

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БРЯНКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №5»

| | |
|--|--|
| Рассмотрено на педагогическом совете Протокол № <u>1</u> от « 31 » 08 2023 г. |  <p>Утверждено Приказ № <u>91-ОД</u> « 08 » 2023 г. Директор школы Н.С.Храмцова</p> |
| Согласовано Заместитель директора по УВР  Е.А.Гейман « 31 » 08 2023 г. | |

**Профилактическая программа, направленная на
предотвращение употребления ПАВ с
обучающимися воспитанниками**

«Линия жизни»

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1 – 11 КЛАССОВ
СРОК РЕАЛИЗАЦИИ – 2023 – 2024 ГГ.

Астафьева Елена Алексеевна,
социальный педагог

п.Брянка
2023 г.

Пояснительная записка

Необходимость ведения работы по профилактике злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде обусловлено современным состоянием проблемы наркозависимости.

Изменившееся социально-экономическое положение в стране требует от ребёнка, подростка быстрой адаптации к новым условиям существования. Встаёт проблема: как в условиях жёсткой рыночной конкуренции, смещения ценностного вектора от высоких идеалов к идеалам материального достатка, наживы личности сохранить лучшие нравственные качества подрастающего поколения. Перестройка затронула многие стороны жизни общества, в котором мы живём, но, избавившись от догматичной идеологии, трудностей тоталитарного государства, мы столкнулись с новыми проблемами, захлестнувшими общество: подростковая преступность, наркомания, токсикомания. Эти проблемы носят общественный характер.

Новое испытание для человечества – СПИД – впервые заявило о себе в прямой связи с наркоманией. Потребление ПАВ имеет негативные, социальные, экономические, медицинские, психологические, семейные последствия, в конечном итоге оно снижает качество жизни, как отдельного человека, так и популяции в целом.

Образовательное учреждение обладает рядом уникальных возможностей для проведения профилактической работы, в частности имеет огромное влияние на формирование и развитие личности ребенка, доступ к семье ребенка и механизмы воздействия на семейную ситуацию, располагает квалифицированными специалистами (педагогами, психологами и социальными работниками), способными обеспечить ведение эффективной работы по профилактике злоупотребления ПАВ.

Согласно Концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде целями первичной профилактической деятельности являются:

-изменение ценностного отношения детей и молодежи к наркотикам, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающие снижение спроса на ПАВ в детско-молодежной среде;

-сдерживание и вовлечение детей и молодежи в прием наркотических средств за счет пропаганды здорового образа жизни, формирование антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений.

Цель позитивно направленной первичной профилактики состоит в воспитании психически здорового, личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме ПАВ.

Работу по профилактике употребления ПАВ целесообразно начинать с младшего школьного возраста и охватывать весь период обучения в школе.

Именно возраст 7-10 лет является временем первых проб наркотических и психоактивных веществ с уже осознанным намерением ощутить то, что ощущают взрослые, и тем самым «повзрослеть» и как бы уравнять себя со взрослыми.

С другой стороны, в младшем школьном возрасте у детей особенно активно происходит формирование произвольности, внутреннего плана действия, начинает развиваться способность к рефлексии. Именно поэтому ребенок может успешно овладеть средствами и способами анализа своего состояния и поведения, а также состояния и поведения других людей. Поэтому, профилактика злоупотребления ПАВ среди учащихся начальных классов с опорой на их возрастные особенности будет достаточно эффективной в формировании у детей внутри личностных антинаркотических барьеров.

Программы рассчитана для учащихся 1 – 11 классов.

Цели данной программы:

- 1) предупреждение употребления психоактивных веществ детьми и подростками;
- 2) обучение навыкам ответственного поведения в пользу своего здоровья.

Задачи:

1. Предоставить детям и подросткам объективную научную информацию о психоактивных веществах;
2. Способствовать формированию положительного «образа — Я»;
3. Развивать навыки самоуважения;
4. Научить навыкам анализа чувств и преодоления стресса;
5. Привить навыки эффективного общения;
6. Способствовать осознанию детьми и подростками своих ценностей;
7. Сформировать навык принятия обоснованных решений;
8. Сформировать навыки постановки и достижения цели;
9. Сформировать навыки сопротивления социальному давлению.

Концепция программы

Данная программа основана на концепции, которую можно без труда объяснить детям, учитывая их возрастные особенности. Стержневым понятием является понятие «единого целого», т. е. здоровье следует понимать как нечто целое, состоящее из взаимозависимых частей. Все, что происходит с одной из частей, обязательно влияет на все остальные части целого. Каждую составную часть необходимо рассматривать в контексте понятия «здоровье в целом».

В целом важен каждый из аспектов здоровья, каждый влияет на все остальные. Каждый аспект освещается в данной учебной программе с целью довести до подростков принципы здорового образа жизни. Здоровье — это состояние полного физического, умственного, социального, личностного, духовного, эмоционального и интеллектуального благополучия человека, а не только отсутствие заболевания или немощи.

Название программы «Линия жизни» отражает ее основную идею — формирование гармонично развитой, жизненно компетентной и здоровой личности. Программа сопровождает процесс становления и развития личности учащегося.

«Полезные привычки»

Цель: предупредить употребление алкоголя, табака и потребления электронной курительной продукции (электронных сигарет, вейпов, кальянов).

Задачи:

- формирование знаний учащихся о алкоголе, табаке, электронной курительной продукции;
- формирование отрицательного отношения к употреблению табака, электронной курительной продукции и алкоголя;
- формирование навыков ответственного поведения.

«Полезные навыки»

Цель: предупредить употребление наркотиков подростками, предупредить ВИЧ-инфекцию у учащихся.

Задачи:

- формирование у учащихся необходимые по возрасту знания о наркотиках и ВИЧ;
- формирование отрицательного отношения к употреблению наркотиков;
- формирование навыков ответственного поведения.

Каждая ступень программы включает в себя четыре основных раздела: информирование, положительный «образ — Я», эффективное общение, принятие решения.

Цели первичной профилактики наркозависимости:

1. Предотвращение употребления подростками ПАВ
2. Формирование у подростков здорового образа жизни

Задачи:

1. Формировать позитивное отношение подростков к себе
2. Формировать ответственность за свое поведение
3. Формировать у подростков негативное отношение к наркотикам и их употреблению

Большую негативную роль в формировании наркозависимости у подростков играют психологические факторы риска – неадекватная самооценка, неспособность идентифицировать или выразить чувства, низкая стрессоустойчивость, высокая подверженность влиянию групповых норм, повышенная тревожность, импульсивность и т.д.

В связи с этим, при проведении мероприятий по профилактике наркозависимости акцент необходимо делать на психологическую работу с подростками. Это – специфическая и неспецифическая диагностика, тренинги, дискуссии.

Известно, что референтная группа для подростков – сверстники. Зачастую, подростки негативно воспринимают поступающую от взрослых информацию, действуя по принципу: «Выслушай взрослого и сделай наоборот». Считаем, что в этом возрасте целесообразно действовать через волонтеров из среды самих подростков. Предполагается поощрение наиболее активных из них (путевки, подарки, грамоты и т.д.)

Критерии отслеживания эффективности предложенной программы

1. Уровень и степень добровольной вовлеченности родителей, детей и других людей в мероприятия.
2. Изменение отношения к возможному приему ПАВ
3. Уровень конфликтности в подростковой среде
4. Оптимизация внутрисемейных отношений

Критерии отслеживания эффективности предложенной программы

Предлагается два способа отслеживания эффективности

1. Отслеживание эффективности всей программы в целом. Критерии:
 - 1.1. Появление у подростков устойчивых интересов
 - 1.2. Повышение успеваемости
 - 1.3. Изменение количества подростков, стоящих на учете
 - 1.4. Изменение количества детей, состоящих в «группе риска»
 - 1.5. Изменение представленности причин, по которым дети попадают в «группу риска»
2. Формы отслеживания: анкетирование, тестирование, опросы экспертов, сочинения, наблюдение, социометрия.

Ожидаемые результаты:

1. Формирование негативного отношения к психоактивным веществам у подростков.
2. Популяризация и внедрение в воспитательный процесс наиболее эффективных моделей профилактики зависимости от психоактивных веществ.
3. Повышение уровня развития умений и навыков:
 - а) уверенного позитивного поведения;
 - б) конструктивного общения между собой и со взрослыми;
 - в) отстаивания и защиты своей точки зрения;
 - г) осознанного и уверенного умения сказать курению «Нет».

4. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.

Учащиеся должны знать:

- болезни, связанные с применением ПАВ;
- причины и последствия ПАВ (табакокурения, алкоголизма, наркомании);
- вредное влияние ПАВ на организм человека.

Учащиеся должны уметь:

- применять полученные знания на практике;
- уметь говорить «Нет»;
- вести активный здоровый образ жизни.

Учащиеся должны приобрести навык:

- работы в коллективе;
- высказывания своих мыслей;
- изучения научной литературы.

Основные мероприятия по реализации программы

| № п/п | Номер занятия | Наименование мероприятия | Форма проведения | Сроки проведения | Ответственный |
|--------------|----------------------|--|-------------------------|-------------------------|---|
| 1 | 1 занятие | Анкета, направленная на изучение характера отношения подростков к наркомании Анкетирование при входе в программу. | Анкетирование | Сентябрь-октябрь | Педагог-психолог, классные руководители |

| | | | | | |
|---|-----------|---|----------------------|----------|---|
| 2 | 2 занятие | <p>Биологические факторы риска Мотивы потребления наркотиков.</p> <p>Социальные факторы риска. Возрастные поведенческие реакции подростков как фактор риска.</p> <p>Психологические факторы риска. Стресс как фактор риска. Социально – психологические факторы, препятствующие формированию наркозависимости.</p> <p>Личностные факторы, препятствующие формированию наркозависимости.</p> <p>Подсказки для родителей.</p> | Практическое занятие | Сентябрь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 3 | 3 занятие | Тренинг № 1 « Курение-дело серьезное!». | Тренинг | октябрь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 4 | 4 занятие | Тренинг № 2 « Как влияет курение на молодой организм». | Тренинг | октябрь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 5 | 5 занятие | Тренинг № 3 « Скажи « нет!» ПАВ!». | Тренинг | ноябрь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 6 | 6 занятие | Тест «АССОЦИАЦИИ» Участники игры записывают пришедшие в голову слова-ассоциации на заданную тему. | Тестирование | ноябрь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 7 | 7 занятие | Тест «ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ...» | Тестирование | декабрь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 8 | 8 занятие | Тест «СИГАРЕТА» | Тестирование | декабрь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 9 | 9 занятие | Тренинг для родителей « Мы в ответе за тех, кого | Тренинг | январь | Педагог-психолог, классные |

| | | | | | |
|----|---------------|--|---------------------|---------|---|
| | | воспитали». | | | руководители |
| 10 | 10 занятие | «Социологического опроса» | Опрос | январь | Педагог-психолог, классные руководители |
| 11 | 11 занятие | Информационный час: Уголок Здоровья Всемирный день без табака | Лекция | февраль | Педагог-психолог, классные руководители |
| 12 | 12 занятие | Советы, как бросить курить. | Лекция | февраль | Социальный педагог, классные руководители |
| 13 | 13 занятие | Мини – лекция о вреде алкоголизма и наркотической зависимости | Лекция | Март | Педагог-психолог, классные руководители |
| 14 | 14 занятие | Тренинг: «Молодежь против наркотиков» | Тренинг | Март | Социальный педагог, классные руководители |
| 15 | 15 занятие | Тренинговое занятие «Умей противостоять зависимостям» | Тренинговое занятие | апрель | Социальный педагог, классные руководители |
| 16 | 16 занятие | Тренинговое занятие «Пути достижения жизненных целей» | Тренинговое занятие | апрель | Педагог-психолог, классные руководители |
| 17 | 17 занятие | Классный час: «Профилактика алкоголизма в подростковой среде». | Классный час | май | Педагог-психолог, классные руководители |
| 18 | 18 занятие | «Как организовать летний отдых» | Анкетирование | май | Социальный педагог, классные руководители |

Используемая литература

1. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. М., Интерпракс, 1994.
2. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М., Генезис, 2003.
3. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб., Речь, 2003.
4. Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика, игры, упражнения. СПб., Служба доверия, 1994.

5. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. М., Просвещение, 1991.
6. Мастеров Б.М. Психология саморазвития: психотехника риска и правила безопасности. М., Интерпракс, 1994.
7. Киппер Дэвид. Клинические ролевые игры и психодрама. М., «Класс», 1993.
8. Овчарова Р. В. Технологии практического психолога образования.
9. Профилактика аддиктивного поведения и случайных отравлений лекарственными препаратами. // Школа здоровья, № 1, 1998.
10. Формирование жизненных навыков»: программа профилактики поведенческих факторов риска у подростков. Н.А. Паршутин, Т.П. Симонятова. // Школа здоровья № 4, 1999г.
11. Психология подростка. Учебник под ред. А.А. Реана. СПб: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.