – полусон.

Не у каждого нервная система все это выдерживает, некоторые теряют сознание и могут впасть в кому.

Ломка продолжается несколько дней, до недели и дольше, после этого наркоман постепенно восстанавливается. Он теряет в весе по несколько килограммов в день, естественно не спит, не ест, под конец он не в состоянии поднять даже голову.

Приведем теперь некоторые высказывания «из первых рук»:

« Боль нечеловеческая... Будто внутрь забралась целая шайка садистов, одни кости сплющивают, другие суставы выворачивают, третьи – гвозди повсюду забивают. Кишки разрываются на части, и ты натурально сходишь с ума. И еще все течет из меня - никогда бы не подумал что в человеке столько воды. Если бы с ломки начинали, не было бы ни одного наркомана. Это абзац всему...»

5 Ведущий. Часто можно услышать расхожую фразу: « в жизни надо все попробовать» Нужно ли пробовать наркотики? Приведу простой пример. По радио идет передача где берут интервью у наркомана:

- Наркотики принимаешь?
- Принимаю.
- А зачем?
- Интересно, нравится.
- А не пугают последствия?
- Я буду умнее, когда надоест- брошу.

Правильно, нужно иметь опыт во всем. Много надо попробовать – не спорю. Но ведь прыгнуть с 25 этажа вниз головой молодежь, говорящая так, пробует куда реже, чем наркотики, а результаты почти те же.

Как люди становятся наркоманами? На это нам попробует ответить врач – нарколог

1- 2 % по причине стрессов или очень тяжелых переживаний, но более 50 % - из любопытства, 20-21 % из чувства подражания, 19 % - в связи с болезнью. Велик натиск со стороны различного рода знаменитостей, которые не просто говорят о наркомании, но и пропагандируют такой стиль жизни. В клубных наркотиках типа экстази молодежь привлекает способность танцевать до упаду. Причем многие из них совершенно уверены что экстази, - не наркотик, а просто стимулирующий, совершенно безобидный препарат. Такое мнение создано благодаря рекламе тех, кто торгует наркотиками: чем больше беспечных юнцов, тем больше доход. Но беспристрастная статистика утверждает, что из 100 человек, попробовавших наркотики 90 становятся наркоманами. По некоторым данным число лиц, допускающих немедицинское употребление наркотиков, в настоящее время в России составляет около 4 млн. человек. Все это говорит о том, что наркомания может стать серьезной угрозой для здоровья нации в целом. Группа риска включает в себя наиболее незащищенных людей: школьников, студентов, молодых рабочих, безработных.

Кинофрагмент.

Наркоманы долго не живут. Это та категория людей в которой мало умирают естественной смертью.

- Почему?

В человеческом организме фактически отсутствуют структуры, на которые бы отрицательно не сказывались наркотические вещества. Причем прежде всего это головной мозг и половые клетки. И это нужно хорошо

понимать – даже единственная проба может иметь последствия как для психического здоровья самого человека. Так и для здоровья его будущих детей. У 25 – 30 –летних родителей пробовавших в 15 – 16 летнем возрасте наркотики или токсические вещества, риск рождения ребенка с физическими и психическими отклонениями повышается в 2-3 раза.

Еще один орган – «мишень» для наркотиков –печень. Организм воспринимает наркотик как яд и старается сразу его обезвредить. Результат не заставляет себя долго ждать - печень очень быстро изнашивается (даже при эпизодическом использовании наркотических веществ), при этом страдает весь организм . Ведь печень – основной барьер, защищающий и очищающий его. Кстати, у человека, использующего наркотики или токсические вещества, кожа становится бледной, грязноватого оттенка, появляются мешки под глазами, тело начинает неприятно пахнуть.

Небывалых размеров приобретает сегодня токсикомания – вдыхание различных химических веществ растворителей , клея и т. д. Многие люди заблуждаются, думая, что токсикомания безвредна, но это абсолютно ложное утверждение. Разрушается печень, отравляется мозг, который больше чем наполовину состоит из жировых клеток. Когда вы испачкали кофточку мороженым, то берете тряпочку, окунаете ее в любой растворитель, и жирное пятнышко исчезает. То же самое происходит и с мозгом токсикомана.

- возможно ли лечение наркоманов и освобождение их от наркотической зависимости?

По данным врачей, лечение возможно только при абсолютном согласии и желании больного освободиться. Все случаи принудительного лечения заканчивались провалом. Но даже при твердом решении освободиться, положительный результат достигается примерно в 5 случаев из 100. Более 95 % пролечившихся возвращаются к наркотикам через, неделю, месяц, год. Единицы вырвавшиеся из плена живут в постоянной борьбе с зависимостью, тягой к наркотикам. Их ждет тяжелая длительная депрессия, возможно самоубийство.

6 Ведущий Среди наркоманов очень часто ходят разговоры о том, что не все так страшно, как кажется. Что в любой момент они могут перестать употреблять наркотики, что наркомания ни чем не грозит их близким . Прокомментировать мифотворчество своих пациентов согласилась кандидат медицинских наук , представитель Российской наркологической ассоциации .

Миф первый - можно любить наркомана но самой оставаться к наркотикам равнодушной.

Вот стандартная ситуация, с которой мы постоянно сталкиваемся в клинике. Девушка без ума влюбляется в парня, принимающего наркотики. Готова на него молиться. Чем он так ей интересен? Своей чрезмерной эмоциональностью. Все наркоманы – психопаты. У них все чувства слишком! Все на грани! Вначале у девушки формируется психологическая зависимость от своего друга, потом у них начинаются интимные отношения. Ну а как же не поделиться радостью с близким человеком? Он предлагает ей наркотик. И потом оказывается, что наркотическая зависимость – это единственное что их связывает. Чтобы вылечить такую сладкую парочку, приходится разводить их по разным клиникам. К счастью, такие связи чаще всего быстро распадаются.

Миф второй- если не принимать наркотики во время беременности, то можно родить здорового ребенка.

Конечно, современная медицина способна помочь тем, кто хочет излечиться от наркомании и восстановить здоровье, в том числе и детородные функции. Но на практике «слезть с иглы» оказывается намного труднее, чем на нее «сесть». А без серьезного лечения, сопровождающегося длительной ремиссией, беременность женщины, страдающей наркологической зависимостью, может обернуться более страшным несчастьем, чем бесплодие.

Кинофрагмент.

Не проходит и месяца, чтобы к нам в клинику не обращались за помощью акушеры, которым предстоит принимать роды у наркоманок. Хорошо, если они заранее знают, с кем имеют дело. Но чаще мать старается скрыть от врачей свое бывшее пристрастие и рождает на авось, а через шесть часов после родов у младенца начинается «ломка». Если в роддоме не знают как оказать ребенку экстренную помощь, то ребенок, как правило, погибает. Но даже тех, кого врачам удастся спасти, ждет в будущей жизни много испытаний, в том числе целый букет психосоматических болезней и врожденная предрасположенность к наркомании.

Кинофрагмент.

Миф третий после приема стимуляторов и галлюциногенов (крэк, лед) не возникает наркотической зависимости и не бывает ломки. От "легких наркотиков" не бывает зависимости

.. В принципе нет такого понятия как легкий наркотик. К ним относят коноплю, много сказок есть: мол, не вызывает привыкания, а мир становится цветным. Во-первых, большинство настоящих наркоманов (которые не по праздникам колются, а регулярно) пришли к героину именно через травку. Во-вторых, от одной сигареты с "дурью" может съехать крыша, причем такое наблюдается у каждого десятого. Потом расплачиваются ухудшением памяти, нарушением детородных функций и много чем другим.

Абстинентный синдром возникает у наркомана независимо от вида

наркотических средств. Но при героиновой зависимости оно проявляется ярче и болезненнее. Хотя те, кто пользуется другими наркотиками, так же испытывают характерные для «ломки» суставные и мышечные боли, беспричинное беспокойство или наоборот, впадают в глубокую депрессию. Хуже всего то, что к «безобидным» наркотикам завсегда и клубных тусовок причисляют галлюциноген «экстази». Привыкнув к его возбуждающему действию, они спустя некоторое время вынуждены переходить на более сильные наркотики.

Миф четвертый Попробовать несколько раз и бросить: - импотенция с элементами склероза в лучшем случае. Баловство с травой/ колесами кажется безобидным из-за завышенной самооценки человека: кажется, что бросить можно в любой момент. Вот только бросают-то единицы, остальные продолжают эксперименты уже с героином, также полагая, что ситуация под контролем. Вот только здоровье у нового поколения как следует ослаблено экологией, некоторым даже от одного раза можно двинуть в сторону психбольницы. Одна таблетка "экстеzi" может привести к праотцам, потому что не каждый заглядывает в свою медкарту, в которой, возможно, значатся различные заболевания.

ЛСД - популярнейший клубный наркотик. Был создан в качестве оружия массового уничтожения, после чего успешно опробован на студентах. На нем не сидят, но ЛСД - трамплин, который выносит на героин. Действует он на организм самым диким образом, вызывает шизофреноподобный психоз: люди бьются головами об стенку, выпрыгивают из окон. Наблюдавшие такое зрелище напрочь отказываются принимать какой-либо препарат, чтобы не выглядеть так убого.

Весь ужас наркомании в том, что мои пациенты искренне убеждены: они способны контролировать свое пристрастие и могут отказаться от наркотиков в любой момент.

Поэтому, если у вас или ваших близких возникла наркотическая зависимость, как можно быстрее обратитесь к врачу. Во многих клиниках консультации бесплатные и анонимные

7 Ведущий. Наркотики – это медленная смерть. Казалось бы, нет человека, который бы не знал это. Почему же мы все больше сталкиваемся с этим явлением. Помочь в этом разобраться нам поможет

Большинство мифов о наркотиках распространяют те, кто ими торгует, то есть наркобизнесмены. Хотя я в принципе не признаю слова "наркобизнес". Бизнес - это дело, занятие, успех, с этим связано что-то

положительное и радостное. А вот с наркотиками вряд ли могут быть светлые ассоциации. Давайте назовем торговлю наркотой наркотерроризмом. Со всех сторон на нас льется скрытая реклама: какие бывают виды наркотиков, какое действие они оказывают, где их купить, даются даже рецепты приготовления. Тут волей-неволей заинтересуешься. Зависимые от этих препаратов люди легко управляемы, они становятся ходячим оружием, причем, довольно опасным. Для здоровых людей придумали не одну сказку, а целых две: про то, что наркомафия бессмертна и что весь цивилизованный мир балуется так называемыми "легкими наркотиками". И вот уже родители наркоманов не знают, что их дети годами глотают колеса, потому что не хотят видеть того, что их так пугает. Товарищи считают невозможным спасти своих друзей от беды, а сами на каждой вечеринке лижут марки, думая, что это просто забава.

Как можно дезориентировать людей настолько, что они уверены что изредка "баловаться" наркотиками безопасно?! На это работают миллионы людей во всем мире, получая за это огромные деньги. Их главное оружие - лживая информация.

Подумайте над такой загадкой: наркотики стоят ужасно дорого, а новичкам их раздают бесплатно, почему? Сегодняшний день наркомана стоит от 50-и до 250 долларов. Почему же начинающие получают их даром? Торговля наркотиками приносит баснословную прибыль, каждый наркоторговец старается заработать как можно больше, а для этого создает свою клиентуру. Попробуешь раз бесплатно, а потом будешь платить и с каждым днем все больше. Заработать необходимые деньги честным путем невозможно. Придется воровать. Не зря же наркоманию называют родной сестрой преступности.

Кстати, о преступности: чтобы не стать жертвой вора-наркомана, нужно быть разборчивым в знакомствах. Часто наркоман усердно набивается в гости к новым друзьям, старается собрать вокруг себя компанию побольше. Зачем? Пока ребята развлекаются, он снимает копии с ключей от входных дверей их квартир. А через несколько дней в этом районе происходит серия квартирных краж без взлома...

8 Ведущий. За год каждый наркоман приобщает к зелью от 5-и до 17-и новых жертв. Как они это делают? Давайте спросим у кандидата психологических наук _____

Способов множество. Обычно, наркоман, входящий в незнакомую компанию, пытается завоевать в ней авторитет. Он создает вокруг себя и своего зелья романтический ореол, дескать, наркотик - атрибут взрослого человека, для его употребления необходима смелость и мужество. Зато, какой кайф: Словом, попробовать должен каждый. В ход идут самые разные приемы убеждения. Дети из солидарности, из желания подражать взрослым, чтобы не показаться друг перед другом трусами или из-за боязни быть выброшенным из компании соглашаются попробовать, даже не желая никакого неземного блаженства.

Поэтому важно уметь отказываться. Вот несколько приемов "словесного дзюдо", помогающих противостоять групповому давлению и критике.

Если Вас уговаривают попробовать наркотики:

1. Выслушайте, покажите, что вы слышите их аргументы, задайте, как можно больше вопросов, и все равно говорите четкое "НЕТ". Например «нет, я занимаюсь спортом», «нет, мне это не нужно».

2. Не пытайтесь придумать "уважительные" причины и оправдываться. Это только раззадорит группу и вызовет шквал оскорблений;

3. Откажитесь продолжать разговор на эту тему и попробуйте предложить альтернативный вариант.

Если Ваше твердое "НЕТ" вызвало реальную атаку критики:

1. Не обращайтесь внимание на сказанном в ваш адрес в запале гнева. Основная ошибка - это желание защищать себя от любых несправедливых нападков. Помните, что каждая попытка защитить себя в подобной ситуации будет только разогреть пыл противника

2. Помните, что неодобрение не может быть постоянным. Споры - это часть жизни.

Умелое применение этих правил, Ваше четкое и уверенное "нет" приему наркотиков и ЕСТЬ ИСТИННОЕ ПРОЯВЛЕНИЕ НЕЗАВИСИМОСТИ и ПОЗИЦИИ ВЗРОСЛОГО ЧЕЛОВЕКА. Человека сильного, зрелого, думающего о будущем.

Люди, не боящиеся сказать "НЕТ", уверенные в себе, ценятся обществом значительно больше, чем те, кто расходует всю энергию на угождение окружающим.

Сделай свой выбор - откажись от наркотика! Ведь жизнь наркомана – это не жизнь в обычном смысле – это существование в постоянном замкнутом круге, существование в постоянном страхе: перед ломкой; перед милицией; что не можешь достать дозу. Обман близких, кражи, ограбления, убийство. Быстрое старение организма. Развал психики (интеллекта, памяти, внимания). Вот удел наркомана.

Согласился попробовать наркотик – тогда забудь обо всем хорошем, что есть в жизни.

Забудь о том, о чем мечтал. Цель одна - достать дозу. Забудь о друзьях – у наркомана нет друзей. Забудь о здоровье – ты его продал за дозу, и о любви – ее просто не будет. Забудь о своих близких – наркоману никто не нужен. Забудь о своем будущем – наркоман никому не нужен.

И еще информация для тех, кто может столкнуться с этим: в Уголовном кодексе существует статья 230, которая предусматривает ответственность за склонение к употреблению наркотиков в виде лишения свободы от 3 до 12 лет.

9 Ведущий. Тебя не трогают уже чужие слезы и боль,
Тебе не надо ничего, ты занят только собой.
Твоя задача необычна, но до боли проста,
В максимально сжатый срок уничтожить себя...

Обыкновенный наркоман не пожалеет для своего зелья ни денег, ни родных, ни друзей. Обыкновенный наркоман совершит любой убийство или ограбление за наркотик. Тысячи самых жестоких преступлений, искалеченных судеб, загубленных жизней и душ – вот что дала миру наркомания.

Но мы можем этому противостоять. Как хочется чтобы перестали быть справедливыми

слова Д. Леббока

«Число людей, которые сами себя погубили, куда значительно больше, нежели число погубленных другими».

Наш разговор не закончен, жизнь будет постоянно напоминать нам об этом, пока «Зло» не исчезнет.

Ответы на поступившие вопросы.

*С.А. Губарева
МОУ СОШ № 29*

Концепция работы по профилактике распространения и употребления наркотических средств среди учащихся МОУ СОШ №29

Я, Губарева Светлана Александровна, заместитель директора по воспитательной работе, учитель русского языка и литературы. Свое место в школе могу определить точнее: друг, помощник детей в реализации их затей.

Мы готовим и проводим разные праздники, играем в теннис, ездим на природу. Но всегда на первом плане передо мной стоит задача - забота о здоровье детей.

Я – мать пятнадцатилетней дочери. Очень хочется, чтобы мой ребенок, как и все дети, рос в здоровой атмосфере, в которой не было бы места пагубным привычкам.

Пять лет назад разработала школьную программу «Здоровье». Одним из направлений программы является профилактика наркомании.

Хочется смело заявить, что среди учащихся школы нет детей, которые пробовали бы наркотики. Однако, крайне нездоровая обстановка в социуме вызывает сильную тревогу по поводу того, что кто-то найдет решение своих проблем, прибегнув именно к такому «спасению».

Реальной возможности для получения точной информации о случаях употребления и распространения наркотических средств, конечно, у нас нет.

Поэтому нужно осторожно, кропотливо, используя все известные формы, методы, средства работать и бороться с тем, что может погубить человека.

Общая профилактика – это комплекс мероприятий по выявлению причин, порождающих противоправное поведение и условий, способствующих совершению правонарушений с последующим их устранением, с целью формирования свободного от наркотиков общества.

Педагогическая профилактика предполагает решение двух групп задач:

1. Реализация общих задач направлена на формирование у детей ценностного, ответственного отношения к своему здоровью, готовности соблюдать законы здорового образа жизни; усвоение социально ценных поведенческих норм, коммуникативных навыков, обеспечивающих ребенку эффективную социальную адаптацию; развитие умения регулировать свое поведение, прогнозировать последствия своих действий.

2. Реализация специфических задач связана с формированием у детей представления о негативном воздействии наркотических средств на физическое здоровье человека и его благополучие, готовности отказаться от любых форм использования наркотиков; с развитием отрицательных оценок в отношении различных аспектов наркомании; освоением приемов поведения, позволяющих избежать наркозависимости.

Программа предотвращения наркомании среди несовершеннолетних включает:

- всестороннюю медико-психологическую и социальную диагностику;
- обеспечение антинаркотической пропаганды и обучения, социально-педагогической помощи несовершеннолетним и их семьям;
- создание системы общественно полезной работы (субботники по уборке территории, озеленению и т. д.), способствующей включению в социально значимую деятельность, а также позволяющей эмоционально воздействовать на подростков в плане формирования установок на здоровый образ жизни;
- создание условий для участия подростков в разработке и осуществлении профилактических и пропагандистских программ по борьбе с наркоманией;
- участие учащихся в программах профилактики и предотвращения наркомании, направленных на сверстников по принципу «равный обучает равного».

Профилактическая работа в школе, в первую очередь, направлена на социально-педагогические и психологические факторы. Объектами профилактики являются сам ребенок, семья и школа и связанное с ними микросоциальное окружение.

В основу профилактики положен принцип опережающего обучения – то есть целевая подготовка детей организуется заблаговременно, предваряя реальный этап возможного наркотического заражения.

Содержание работы:

1. Структура работы.
2. Кадровое обеспечение
3. Реализация программы.

4. Методы и формы пропаганды.

Структурные компоненты программы	Содержание работы
<u>1.Работа со школьниками:</u> -с учащимися начальной школы; -с учащимися среднего звена; -с учащимися старшего звена.	1.Привитие доверительных отношений учитель-ребенок-родитель. 2.Образование и информация. 3.Общее признание правил и норм неприятия наркотиков.
<u>2.Работа с несовершеннолетними «группы риска»:</u> -состоящими на внутришкольном учете; -состоящими на учете в КДН, ПДН; -детьми из неблагополучных семей.	1.Выявление «групп риска». 2.Разработка и внедрение индивидуальных программ помощи в зависимости от факторов риска. 3.Оказание помощи в преодолении проблем.
<u>3.Работа с педколлективом</u>	1.Просвещение. 2.Обсуждение проблем. 3.Поиск их решения.
<u>4.Работа с родителями</u>	1.Налаживание тесных отношений (родители-учитель-ребенок). 2.Консультации для родителей.

Главным требованием в реализации концепции школы по профилактике распространения и употребления наркотических средств является наличие кадров. Над проблемами школьной программы «Здоровье» работают разные специалисты.

Объект работы	Формы работы	Ответственные
1.Школьники	1. Диагностика: - анкетирование (аналитические, альтернативные и другие вопросы); - тренинговые занятия. - тестирование. 2. Обучение: - лекции; - беседы; - передача «Здоровье»; - ролевые игры; - диспуты. 3. Отслеживание результатов: - выставка рисунков и плакатов на	Психологи. Школьный инспектор, врач, классные руководители, учителя биологии, химии, ОБЖ.

	<p>тему:»Скажи наркотикам: «Нет»;</p> <ul style="list-style-type: none"> - конкурс творческих работ (сочинений, эссе, писем сверстникам и т. д.); - защита проектов; - участие в акциях: «За здоровый образ жизни». 	<p>Заместитель директора по ВР, учителя русского языка.</p>
2. Родители	<ol style="list-style-type: none"> 1. Классные и общешкольные тематические родительские собрания (проведение бесед, лекций специалистами(лекционно-информационная форма). 2. Консультации для родителей по воспитательным, психологическим проблемам развития и поведения ребенка (проблемно-ориентированная форма). 3. Организация родительских семинаров по проблемам семьи и антинаркотической профилактической работы. 	<p>Администрация, родительский комитет, специалисты мед. учреждений.</p>
3. Педколлектив	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ролевые игры. 2. Круглые столы. 3. Занятия в группах. 	<p>Заместитель директора по ВР</p>

Анализ профилактической работы в рамках «Жизнь без наркотиков» в МОУ СОШ № 29 за 2003-2004 учебный год.

В рамках школьной программы «Здоровье» в предыдущем учебном году были реализованы планы по профилактике наркомании.

Особое внимание было уделено сотрудничеству с родительской общественностью, в частности, в родительском комитете был создан сектор по работе с учащимися по профилактике курения, алкоголизма, наркомании. Помимо родителей в реализации данной программы активное участие приняли психологи, социальный педагог, школьный инспектор и, конечно, классные руководители. Частыми гостями школы во время проведения профилактических мероприятий были специалисты медицинских учреждений, центра «Контакт».

В области обучения учащихся психологами регулярно проводилось анкетирование, тренинговые занятия, учителем химии передача «Здоровье»,

школьным инспектором – беседы и консультации.

В своей деятельности участники программы опираются на передовые исследования в области медицины, правоведения, законы РФ, Концепцию о правах ребенка, используют материалы из цикла «В помощь образовательным учреждениям: «Профилактика злоупотребления психоактивных веществ». Работа с учащимися начальной школы основана на рекомендациях Министерства образования (автор А. Г. Макеева), программы «Все цвета, кроме черного» (авторы М.М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А. Филиппова).

В школе собран богатый методический материал: разработки, сценарии, плакаты, рисунки, буклеты, анкеты, рекомендации для родителей. Обмен опытом работы проходит во время проведения открытых мероприятий, семинаров, круглых столов с приглашением специалистов разных сфер деятельности, общественных организаций, в частности, представителей партии «Союз правых сил» и других лиц, заинтересованных в решении данных проблем.

Самое важное место среди профилактических мероприятий заняли мероприятия, способствующие формированию здорового образа жизни:

- вовлечение детей в спортивные секции (волейбол, футбол, греко-римская борьба, теннис);
- проведение спортивно-массовых мероприятий: (веселые старты, спорт-шоу между командами учителей и учащихся, праздника «Папа, мама, я - дружная семья, туристический слет);
- совместные с родителями утренники, вечера отдыха;
- встречи со старшими товарищами (выпускниками школы) в неформальной обстановке;
- регулярные коллективные выходы в театры, музеи, цирк, центр реабилитации диких животных, зоосады, выезды на природу, на базы отдыха;
- поездки в Сихачи-Алянь, города Хабаровского края, г. Владивосток;
- выездной летний лагерь в бухту Валентин Приморского края;
- общешкольные Дни здоровья;
- встречи общенародных праздников (Рождества, Масленицы) с целью приобщения к культурным традициям, пропаганды здорового образа жизни;
- экскурсии в анатомический музей медицинского университета;
- выступление команды КВН на тему: « За здоровый образ жизни».

Положительным моментом является стопроцентный охват учащихся в мероприятиях данного направления, качественное проведение мероприятий, заинтересованность в результатах работы всех участников программы.

Подведение итогов, анализ работы заслушивается на заседаниях МО классных руководителей, Совета школы (органе ученического самоуправления), Совета общественности, родительского комитета, совещании при директоре, педагогическом совете.

Самой интересной, содержательной, нестандартной формой работы по профилактике наркомании и других вредных привычек и болезней является передача «Здоровье», построенная по аналогии с телевизионной передачей,

которую ведет Елена Малышева. Передача проводится в школе уже 4 года среди учащихся 8-11-х классов. Ее руководитель - учитель химии Шеремет Т.А.

Участниками и ведущими являются ученики 10-х классов.

Основные требования передачи: актуальность, доступность, полнота раскрытия тем, анонимность при анкетировании, непринужденная обстановка, интересная форма подачи материала, привлечение специалистов, использование технических средств.

**Информация о работе по совершенствованию форм и методов пропаганды
здорового образа жизни, формированию у школьников негативного отношения к наркотическим средствам.**

№ п/п	Методы пропаганды	Формы пропаганды		Периодичность работы	На базе какой ступени проводится Работа (1, 2,3 ступень обучения)	% привлечения детей из группы риска, малообеспеченных, бедных семей	% привлечения детей состоящих на внутришкольном учете КДИ	ФИО и должность педагогика, курирующего данное направление работы
1.	Объяснительно-иллюстрированный	1.	Акции:» За здоровый образ жизни», конкурс плакатов, рисунков, буклетов.	2 раза в год	2, 3	100 %	100 %	Губарева С. А., зам. директора по ВР
2.	Проблемный	2.	Передача «Здоровье», диспуты, тесты.	1раз в месяц	3	100 %	100 %	
3.	Наблюдения	3.	Экскурсии	в течение года	3	100 %	100 %	
4.	Практические занятия	4.	Классные часы	Ежемесячно	1, 2, 3	100 %	100 %	
		5.	Беседы нарколога,	В рамках месячников	2, 3			
		6.	Дни здоровья	1 раз в месяц	1, 2, 3			

Службы помощи при наркозависимости

<p>Краевой центр психологического сопровождения детей и подростков. Психолог, психотерапевт (бесплатно) Телефон экстренной помощи для детей и родителей</p>	<p>30-74-70 31-91-57 30-70-92</p>	<p>Трамвайный проезд, 5-а</p>
<p>Краевой медико-социальный центр «Контакт» Нарколог, психолог, психотерапевт, гинеколог; консультативная помощь (бесплатно)</p>	<p>32-74-48</p>	<p>Ул. Л. Толстого, 22 Автобус №29, Трамвай №№1, 2, 5, 6 Остановка «Центральный рынок»</p>
<p>Городской центр психотерапии Нарколог(бесплатно), Психотерапевт, психолог</p>	<p>36-36-45 36-17-90</p>	<p>Ул. Кубяка, 2-б</p>
<p>Городской психотерапевтический центр Психотерапевт, психолог, нарколог: консультативная помощь</p>	<p>34-97-60</p>	<p>Ул. Станционная, 19 Трамвай №№1, 2, 5 Остановка «Вокзал»</p>
<p>Краевая психиатрическая больница, амбулаторное лечение</p>	<p>34-21-03</p>	<p>Ул. Калинина, 142</p>
<p>Хабаровская коррекционная школа-консультация «Надежда» Психологи, психотерапевты.</p>	<p>30-57-97 32-59-13</p>	<p>Ул. Калинина. 96</p>
<p>Краевой молодёжный социальный медико- педагогический центр</p>	<p>30-45-85</p>	<p>Ул. Гоголя, 21</p>
<p>Молодёжный телефон доверия</p>	<p>30-50-60</p>	
<p>Городской телефон доверия</p>	<p>36-09-09</p>	
<p>Отдел экстремальной медицины</p>	<p>32-73-65</p>	

**Сборник материалов по профилактике наркозависимости
несовершеннолетних**

Сост. А.Г. Петрынин

Методическое издание