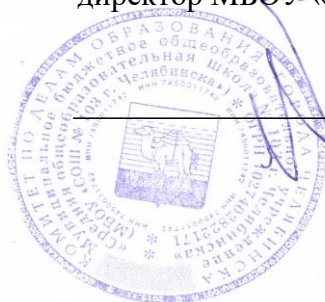


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 103 г. Челябинска»**
60-летия Октября, 5 г. Челябинск, 454047, тел./факс: (351)735-69-90 , E-mail: school1032007@yandex.ru

УТВЕРЖДАЮ:

директор МБОУ «СОШ №103» г. Челябинска

_____ А.А. Першин



**ПРОГРАММА ПЕДАГОГА – ПСИХОЛОГА
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ**

Разработчик:

Мехоношина Е.А. . педагог - психолог

Челябинск, 2022

Оглавление

1.Паспорт программы	3
2. Пояснительная записка.	4
3. Основные понятия и термины	5
4. Цели и задачи Программы.	6
5.Срок реализации Программы.....	7
6. Механизм реализации программы	7
7.Содержание занятий.	8
4. Список литературы:	10

1.Паспорт программы

Наименование Программы	«Программа по профилактике употребления ПАВ»
Цель Программы	формирование у учащихся объективных знаний, установок на здоровый образ жизни, навыков ответственного поведения, снижающих вероятность их приобщения к употреблению ПАВ.
Основные задачи Программы.	1. предоставить учащимся объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе, расширить их знания путем обсуждения проблем, связанных с употреблением табака и алкоголя; 2. научить учащихся лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению, способствовать их оценке своего окружения и выработать умение анализировать отношения с другими людьми; сформировать у учащихся навыки эффективного общения; 3. выработать умения и навыки сохранения и укрепления здоровья, безопасного и ответственного поведения; 4. научить учащихся делать правильный выбор и принимать ответственные решения; 5. помочь педагогам и родителям в предупреждении приобщения учащихся к табаку и алкоголю.
Сроки реализации Программы	2022-2026 гг.
Основные участники Программы.	1. Педагогический коллектив школы. 2. Обучающиеся 5-8 классов. 3. Родители (законные представители) обучающихся 4. Муниципальные учреждения и ведомства системы профилактики.
Нормативно-правовое обеспечение Программы.	Нормативно - правовое обеспечение программы: Конвенция ООН о правах ребёнка, Конституция Российской Федерации, Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации», Закон Российской Федерации № 120-ФЗ от 24.06.1999г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», Указ Президента Российской Федерации №761 от 01.06.2012г. «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017гг.», Закон Челябинской области от 28.11.2002 № 125-30 «О системе профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Челябинской области», Распоряжение Администрации города Челябинска от 29.03.2017 № 3585-к «Об утверждении Порядка осуществления деятельности по выявлению детей, нуждающихся в государственной защите, и устранению причин нарушения их прав и законных интересов», Регламент работы по осуществлению Комитетом по делам образования города Челябинска, подведомственными ему образовательными и иными организациями деятельности по выявлению детей, нуждающихся в государственной защите, и

	устранению причин нарушения их прав и законных интересов (утв. Приказом Комитета по делам образования города Челябинска №727-у от 10.05.2017г.), Устав МБОУ «СОШ №103 города Челябинска»
--	---

2. Пояснительная записка.

В настоящее время, в связи с распространенностью употребления подростками ПАВ и доступностью не только табака и алкоголя, но и наркотиков, запрос школы, родителей, общественности на превентивное образование становится все более настойчивым. Всем становится понятным, что разговор о наркотиках не следует считать темой лекций для старшеклассников.

Сегодня существует острая необходимость внедрения новых, более эффективных методов образования и передачи навыков защиты своего здоровья. Объективная информация о наркотиках, формирование навыков сопротивления давлению подростковой группы, предлагающей попробовать их, должны стать задачей превентивного обучения в школе до момента, когда подросткам предложат попробовать наркотики.

Однако, эффективность реабилитационных программ недостаточно высока, поэтому современный подход к решению проблемы злоупотребления ПАВ предполагает приоритет профилактической работы, ведение которой должно начинаться до наступления критического возраста, то есть основным объектом профилактической работы становятся дети в возрасте до 14 лет. При этом особое внимание уделяется профилактической работе в условиях учреждений образования.

Особое внимание должно уделяться первичной профилактике употребления ПАВ среди детей и подростков, т.к. доказано, что «воротами» приобщения к наркотикам является употребление алкоголя и курение. Поэтому, ведение профилактической работы должно начинаться с профилактики курения и употребления алкоголя, а также в связи с негативными последствиями употребления этих веществ.

В связи с этим, была разработана программа практических занятий по профилактике и предупреждению вредных привычек..

Программа практических занятий по профилактике и предупреждению вредных привычек реализуется в рамках программы воспитания и социализации обучающихся на уровне основного общего образования, поскольку одним из приоритетных направлений

реализации федерального государственного образовательного стандарта выступает формирование осознанного отношения к собственному здоровью, устойчивых представлений о здоровье и здоровом образе жизни; факторах, оказывающих позитивное и негативное влияние на здоровье; формирование личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению риска здоровью в повседневной жизни.

Программа практических занятий по профилактике и предупреждению вредных привычек предполагает формирование и развитие у ребенка представлений о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему; формирование умений оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих; формирование представлений о наркотизации как поведении, опасном для здоровья, о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха; развитие антинаркотических установок, обеспечивающих реализацию поведения в рамках здорового и безопасного образа жизни посредством информирования детей о механизмах и

последствиях употребления психоактивных веществ, оценку этих последствий и выработку на ее основе здорового и безопасного поведения.

Программа рассчитана на детей подросткового возраста (10 – 15 лет).

Продолжительность работы по программе 10 занятий, периодичность проведения 1 - 2 раза в неделю, занятие может длиться не более 40 – 45 минут.

Группа детей – до 15 человек.

Программа предполагает проведение психолого-педагогических занятий с элементами группового тренинга. Проводить занятия могут специалисты, имеющие базовое психологическое образование и опыт тренинговой работы с подростками.

3. Основные понятия и термины

В Программе применяются следующие основные понятия:

Психически активные вещества (ПАВ) - химические и фармакологические средства, влияющие на физическое и психическое состояние, вызывающие болезненное пристрастие; к ним относятся наркотики, транквилизаторы, алкоголь, никотин, токсические и другие средства.

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) - образ жизни, способствующий сохранению, укреплению и восстановлению здоровья данной социальной общности. ЗОЖ рассматривается не только как медицинская, но и как социально-экономическая категория, зависящая от развития производительных сил и производственных отношений, т.е. от образа жизни.

Профилактика потребления ПАВ - совокупность мер, направленных на предупреждение возникновения негативных форм поведения людей, а также изменение имеющихся негативных форм поведения, приводящих к зависимостям от ПАВ.

Наркомания - хроническая болезнь, которая возникает в результате злоупотребления наркотиками и характеризуется наличием у больного психической и физической зависимости от ПАВ, морально-этической деградацией, асоциальным поведением и рядом других патологических проявлений.

Токсикомания - хроническая болезнь, которая возникает в результате злоупотребления психоактивными веществами, не включенными в официальный список наркотических средств.

Алкоголизм - заболевание, вызываемое систематическим употреблением спиртных напитков, характеризующееся влечением к ним, приводящее к психическим и физическим расстройствам и нарушающее социальные отношения лица, страдающего этим заболеванием.

Первичная профилактика - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих приобщение к употреблению ПАВ;

Вторичная профилактика - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих формирование болезни и осложнений, связанных с употреблением ПАВ у «эпизодических» потребителей, не обнаруживших признаков болезни.

4. Цели и задачи Программы.

Цель программы – формирование у учащихся объективных знаний, установок на здоровый образ жизни, навыков ответственного поведения, снижающих вероятность их приобщения к употреблению ПАВ.

Задачи:

- предоставить учащимся объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе, расширить их знания путем обсуждения проблем, связанных с употреблением табака и алкоголя;
- научить учащихся лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению, способствовать их оценке своего окружения и выработать умение анализировать отношения с другими людьми; сформировать у учащихся навыки эффективного общения;
- выработать умения и навыки сохранения и укрепления здоровья, безопасного и ответственного поведения;
- научить учащихся делать правильный выбор и принимать ответственные решения;

помочь педагогам и родителям в предупреждении приобщения учащихся к табаку и алкоголю.

5.Срок реализации Программы.

Программа предусматривает поэтапный план реализации с сентября 2022 года по 30 июня 2023 года.

Этапы работы по программе.

Подготовительный этап – выявление особенностей детей, попавших в группу риска, проведение первичной диагностики их личностных установок относительно употребления ПАВ.

Основной этап – проведение психолого-педагогических занятий с элементами группового тренинга.

Завершающий этап – контрольная диагностика личностных установок участников занятия по поводу употребления ПАВ. Проведение диагностики позволяет оценить эффективность программы и достижение планируемых результатов: проанализировав изменения в знаниях, установках и поведении учащихся возникающих в результате проведенных занятий. Для этого необходимо измерить и сравнить в динамике показатели отношения детей к употреблению психоактивных веществ до начала и после завершения практических занятий.

6. Механизм реализации программы

Предоставление информации. Информация должна быть достоверной, уместной, с учетом особенностей аудитории (пола, возраста и убеждений) и предоставлять знания о последствиях злоупотребления ПАВ. Этот подход основывается на том, что, имея достоверную информацию о психоактивных веществах, об их влиянии на организм (физиологическом, психическом, психологическом), а также на социальное и экономическое благополучие, человек сможет принять взвешенное, ответственное решение по отношению к своему здоровью.

Эмоциональное «обучение». Этот подход базируется на том, что зависимости от ПАВ чаще всего подвержены люди, испытывающие трудности в понимании и выражении собственных эмоций; люди с заниженной самооценкой и неразвитой способностью к сопереживанию (эмпатией), с недостаточно развитой эмоциональной сферой, имеющие в структуре своей личности так называемый «запрет на эмоции», недостаточно общительны. В связи с этим они часто не умеют накапливать опыт переживаний и принятия решений в стрессовых ситуациях, готовы на все, чтобы включиться в любые группы, быть принятыми ими. Подростковая наркомания в настоящее время распространилась не только на подростков с проблемами в эмоциональной сфере, но и на многие другие группы молодых людей. Поэтому отдельно взятая эта модель, хотя и является эффективной, не может использоваться изолировано от других.

Апелляция к ценностям и знаниям. Подход основывается на теориях об изменении поведения и использует методы поведенческой терапии. Проблемное поведение подростка рассматривается с точки зрения функциональных проблем. Эксперименты с наркотиками могут быть:

- попыткой демонстрации взрослого поведения, способом уйти от родительского контроля; выражением социального протеста, вызовом по отношению к ценностям социальной среды;

- стремление получить новый, ранее не познанный опыт (поиск удовольствия и расслабления, стремление приобщиться к определенной субкультуре).

Такое поведение можно трактовать как просьбу о помощи в ситуациях конфликта, напряжения, давления со стороны социальной среды, акт отчаянья, ответ на определенные нарушения в психологическом и социальном развитии. Сторонники этого подхода считают, что подростки с подобными функциональными расстройствами нуждаются в обретении определенных жизненных навыков, которые позволят им обрести устойчивость

к различным негативным социальным влияниям и повысят их индивидуальную компетентность.

Воспитание противодействия ПАВ. Этот подход основывается на привитии социальных навыков, ориентированных на здоровый образ жизни, умение сопротивляться пагубному влиянию и давлению, умение говорить «нет».

Предоставление альтернативы. Этот подход предполагает развитие альтернативных социальных программ, в которых бы подростки смогли бы реализовать стремление к риску, поиску острых ощущений, повышенную поведенческую активность. Например, к ним относятся походы, путешествия с приключениями, занятия творчеством, видами спорта, связанными с риском, разнообразные клубы, кружки по интересам.

Влияние социальной среды и сверстников (работа с семьей и влиянием подростковой среды). Работа с волонтерами. С точки зрения этого подхода важнейшим фактором развития человека является социальная среда, как источник обратной связи, поощрений и наказаний. Тренинги устойчивости к социальному давлению. Одним из важнейших направлений этих программ является работа с лидерами-подростками, желающими пройти обучение и осуществлять профилактическую антинаркотическую работу среди сверстников.

Укрепление здоровья. Этот подход основывается на сочетании личного выбора и социальной ответственности за здоровье. Здоровье рассматривается как источник благополучной повседневной жизни, а не как цель существования. В ее основе социальные, личностные и физические возможности человека, обучение здоровому жизненному стилю.

7.Содержание занятий.

Занятие № 1 направлено на знакомство участников, снятие эмоционального напряжения, сплочение группы, формирование общего представления о вредных и полезных привычках, акцентирование внимания на полезных привычках и увлечениях.

Занятие № 2 направлено на формирование у учащихся мотивации на здоровый образ жизни, развитие представлений учащихся о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему; расширение знаний о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила. Цель занятия № 3, 4 – формирование осознанного негативного отношения к курению, алкоголю, наркотикам. В процессе занятия участникам предоставляется объективная информация о вреде употребления ПАВ, путем обсуждения происходит расширение их знаний о проблемах, связанных с употреблением табака, алкоголя и наркотиков. С участниками организуется дискуссия за и против употребления ПАВ, привлекается внимание к причинам, которые чаще всего приводят к употреблению ПАВ. Так же участникам предлагается упражнения, которые позволяют более глубоко почувствовать и пережить ситуацию зависимости.

Занятия № 5, 6 направлены на формирование у участников представления об опасности и последствиях употребления ПАВ, углубление понимания, в чем заключается их вред. У участников происходит формирование представлений о наркотизации как поведении, опасном для здоровья, о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха.

В процессе занятий № 7, 8 у учащихся происходит формирование навыка безопасного поведения (противостояния контактам с людьми, употребляющими наркотики), а также формирование умений оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих, развитие умения отказывать, нести ответственность за собственную жизнь.

Занятие № 9 направлено на формирование у учащихся представлений об опасности безопасных, на первый взгляд, форм рекламной продукции.

Целью заключительного занятия № 10 является закрепление знаний, умений и

навыков, полученных учащимися в ходе всего цикла занятий.

Структура занятия:

1. Приветствие – создание у учащихся положительного настроения на работу и сплоченность. В начале каждого занятия проводятся упражнения, которые не столько относятся к заявленной проблеме, сколько направлены на создание атмосферы дружелюбия и доверия. Это нужно для того, чтобы настроить участников группы на совместное обсуждение непростых проблем.

2. Объявление темы занятия – обозначение в понятной для учащихся форме цели проводимого занятия, иногда в сочетании с рефлексией предыдущего занятия.

3. Основная работа по теме занятия – совокупность психологических упражнений и теоретического материала, подобранных в соответствии с задачами занятия, и анализ выполнения заданий.

4. Завершение занятия и подведение итогов – формулирование достигнутых в ходе занятия результатов в ходе открытого обсуждения. Учащиеся высказывают свое мнение по поводу того, достигнута ли цель занятия.

На каждом занятии учащимся предлагается выполнить упражнения, направленные на формирование и развитие информационного, оценочного и поведенческого компонента разработанной нами модели личностной установки по отношению к курению, употреблению алкоголя и наркотиков.

При реализации программы используются следующие методы:

- ситуационно-ролевые игры, соответствующие темам занятий;
- психотерапевтические приемы (вербализация, визуализация, обратная связь, арт-терапевтические и сказкотерапевтические техники);
- групповое обсуждение как особая форма работы: направленное обсуждение, целью которого является формирование участниками группы выводов, необходимых для последующей работы; ненаправленное обсуждение с целью вербализации опыта и «вентиляции чувств» участниками группы, а также для сбора ведущим информации о работе группы;
- психогимнастические упражнения, направленные на снижение психоэмоционального напряжения и раскрепощение участников группы в начале занятия.

4. Список литературы:

1. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. СПб.: Речь, 2003.
2. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб.: ООО Изд-во “Речь”, 2001.
3. Обучение жизненно важным навыкам в школе: пособие для классных руководителей / Под ред. Н.П. Майоровой. – СПб.: Издательство “Образование -Культура”, 2002.
4. Практическая психология образования. Под ред. Дубровиной И.В. – СПб. 2004г.
5. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. М. – Изд-во ЭКСМО Пресс, 2001.
6. Руководство практического психолога // Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под. ред. И.В. Дубровиной. М., 1995.
7. Самоукина Н.В. Практический психолог в школе: лекции, консультирование, тренинги. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2005.
8. Смирнова Е.Е. Познаю себя и учусь управлять собой. Программа уроков психологии для младших подростков. – СПб.: Речь, 2007.
9. Тренинг сказкотерапии: Сборник программ по сказкотерапии / Под ред. Т.Д. Зинкевич – Евстигнеевой. СПб.: Речь, 2000.
10. Я хочу провести тренинг. Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости. Общественная организация “Гуманитарный проект”.