Методические рекомендации

по организации профилактики наркомании среди подростков и молодёжи

Утверждено Ученым советом ГБОУ ДПО «ИПК РО РИ»
Протокол №____от _____ 2023 года

Составитель: Гайтукиева А.У.-Г.: Назрань,2023

Рекомендации предназначены для педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов образовательных организаций, классных руководителей, педагогов-организаторов, родителей и всем, интересующимся проблемой профилактики наркомании в подростково-молодежной среде, в целях повышения эффективности деятельности, направленной на профилактику употребления наркотических средств, психотропных и иных психоактивных веществ среди обучающихся.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

1. Правовые нормы в отношении профилактики наркомании среди подростков и обучающейся молодёжи в образовательных организациях Республики Ингушетия.

2. Модели пристрастия несовершеннолетних к наркотическим средствам и психоактивным веществам и признаки их употребления

3. Профилактика наркозависимости в образовательной организации

3.1. Проектирование системной профилактической деятельности образовательной организации в сфере профилактики употребления психоактивных веществ среди обучающихся

3.2. Программа педагогической профилактики наркомании детей и подростков школьного возраста

3.3. Организация и проведение уроков профилактики наркомании для обучающихся 5–11 классов с учетом возрастных и индивидуально-личностных особенностей подростков и молодежи. Единый лекционный материал «Антинарко»

3.4. Организация групповой антинаркотической работы с обучающимися 7 класса

4. Методы профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной организации

4.1. Интерактивные методы профилактики употребления психоактивных веществ среди подростков и молодёжи

4.2. Примеры методик проведения профилактических бесед с подростками

4.3. Примеры методик проведения профилактических бесед с родителями

4.4. Рекомендации по организации общения педагогов с родителями и учащимися образовательных организаций.

5. Использование результатов единой методики социально-психологического тестирования для организации профилактической работы с обучающимися образовательной организации

6. Проведение разъяснительных мероприятий при организации социально-психологического тестирования

Заключение

Литература

Приложения

ВВЕДЕНИЕ

Одной из самых актуальных и социально значимых задач, стоящих перед нашим обществом сегодня, безусловно, является поиск путей снижения роста преступлений среди молодежи и повышенная эффективность их профилактики.

Формирование в обществе осознанного негативного отношения к незаконному потреблению наркотиков и участию в их незаконном обороте является стратегической целью государственной антинаркотической политики. Такая цель достижима в том случае, если усилия специалистов образовательных организаций будут сконцентрированы на первичной профилактике, на создании условий для формирования стойкого мотивированного неприятия употребления наркотиков в базовой системе ценностей обучающихся.

Ранняя юность как период взросления играет значимую роль в профессиональном самоопределении, выборе жизненного пути, поисках смысла жизни, верных друзей, выстраивании близких отношений с лицом противоположного пола, становлении самосознания, мировоззрения и системы ценностей, общественно-полезной активности. Тем самым старшеклассники готовятся к вступлению в самостоятельную жизнь.

Однако среди современных старшеклассников все шире распространяется ранняя алкоголизация, употребление психоактивных веществ, наркотиков, курения и вовлеченности в компьютерные игры. У них формируется аддиктивное поведение, усиливающее деструктивные способы реагирования на социальные изменения в обществе, и одновременно создающее угрозу личностному самоопределению и стабильности общества.

Поэтому особо важными становятся вопросы раннего выявления и предотвращения аддикций у старшеклассников, создание системы профилактики в образовательных организациях, широкое осуществление и распространение программ, способствующих сохранению психического и морального здоровья юношей и девушек, повышению их адаптивных способностей и волевых качеств.

Изучение степени разработанности проблемы свидетельствует о том, что проблема аддиктивного поведения широко изучается в психологии, педагогике, медицине, социологии и других науках.

Перед педагогическим сообществом проблема профилактики наркомании среди детей и подростков стала особенно остро. С каждым годом информационное поле антинаркотической направленности растет, все сложнее стало работать с детьми. Сегодня подросткам в интернете можно

найти список запрещенных к применению препаратов, инструкцию к их потреблению, и даже заказать «наркотовар» на дом. Существует свободный доступ для подростков и молодежи.

Задача образовательной организации на сегодняшний день – создать единую платформу универсальной профилактики, где и семья, и школа будут нести общие профилактические установки.

Первичной универсальной профилактикой внутри семьи является безусловная позитивность, настрой родителей (законных представителей) на раскрытие ресурсов личности ребенка, поддержку и помощь ему в жизненном самоопределении и построении жизненного пути, опираясь на рекомендации специалистов: педагога-психолога, социального педагога, классного руководителя.

Совместно с семьей специалистам школ необходимо побуждать ребенка к самовоспитанию и обучению его методике работы над собой. Задача семьи – установить отношения к негативным явлениям в социуме и правильно ориентировать ребенка в них. В основе работы педагога лежит взаимодействие с родителями по вопросу формирования отрицательных установок к курению в семье, употреблению алкогольных напитков и наркотиков, так как в большинстве случаев разногласие в данном вопросе приводит к неэффективности профилактической работы.

Приоритетом для педагога-психолога в школе является отсутствие противоречия между педагогами и родителями (законными представителями) в подаче информации обучающимся о негативных факторах социума и единстве мировоззрения и отношения к социально неодобряемым явлениям.

Основные понятия, связанные с наркотизмом

Наркотики – средства (вещества), оказывающие воздействие на психику и поведение человека; их потребление способно приводить к формированию физической и психической зависимости (наркомании), состоянию, при котором человек испытывает потребность в регулярном приеме наркотиков и дискомфорт при отсутствии такой возможности. Международными и национальными органами здравоохранения устанавливается и изменяется перечень средств, относящихся к наркотическим.

Становление, формирование наркомании характеризуется развитием трех основных признаков: психической зависимости, физической зависимости и толерантности.

1. Психическая зависимость – это болезненное стремление (влечение) непрерывно или периодически принимать наркотики с тем, чтобы вновь и вновь испытывать определенные ощущения либо снимать явления психического дискомфорта. Такая зависимость возникает во всех случаях

систематического употребления наркотиков, причем нередко, даже после однократного их приема.

2. Физическая зависимость – это состояние особой перестройки всей жизнедеятельности организма человека в связи с хроническим употреблением наркотика. Она проявляется интенсивными физическими и психическими расстройствами, болевыми ощущениями, которые развиваются сразу, как только действие наркотика прекращается.

3. Толерантность – это переносимость (чувствительность) организма по отношению к воздействию наркотика. При систематическом приеме отмечается появление адаптации, то есть привыкания к наркотику, когда наблюдается все менее выраженная реакция организма на очередное введение той же самой дозы. Поэтому для достижения
прежнего психофизического эффекта больному требуется более высокая доза наркотика. Затем через какое-то время и эта доза становится недостаточной и требуется ее повышение по нарастающей.

Форма (вид) наркомании зависит от того, какое именно вещество, обладающее наркотическим эффектом, применяется в конкретном случае. Особенности конкретного вещества, используемые дозировки, частота и способ употребления (прием внутрь таблеток или порошков, инъекции, вдыхание) определяют характер действия наркотика на организм.

1. Правовые нормы в отношении профилактики наркомании среди подростков и обучающейся молодёжи в образовательных организациях Республики Ингушетия

В настоящее время по вопросу антинаркотической направленности специалисты образовательных организаций могут руководствоваться в работе следующей нормативно-правовой документацией:

1. Конвенция о правах ребенка, принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года. Вступила в силу 2 сентября 1990 года.
2. Федеральный закон Российской Федерации № 182-ФЗ от 23.06.2016 «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 08.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах».
4. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
5. Федеральный закон Российской Федерации № 120-ФЗ от 24.06.1999 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями на 7 июня 2017 года).
6. Федеральный закон Российской Федерации от 07.06.2013 № 120-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам профилактики незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ».
7. Закон РФ от 02.07.1992 № 3185-1 «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании».
8. Постановление правительства РФ от 20.06.2011 № 485 «Об утверждении положения о государственной системе мониторинга наркоситуации в Российской Федерации».
9. Приказ министерства здравоохранения Российской Федерации от 06.10.2014 № 581н «О порядке проведения профилактических медицинских осмотров, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также образовательных организациях высшего образования в целях раннего выявления незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ».
10. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.05.2017 № 07-2617 «О направлении методических рекомендаций для образовательных организаций по информированию родителей о рисках, связанных с детской смертностью».

11. Письмо министерства образования и науки Российской Федерации от 28.04.2016 № АК-923/07 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по вопросам совершенствования индивидуальной профилактической работы с обучающимися с девиантным поведением»).
12. Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей от 26.02.2016 № 07-834 «Методические рекомендации по работе с детьми, самовольно ушедшими из семей и государственных организаций, и профилактике таких уходов».
13. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.09.2011 № МД-1197/06 «О концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде».
14. «Методические рекомендации для педагогических работников, родителей и руководителей образовательных организаций по педагогическому, психологическому и родительскому попечению и сопровождению групп риска вовлечения обучающихся в потребление наркотических средств и психотропных веществ» (направлены письмом Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Минобрнауки России от 09.02.2016 № 07-505).
15. Методические рекомендации для педагогических работников, родителей и руководителей образовательных организаций по педагогическому, психологическому родительскому попечению и сопровождению групп риска вовлечения обучающихся в потребление наркотических средств и психотропных веществ – Московский Государственный Университет Им. М.В. Ломоносова.
16. Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей от 18.01. 2016 № 07-149 «О направлении методических рекомендаций по профилактике суицида».
17. “Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 года” (утв. Минпросвещения России 15.06.2021).
18. Указ Президента РФ от 23 ноября 2020 г. № 733 “Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года”.
19. Закон Республики Ингушетия от 29.12.2016 № 63-рз “Об организации профилактики незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, наркомании в Республике Ингушетия”.
20. Распоряжение Главы Республики Ингушетия от 11 января 2021 г. N 2-рг «Об утверждении Перечня приоритетных направлений реализации Стратегии

государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года в Республике Ингушетия» (с изменениями и дополнениями).

21. Постановление о внесении изменений в государственную программу Республики Ингушетия «Развитие здравоохранения» от 18.05.2023 г. № 80.

2. Модели пристрастия несовершеннолетних к наркотическим средствам и психоактивным веществам и признаки их употребления

В научной литературе имеется описание нескольких моделей пристрастия несовершеннолетних к наркотикам:

Успокаивающая модель. Это один из наиболее распространенных вариантов применения наркотических средств с целью достижения душевного спокойствия. Их употребление направлено на снятие напряжения; на то, чтобы расслабиться, успокоиться, забыться, уйти от неприглядной или опасной действительности, от неразрешимых жизненных проблем. Отдельные подростки употребляют наркотические средства и психотропные вещества для изменения эмоционального состояния: тревоги, депрессии, апатии.

Коммуникативная модель. Эта модель пристрастия к наркотикам может возникнуть в связи с неудовлетворенными потребностями в общении, любви, доброжелательности. Прием наркотиков облегчает общение со сверстниками своего и противоположного пола. Под воздействием наркотиков преодолевается чувство замкнутости, стеснительности, появляется уверенность в своих возможностях.

Активирующая модель. Некоторые подростки применяют наркотические средства для подъема жизненных сил, бодрости, усиления активности. Будучи неуверенными в своих силах и возможностях, имея пониженную самооценку, подростки пытаются достичь прямо противоположного эффекта – уверенности, бесстрашия, раскованности.

Гедонистическая модель. Употребление наркотиков используется для получения удовольствий, приятных ощущений, психического и физического комфорта. Потребители стремятся создать фантастический мир галлюцинаций, пережить состояние эйфории. Наркоманы считают своим богом Аристиппа – ученика Сократа, создавшего учение под названием «гедонизм». Философия современных поклонников Аристиппа такова: «Человек руководствуется в своих действиях только личными интересами…». И еще: «Если медицина придумала лекарства для того, чтобы избавить человека от физической боли, то почему нельзя избавиться от душевной с помощью тех же патентованных препаратов?». Гедонистические установки оказываются наиболее популярными и востребованными в ситуации социальной неопределенности, утраты системы ценностных ориентиров, разрушении ряда социальных институтов, обеспечивающих социальную адаптацию различных групп в обществе. Очевидно, что в таких условиях одной из главных воспитательных задач является формирование у молодого

человека системы ценностных координат, которые способствуют формированию личного «иммунитета» к соблазну легкого удовольствия.

Конформная модель. Стремление подростков подражать, не отставать от сверстников, быть принятым группой может привести к потреблению наркотических средств и психотропных веществ с этой целью. Развитие этой модели связано со стремлением подражать лидерам, некритически перенимать все, что касается коллектива, к которому принадлежит подросток.

Манипулятивная модель. Возможно использование наркотиков для манипулирования людьми, для их эксплуатации, для изменения ситуации в собственную пользу, для достижения тех или иных преимуществ.

Компенсаторная модель. Эта модель поведения определяется необходимостью компенсировать какую-то неполноценность личности, дисгармонию характера.

Первоначальные эпизоды, связанные с введением в организм наркотика, не осознаются молодыми людьми в полной мере. Способность к аналитическому мышлению у большинства подростков еще не сформирована в полной мере, и они не в состоянии уяснить, что эти новые впечатления не являются нормальными. Единственной шкалой оценки нового состояния становятся нормы нового сознания. На их основании состояние измененного сознания воспринимается как объективное и нормальное, и оно не беспокоит человека, находящегося под действием наркотика.

Определить, употребляет ребенок наркотики или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине. И все же стоит насторожиться, если проявляются:

Физиологические признаки:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта.

Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение либо вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;

- трудности в сосредоточении на чем-то конкретном;
- бессонница или сонливость;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
- снижение успеваемости в школе;
- постоянные просьбы дать денег;
- пропажа из дома ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
- самоизоляция, уход от участия в делах, которые раньше были интересны;
- частое вранье, изворотливость, лживость;
- уход от ответов на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
- контакты с подозрительными лицами;
- при употреблении «насвая» частое сплевывание слюны во избежание ее заглатывания;
- неопрятность внешнего вида.

Очевидные признаки:

- следы от уколов (особенно на венах), порезы, синяки;
- наличие на руках и под ногтями темного налета растительного происхождения;
- бумажки и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченные ложки, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пачки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет;
- наличие специфического химического запаха, исходящего от кожи, волос, одежды, а также ощущаемого в выдыхаемом воздухе;
- запах табачного дыма в воздухе жилых и других помещений, сочетающийся с запахом жженой травы или синтетических материалов.

Когда подростки систематически употребляют наркотики, у них появляются изменения в поведении и внешнем облике. Нарастает огрубление поведения, выражающееся в общении, реакциях и поступках. Заметна постоянная вялость, некоторая заторможенность или, наоборот, повышенная возбудимость, раздражительность, агрессивность. Изменяется и часто колеблется фон настроения: от беспричинного его повышения с благодушием, расторможенностью до подавленности, тоскливости, апатичности. Изменяется уровень активности подростка и ее ритм: вялость и сонливость в первой половине дня, резкое оживление во второй его половине, особенно вечером. Может наблюдаться чередование бессонницы с продолжительным

сном, отказ от еды с «волчьим аппетитом», особенно в отношении жирных и сладких блюд, отмечается повышенная жажда.

Такие подростки теряют интерес к учебе, прежним увлечениям, становятся безразличными, эгоистичными по отношению к самым близким людям (членам семьи, родственникам, друзьям). Во внешнем облике отмечаются: значительное похудение или прибавление в весе, появление сальности кожи лица, пигментация, угри, покраснение или побледнение кожи, отеки, круги, «мешки» под глазами, их блеск или тусклость, желтеют и быстро портятся зубы.

Внешний вид лиц, систематически употребляющих наркотики опийной группы следующий: они выглядят старше своих лет, кожные покровы бледные с легким желтушным оттенком, сухие, эластичность кожи снижена, имеется дефицит веса. В области локтевых ямок, плеча, предплечий, кистей кожа пигментирована, могут быть рубцы от гнойных абсцессов, следы уколов, вены тромбированы.

При хроническом употреблении конопли развивается нарушение познавательных функций, снижаются интеллектуальные способности. Подросток выглядит физически и психически истощенным, вялым, апатичным.

При хроническом приеме эфедрона вид подростка достаточно характерен: глаза заплывшие с нездоровым блеском. Кожа очень бледная с сероватым оттенком и множественными пигментными пятнами в местах порезов и ссадин, на лице и спине гнойничковая сыпь. Голос часто осипший, слабый. Язык покрыт трещинками, на передней трети языка сосочки обнажены. Отмечается дрожь пальцев рук, век.

Подготовка наркотических средств к употреблению и сам процесс приема наркотиков требуют использования различных химических веществ, медицинских препаратов, иных приспособлений. Обнаружение таких веществ и препаратов у подростка, либо в его жилище дает веские основания предполагать, что данный подросток является потребителем наркотических средств. К таким подросткам следует проявлять максимальную внимательность, осуществлять по отношению к ним тщательную проверку.

К веществам и предметам, которые могут сигнализировать о возможном употреблении наркотиков их владельца, относятся:

- таблетки, ампулы, пробирки, воронки, вата, бинты и другие формы лечебных препаратов и медицинской продукции;
- любые приспособления для инъекций - шприцы, иглы, жгуты;
- какие-либо химические вещества, реактивы, препараты, жидкости, особенно из класса органических растворителей, различные средства бытовой и

технической химии, приспособления для их вдыхания (трубки, пакеты, маски);
- приборы (или их детали) для обработки растений, перегонки или очистки химических препаратов - прессы, фильтры из марли, ваты, бинты, пропитанные растворами различных оттенков коричневого цвета;
- реактивы, применяемые в процессах перегонки или очистки, в том числе толуол, ацетон, кристаллический йод, марганцовокислый калий, уксусная кислота, бензин, клей, пятновыводители и т.д.;
- закопченная посуда, кофемолки, мясорубки, дуршлаги, ножи со следами неизвестного вещества растительного происхождения;
- целые растения или их части, измельченная растительная масса в пакетах, рюкзаках и других емкостях.

Чем раньше родители и педагоги обнаружат у подростка признаки его причастности к потреблению наркотических средств, тем больше надежды на его избавление от наркотика. Момент обнаружения у подростка наркозависимости является принципиально важным с точки зрения изменения семейных отношений, вплоть до изменения исходного типа семьи. Поэтому необходимо располагать сведениями о психологическом портрете молодого наркомана. По своему психологическому тонусу он расхлябан, развинчен, не способен к длительному волевому усилию, не в состоянии более или менее долго фиксировать свое внимание, заниматься всерьез каким-либо одним предметом или делом, к которому им же раньше проявлялся интерес. В результате приема наркотиков интересы наркоманов, как правило, бедны и ограничиваются удовлетворением возникающих влечений в области низших эмоций. Раннее начало употребления наркотиков нарушает процесс гармоничного развития личности, отрицательно сказывается на физическом, психическом и интеллектуальном здоровье подростков. У них значительно замедляется темп умственных операций, падает уровень моральных норм, снижается нравственность. Характерны бедность эмоций, высокая внушаемость, отсутствие творческих способностей; формируется потребительская психология, общая эгоцентрическая ориентация.

У наркомана, кроме психических и физических отклонений, наступает социальная деградация, что проявляется, прежде всего, в отсутствии интереса к учебе (если это школьник или студент). Подростки-наркоманы обнаруживают грубость, наглость в отношении учителей, окружающих, дерзко ведут себя с родителями, чувствуют себя слишком независимыми, пренебрегают общепринятыми нормами поведения в обществе. У подростка наркомана складывается мнение, что наркотик сглаживает недоразумения, возникающие во взаимоотношениях с окружающими, устраняет неприятные

состояния напряжения, обусловленные угрызениями совести, притупляет негативные чувства, ярче окрашивает окружающий мир, помогает избежать различных конфликтов. Он думает, что наркотик открывает истинный смысл жизни. В период, когда подростки чувствуют растерянность в трудных жизненных ситуациях, возникает страх поражений и неудач, наркотик как бы сглаживает все жизненные противоречия, однако постепенно неизбежно приводит к депрессии, потери не только чувства собственного достоинства, но и собственной значимости. Приведем примеры высказываний некоторых наркоманов, которые свидетельствуют о социальном падении личности: «Мне становится на все наплевать», «Мне было вполне безразлично, что обо мне кто подумает», «В компании каждый беспокоится за себя» и т.д. Наркоман теряет чувство собственного достоинства, ответственности за себя и других, возможность определить цели на будущее.

Таким образом, основным мотивом в поведении несовершеннолетних, употребляющих наркотические средства и психотропные вещества, является стремление к уходу от реальности, страх перед обыденной, наполненной обязательствами и регламентациями «скучной» жизнью, склонность к поиску запредельных эмоциональных переживаний даже ценой серьезного риска и неспособность быть ответственным за что-либо.

В арсенале приобщения к наркотикам находятся практически все виды межличностного взаимовлияния: заражение, подражание, убеждение, внушение и др. Выступая в совокупности и дополняя друг друга, они создают особенно для несовершеннолетних непреодолимую силу.

Способы вовлечения подростков и молодежи в употребление наркотиков весьма разнообразны. Исследователи отмечают, что никто из подростков, начавших потреблять наркотики, не задумывается о возможности стать от них зависимыми. Все они либо удовлетворяют собственное любопытство («А ну-ка, проверим – что такое галлюцинации?», «А ну-ка, правда ли, что наркотики дают наслаждение?»), либо пробуют наркотики в угоду уважаемой ими компании. Первые шаги подростки осуществляют с намерением лишь однократного потребления, но обстоятельства складываются так, что аналогичные ситуации повторяются и подросток попадает в наркотическое рабство. Чувство неуязвимости – характерная черта подросткового возраста. Этим можно объяснить, почему многие подростки искренне считают, что нежелательные последствия некоторых поступков (вступления в сексуальные отношения, прием наркотиков) могут наступить только у других, а у них самих - ни в коем случае. Важно, разубедить их в этом, развеять миф об их исключительности, формировать ценностные ориентации, связанные со здоровым образом жизни.

В настоящее время нередко наркоманы со стажем привлекают к «бесплатному» употреблению наркотиков подростков из материально обеспеченных семей. Когда подросток уже плотно втянулся в эту компанию и не может существовать без наркотиков, тогда его подводят к необходимости платить за дозу или приносить из дома на продажу ценные вещи родителей.
Подростка, не обладающего четкой психической установкой на безусловное отвержение наркотиков, сравнительно легко вовлечь в употребление наркотиков. Для этого все способы хороши: разжечь любопытство хвастовством, вызвать зависть к опыту первопроходца, снискавшего авторитет бывалого парня; разжечь желание жить чрезвычайной, а не «серой» жизнью; использовать явление конформизма, «стадного чувства»; поставить в безвыходное положение и т.д.

Существующая система наркологической помощи в России ориентирована прежде всего на помощь лицам, уже страдающим химической зависимостью, и недостаточно эффективна для оказания помощи несовершеннолетним, начинающим употреблять наркотические вещества. В связи с этим можно констатировать, что все коррекционно-профилактические программы, направленные на достижение положительных результатов в области снижения наркотической зависимости, должны обязательно отвечать потребностям подросткового возраста, учитывать особенности периода взросления и способствовать общему развитию личности подростка в тех условиях, в которых ему приходится жить.

3. Профилактика наркозависимости в образовательной организации

3.1 Проектирование системной профилактической деятельности образовательной организации в сфере профилактики употребления психоактивных веществ среди обучающихся

Ключевым аспектом всей системы профилактики в образовательной среде является понимание, что эффективность профилактической работы напрямую связана с возможностями образовательной организации, которые во многом превосходят другие социальные институты.
Следует отметить, что образовательная среда – это совокупность условий, обстоятельств, событий, факторов и влияний на развивающуюся личность, а также развивающих личность возможностей, которым придается особое педагогическое значение.

В современной ситуации профилактическая деятельность должна строиться на утверждении приоритета задач первичной профилактики, основанной, главным образом, на развитии культуры здорового образа жизни и других социально значимых ценностей — созидания, творчества, духовного и нравственного совершенствования человека.

Цель профилактики аддиктивного поведения в условиях образовательной организации - развитие на постоянной основе содержания профилактической деятельности (включающей учебный, воспитательный и профилактический компоненты), направленной на минимизацию уровня вовлеченности в употребление ПАВ обучающихся образовательных организаций.

Задачами профилактики зависимости от ПАВ в образовательной среде являются:

• формирование единого профилактического пространства в образовательной среде путем объединения усилий всех участников профилактической деятельности для обеспечения комплексного системного воздействия на целевые группы профилактики;

• мониторинг состояния организации профилактической деятельности в образовательной среде и оценка ее эффективности;

• минимизация влияния условий и факторов, способных провоцировать вовлечение в незаконное употребление ПАВ обучающихся образовательных организаций;

• содействие созданию современной и безопасной цифровой образовательной среды, обеспечивающей доступность информации, направленной на формирование современных навыков и компетенций у обучающихся и молодежи, способствующих развитию ресурсов личности человека и гражданина, осознанно выполняющей и пропагандирующей правила здорового и экологически целесообразного образа жизни;

• укрепление ресурсов семьи, ориентированных на воспитание у детей и подростков законопослушного, успешного, ответственного поведения, а также ресурсов семьи, обеспечивающих поддержку ребенку, вовлеченному в незаконное употребление ПАВ;

• расширение практик обмена и внедрения в образовательной среде передовых, инновационных педагогических и психологических методик и технологий, способствующих развитию ценностей здорового образа жизни, культуры ответственного поведения в обществе и формированию устойчивого неприятия незаконного потребления ПАВ;

• интеграция профилактических компонентов в образовательные программы, внеурочную и воспитательную деятельность, региональные и

муниципальные программы, проекты, практики гражданско-патриотического, духовно нравственного воспитания детей и молодежи;

• развитие секций, кружков и иных форм организации внеучебного досуга несовершеннолетних на базе образовательных организаций в целях привлечения обучающихся к творческой, спортивной и иной деятельности как альтернативы потреблению ПАВ и иному противоправному поведению;

• вовлечение несовершеннолетних в деятельность добровольческих (волонтерских), детско-юношеских и иных общественных движений, и организаций с целью формирования про социальных нравственных установок, популяризации здорового образа жизни; развитие ресурсов, обеспечивающих снижение риска вовлечения в употребление ПАВ среди обучающихся.

Ресурсами, обеспечивающими снижение риска вовлечения в употребление ПАВ среди обучающихся, выступают:

• социально-деятельностные - создание условий для развития инфраструктуры социальной, психолого-педагогической поддержки и формирования среды реализации позитивно ориентированных интересов обучающихся, просоциальных форм досуга, здоровьесберегающей среды, деятельности волонтерского молодежного движения, социально ориентированных общественных объединений и организаций;

• личностные - создание условий для формирования у обучающихся образовательных организаций системы убеждений, обеспечивающей сознательный отказ от употребления ПАВ и устойчивого неприятия незаконного потребления наркотиков;

• этико-правовые - создание условий для формирования правового самосознания, правовой грамотности обучающихся, с опорой на существующие общественные нормы и государственные механизмы контроля, препятствующие употреблению ПАВ обучающимися образовательных организаций;

• духовно-нравственные - создание условий для формирования антинаркотической идеологии и антинаркотического поведения у детей и молодежи; информационные - формирование условий развития цифровой культуры и цифровой гигиены, как совокупности навыков и компетенций обучающихся, способных осознанно выстраивать общение и обмен информацией с другими пользователями онлайн-пространства с помощью цифровых средств коммуникации, критично воспринимать получаемую информацию, соблюдать правила информационной безопасности.

Субъектами профилактики употребления ПАВ в образовательной среде являются: федеральные органы исполнительной власти, органы

исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления, образовательные организации, медицинские организации, должностные лица подразделений организации деятельности участковых уполномоченных полиции и подразделений по делам несовершеннолетних, по контролю за оборотом наркотиков территориальных органов МВД России, специалисты государственной наркологической службы, органы по делам молодежи, социально ориентированные общественные объединения и организации и как целевая группа - обучающиеся, а также их родители (законные представители).

Объектами профилактики в образовательной среде являются условия и факторы жизни обучающихся (как внешние, так и внутренние), связанные с риском вовлечения в употребление ПАВ, негативное влияние которых можно корректировать или нивелировать за счет опосредованного профилактического воздействия.

Выделяется два основных направления профилактической деятельности в образовательной организации:

- непосредственное психолого-педагогическое воздействие на обучающихся с целью формирования у них необходимой модели поведения, свойств и качеств личности;
- создание благоприятных условий для эффективной социализации и социально-психологической адаптации обучающихся.

Для реализации профилактической деятельности образовательной организации используются разнообразные превентивные технологии (социальные, педагогические, психологические) и формы организации воздействия на адресные группы, к которым относятся:

- интеграция профилактического содержания в базовые учебные программы, воспитательную внеурочную работу (тренинговые занятия, ролевые игры, дискуссии, индивидуальная работа с обучающимися);
- разработка и внедрение образовательных программ для родителей (законных представителей).

При реализации программ профилактики аддиктивного поведения обучающихся используется комплекс социальных, психологических, педагогических технологий.

1. Социальные технологии профилактики направлены на обеспечение условий эффективной социальной адаптации обучающихся образовательных организаций, а также формирование и развитие в обществе ценностных ориентиров и нормативных представлений, которые могут

выступать в качестве альтернативы ценностям и нормам субкультуры, пропагандирующей употребление ПАВ.

Социальные технологии реализуются в следующих направлениях воздействия.

Информационно-просветительское направление, включая формирование профилактического пространства, реализация интерактивных форм профилактической работы в том числе и сети Интернет, цифровые платформы просвещения и образования.

Организационно-досуговое направление: деятельность образовательных организаций и социальных служб, обеспечивающих вовлечение несовершеннолетних в просоциальную деятельность и содержательные виды досуга: спортивная деятельность, общественные движения и иные.

Социально-поддерживающее направление: деятельность психолого-педагогической службы школы, обеспечивающей помощь и поддержку группам обучающихся с высоким риском вовлечения в употребление ПАВ (в том числе детям и подросткам, находящимся в социально опасном положении, испытывающим трудности социальной адаптации).

2. Психологические технологии профилактики направлены на коррекцию определенных психологических особенностей у обучающихся, затрудняющих их социальную адаптацию и повышающих риск вовлечения в употребление ПАВ.

Психологические технологии реализуются в следующих направлениях воздействия:

- развитие психологических ресурсов личности обучающихся, препятствующих формированию зависимости от ПАВ;
- развитие психологических и социальных навыков, способствующих формированию системы ценностей и убеждений, обеспечивающей сознательный отказ от употребления ПАВ и формирования культуры безопасного и здорового образа жизни;
- создание благоприятного доверительного климата и условий для успешной социализации в ученическом коллективе, социально-психологической адаптации в целом;
- реализация мероприятий, направленных на раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, включающих в
- себя социально-психологическое тестирование обучающихся образовательных организаций.

В рамках программной профилактической деятельности психологические технологии реализуются в групповой работе и при индивидуальном консультировании всех участников образовательных отношений.

3. Педагогические технологии профилактики направлены на формирование у адресных групп профилактики (прежде всего у обучающихся) представлений, норм поведения, оценок, снижающих риск приобщения к ПАВ, а также на развитие личностных ресурсов, обеспечивающих эффективную социальную адаптацию.

Педагогические технологии реализуются в следующих направлениях воздействия:

- расширение практики использования универсальных педагогических методик и технологий (тренинги, ролевые игры, проектная деятельность и др.), составляющих основу для разработки профилактических обучающих программ, обеспечивающих специальное целенаправленное воздействие на адресные группы профилактики;
- включение профилактических мероприятий в образовательные программы, внеурочную и воспитательную работу, в разрабатываемые педагогами проекты и реализуемые практики, в том числе с опорой на результаты социально-психологического тестирования обучающихся, направленного на раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ.

При реализации педагогических технологий следует придерживаться следующих принципов:

- системно-деятельностного подхода, нацеленного на развитие субъектной позиции личности обучающегося, умеющей ставить цели, решать задачи и отвечать за результаты своей деятельности;
- педагогики сотрудничества, основанной на реализации совместной развивающей деятельности взрослых и детей, на основе установления доверительных отношений, взаимопонимания и взаимопроникновения в духовный мир друг друга, совместного анализа хода и результатов этой деятельности.

При реализации педагогических технологий следует направить усилия на реализацию системно-деятельностного подхода и создание системы позитивной профилактики.

Позитивная профилактика ориентируется на потенциал здоровья – освоение ресурсов психики и личности, поддержку молодого человека и помощь ему в самораскрытии. Главная цель позитивной профилактики

состоит в воспитании психически здорового и личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме психоактивных веществ.

Наиболее действенными мерами профилактики аддиктивного поведения считаются пропаганда здорового образа жизни и культурный досуг.

Таким образом, основной целью позитивной первичной профилактики является помощь молодым в приобретении навыков, необходимых, чтобы лучше понимать себя, сделать положительный здоровый выбор в жизни, принимать решения с четким осознанием собственного поведения и с ответственным отношением к социальным и культурным требованиям в условиях быстрых социальных изменений, то есть развитие личности.

Основной целью первичной педагогической профилактики в отношении всех видов зависимого поведения на уровне первичной превенции является снижение факторов риска на основе расширения жизненных навыков и компетенций детей и подростков, формирования у них активных стратегий разрешения проблем, личностных свойств и качеств (ресурсов), помогающих эффективно справляться с трудными жизненными ситуациями, то есть формирование жизнеспособности личности.

Профилактическая работа должны быть организована таким образом, чтобы усиливать «защитные факторы» и способствовать уменьшению или ликвидации «факторов риска». При этом особую роль следует отвести формирования профилактирующего пространства образовательной среды, так как никакие позитивные достижения коррекции тревожных и депрессивных проявлений у подростка не могут быть устойчивыми, если изменения в его поведении, установках, эмоциональном состоянии не находят понимания и отклика у его ближайшего социального окружения (значимые для ребенка близкие взрослые, сверстники). Коррекции подлежит не только личность самого подростка, но и вся система взаимоотношений между ребенком и его социальным окружением. Результат коррекционной работы будет зависеть от эффективности совместных усилий психолога, подростка, его родителей и педагогов. Профилактическая работа с участниками образовательных отношений может быть выстроена разными способами в зависимости от содержания профилактической деятельности, «точки приложения» усилий, по целевой группе.

Типы профилактики (по уровню)

Первичная профилактика («превенция») подразумевает работу с условно «здоровой» массовой аудиторией, нацелена на недопущение формирования аддиктивного поведения и опыта употребления ПАВ. Ее основная цель – формирование у субъектов профилактической деятельности

отношения нетерпимости к обороту и потреблению ПАВ, стремления к сохранению и укреплению собственного здоровья, приверженности законопослушному поведению. Данный вид профилактики является приоритетным направлением превентивной деятельности в образовательной организации.

Вторичная профилактика («интервенция») предполагает вмешательство специалистов на начальных стадиях формирования аддиктивного поведения в отношении обучающихся, имеющих эпизоды употребления, направлена на недопущение усугубления личностных и социальных деформаций.

Типы профилактики (по содержанию деятельности)

Общесоциальная (неспецифическая) профилактика – сфера деятельности, не затрагивающая непосредственно проблему употребления наркотиков, а влияющая на нее косвенно – через административные механизмы, педагогическими средствами, при помощи информационных технологий. К этому типу относятся программы и мероприятия по организации досуга подростков (работа подростковых клубов, все возможные спортивные соревнования и праздники) – создается альтернатива вовлечению в зависимое поведение, организуется занятость подростков в свободное время.

Специфическая профилактика – мероприятия и программы этого типа призваны влиять на те или иные проявления проблемы наркомании и их медицинские и социальные последствия. К таким программам относятся, например, специализированные информационные кампании в средствах массовой информации, уроки, психологические тренинги или тематические занятия для подростков, выпуск специальной литературы, терапевтические программы для потребителей наркотиков, программы снижения вреда.

Уровни профилактики (по «точке приложения» усилий)

Личностный – на этом уровне воздействие на целевую группу сфокусировано таким образом, чтобы содействовать формированию тех качеств личности, которые способствовали бы повышению уровня здоровья отдельного человека. К профилактике на личностном уровне можно отнести консультирование, лечение, тренинги личностного роста.

Семейный уровень предполагает влияние на «микросоциум» – семью, поскольку семья подростка и его ближайшее окружение во многом способны повлиять на вероятность приобщения молодого человека к наркотикам. Например, сюда относятся тематические родительские собрания, семейные консультации, вовлечение родителей в общественную работу в школе.

Социальный уровень профилактики способствует изменению общественных норм в отношении употребления наркотиков, а также –

отношения к потребителям. Это помогает создать благоприятные условия для работы на личностном и семейном уровнях.

Условия эффективности профилактической деятельности образовательной организации:

- системность профилактической деятельности образовательной организации — рассматривается как часть единого процесса воспитания и обучения несовершеннолетнего, а ее задачи соответствуют общим задачам учебно-воспитательного процесса;
- комплексность - задачи формирования у несовершеннолетних негативного отношения к употреблению ПАВ реализуются в рамках единого педагогического процесса и сформированного в образовательной среде профилактического пространства;
- целостность - вовлечение в сферу профилактической деятельности образовательной организации всех основных институтов социализации несовершеннолетних и молодежи: образовательной организации, семьи, ближайшего окружения;
- интеграция - реализация целей и задач профилактической деятельности осуществляется в процессе формирования у детей и подростков навыков и компетенций, имеющих для них актуальное значение и востребованных в их повседневной жизни;
- безопасность - тщательный отбор информации и форм воздействия на несовершеннолетнего для предотвращения провоцирования интереса к ПАВ;
- возрастная адекватность - содержание профилактической деятельности образовательной организации строится с учетом особенностей социального, психологического развития в конкретном возрасте, а также с учетом реальных для того или иного возраста рисков возможного вовлечения в употребление ПАВ;
- индивидуальная обусловленность - деятельность ориентируется, строится и реализуется с учетом личностных особенностей обучающегося и его индивидуальной социальной ситуации развития.

Профилактическая деятельность образовательной организации представляет собой комплексную систему организации процесса обучения и воспитания детей и молодежи, обеспечивающую снижение риска вовлечения в употребление ПАВ за счет расширения социальных компетенций, формирования личностных свойств и качеств обучающихся, направленных на принятие ценностей здорового и безопасного образа жизни, повышение правового самосознания и устойчивости к негативным влияниям среды.

Проектирование профилактической деятельности образовательной организации целесообразно соотносить с разработкой и реализацией рабочей программы воспитания учитывая, что рабочая программа воспитания должна быть направлена на развитие личности обучающихся, в том числе духовно-нравственное развитие, укрепление психического здоровья и физическое воспитание.

3.2. Программа педагогической профилактики наркомании детей и подростков школьного возраста

Разработка и апробация различных программ профилактики наркозависимости среди детей, подростков, молодежи становится все более актуальным научным направлением во всем мире, в том числе и в России. В настоящее время профилактика наркомании уже не представляет собой лишь малоэффективные попытки информирования молодежи о наркотиках и их последствиях, а имеет четко сформулированные цели, задачи и стратегии действий и является системой научных знаний. При проведении этих программ необходимо создание условий открытого доверительного общения и творческой атмосферы работы, основная цель которой – формирование здорового жизненного стиля, высокофункциональных стратегий поведения и личностных ресурсов, препятствующих потреблению наркотиков. Данные программы должны включать в себя информацию о наркотиках и других психоактивных веществах:

- о действии психоактивных веществ на организм, о причинах и последствиях их употребления, формах заболеваний, связанных с ними, путях к выздоровлению;
- о связи употребления наркотиков и других форм саморазрушающего поведения с особенностями личности, общения, социальными сетями, стрессом и путями совладания с ним.

Информация о психоактивных веществах не должна подаваться в лекционной форме. Она вплетается в структуру тренинговой программы на том этапе, когда уже реализованы три наиболее важные ключевые направления. К ним относятся:

1) осознание собственных ресурсов, способствующих формированию здорового жизненного стиля и высокоэффективного поведения;

2) развитие этих ресурсов;

3) развитие стратегий и навыков поведения, ведущего к здоровью и препятствующего злоупотреблению психоактивными веществами.

Ребенку необходимо помочь осознать самого себя:

- отношение к себе, своим возможностям и недостаткам;
- собственную систему ценностей, целей и установок;
- способность или неспособность делать самостоятельный выбор, контролировать свое поведение, решать простые и сложные жизненные проблемы;
- умение оценивать жизненные ситуации и свои возможности их контролировать;
- умение общаться с окружающими, понимать их поведение, сопереживать, принимать и оказывать психологическую и социальную поддержку.

В ходе программы необходимо формировать и развивать следующие ресурсы личности:

- позитивное отношение к себе и в то же время умение критически себя оценивать;
- позитивное отношение к возможностям своего изменения и развития, к вероятности совершения ошибок, но и возможности исправления их;
- умение адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать проблемы, управлять собой и изменять себя, ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их, контролировать свое поведение и изменять свою жизнь;
- умение анализировать собственное состояние и адекватно выражать свои чувства;
- умение сопереживать другим и понимать мотивы и перспективы их поведения;
- умение принимать психологическую и социальную поддержку и оказывать ее, принимать собственные решения.

В группе, в которой проводится профилактическая работа, очень важно установление доверительных, честных, эмоционально и социально поддерживающих отношений. Занятия с младшими подростками должны проводиться преимущественно в игровой форме, но при этом содержать в себе элемент серьезной интеллектуальной и психологической работы. В рабочей группе необходимо выработать обязательные правила. Важнейшими из них должны быть умение слушать, оказывать взаимное доверие, проявлять уважение, конфиденциальность, возможность открыто высказывать свое мнение и обозначать свою позицию, принимать на себя ответственность за активность и успешность работы группы. Еще одним важным компонентом работы в группе, где проводится профилактическая программа, является использование эффектов группового взаимодействия и развития. Это

означает, что процесс занятий в группе представляет собой развивающуюся систему взаимоотношений, получения и осмысления информации и жизненного опыта. Таким образом, происходит развитие наиважнейших качеств личности, препятствующих ее наркотизации. Выявление эпизодов потребления наркотиков детьми и подростками.

Программы, реализуемые в образовательных организациях, должны быть разработаны в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования к организации внеурочной деятельности в основной школе, с учетом возрастных особенностей обучающихся, соблюдением правил безопасности подачи информации, с опорой на современную нормативно-правовую базу деятельности образовательных организаций.

В модифицированные программы рекомендуется заложить методологические принципы, предложенные известными российскими и зарубежными психологами; концептуальные положения о возможности моделирования желательного социального поведения ребенка на основе концепции реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации.

При использовании авторских программ необходимо строгое выполнение всех рекомендаций составителей, при необходимости модификации программы или внесение в нее содержательной информации из сторонних источников рекомендуется организовать изучение изменений на педагогическом совете организации и рассмотрение рисков и перспектив внесенных изменений.

Программы по профилактики наркомании среди детей и подростков могут быть адресованы педагогам-психологам и классным руководителям общеобразовательных организаций. В их цели входят основные механизмы концепции антинаркотической направленности до 2020 года:

- формирование у обучающихся представлений о понятиях «здоровье», «ЗОЖ», «социальная ответственность»; ознакомление с причинами и последствиями употребления ПАВ; изучение социальных и правовых норм для понимания ответственности за нарушение законодательства;
- формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни, готовности осмысленно решать повседневные жизненные ситуации, связанные с риском употребления ПАВ, внутренних установок сопротивления социальному давлению группы, связанному с рисками употребления ПАВ;

- развитие у обучающихся критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ, и мотивации к социально одобряемой деятельности;
- формирование у подростков нового положительного опыта для личностного развития в процессе межличностного и группового содержательного общения;
- формирование у подростков копинг-стратегий и внутренний защит от употребления ПАВ.

В соответствии с целями необходимо в программах обязательно нужно обозначить ряд профилактических задач, а именно:

- создать благоприятный психологический климат, способствующих приобретению подростками нового положительного опыта межличностного и группового общения;
- способствовать формированию основ правовой культуры;
- способствовать формированию паттернов правопослушного социального поведения;
- способствовать развитию критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ;
- содействовать развитию мотивации к социально одобряемой деятельности, исключающей употребление ПАВ;
- создать условия для приобретения опыта, копинг-стратегий, внутренней защиты от употребления ПАВ.

В образовательных организациях в рамках внеурочной деятельности рекомендуется проводить авторские и модифицированные профилактические программы антинаркотической направленности общий объемом программы не более 36 часов. В частности, из расчета 1 час в неделю, при этом соблюдая соотношение теоретического материала (не менее 20 часов) и практических занятий (не менее 16 часов). Профилактические программы предполагают работы с обучающимися начальной и основной ступени обучения.

В начальной школе (1–4 классы) в курс рекомендуется ввести и использовать теоретический материал, который дает полное представление о здоровом образе жизни, планируя учебно-тематический план с учетом возрастных особенностей. В данных программах необходимо привлечь к работе родителей (законных представителей), проводя с ними информационно-просветительский фронт работы и регулярные консультации по актуальной тематике, а также включая родительскую общественность в совместную самостоятельную работу с детьми.

Любая профилактическая программа нацелена на реализацию первичной профилактики. В своих работах С. В. Березин, К. С. Лисецкой, И. Б. Орешников определили, что первичная профилактика проводится со всеми здоровыми детьми. Что бы предупредить возникновение аддитивного поведения нужно обучение или «психологическая иммунизация». Специалисты считают, что универсальная профилактика необходима и важна, в ней семья и школа идут в едином профилактическом ключе. При этом необходим конструктивный подход первичной профилактики – а значит обеспечение благоприятных условий для морального развития детей, построения ценностной сферы и социально ободряемых норм, устранения эгоистических позиций, отношения, способствующих развитию эмпатии и дружбы детей, характерные примеры типичных возрастных изменений нормально развивающейся личности. Профилактика – это психосоциальное развивающее средство.

Практическая сторона работы специалистов в школах показала, что самыми интересными и актуальными формами работы с детьми являются интерактивные. Предлагаемые формы работы с учетом возрастных особенностей обучающихся: игровые упражнения, тематические беседы, рефлексивное общение, викторины, фестивали, интерактивная беседа, практикум (тренинг), ролевые и деловые игры, проектирование и моделирование. Все формы работы могут использоваться с учетом принципов добровольности, содействия, системности.

Учитывая возрастные особенности необходимо помнить. Для детей 10–12 лет – это период бурного и неравномерного физического развития. Происходит ускорение роста тела: скелета и конечностей, отсюда у подростка возникает чувство дискомфорта и неуверенности. Психологические особенности обучающихся 5–6 классов – это этап полового созревания. В этот возрастной период рекомендуется решать воспитательные задачи работы с подростками, используя технологии проектирования и моделирования в групповом формате: социальное проектирование, моделирование ситуаций и совместное решение, инсценировка, ролевые и интерактивные игры, при этом родительскую общественность включать необходимо на этапе подготовки и организации мероприятий (информационное обеспечение).

Для детей 12–15 лет развитие его как личности заключается в том, что подросток находится в позиции между взрослым и ребенком, сильное желание стать взрослым определяет многие особенности его поведения. Подросток стремится отстоять свою независимость, показать себя как взрослого. Избавление от родительской опеки является универсальной целью отрочества, это проходит путем возникновения нового качества отношений. Семья, школа,

сверстники подвергаются оценке и переоценке, обретают новое значение и смысл. В этот период необходимо использовать дискуссионный формат общения, проводить мозговые штурмы, разводить работу подростков по командам для возможности их самореализации через соперничество и командный дух.

Для детей 14–15 лет кризис идентичности является нормативным. Он необходим для нормального взросления и проявляется в бурном росте самосознания. Меняется отношение к своей личности. Юноша или девушка осознает себя неповторимой, не похожей на других личностью, с собственным миром чувств, мыслей и переживаний, с собственными взглядами и оценками. Желание выделиться среди сверстников, попытки быть оригинальным приводят к стремлению самоутвердиться во внешних формах поведения, в оригинальных суждениях и необычных поступках. Такой формат работы настроит учащихся 8–9 классов на более глубокое понимание проблемы наркомании. В рамках дискуссии (специально организованный обмен мнениями по какому-либо вопросу для получения решения какой-либо теоретической проблемы) родители (законные представители) совместно с обучающимися могут участвовать в мозговых штурмах.

При составлении прогнозируемых результатов необходимо делать акцент на личностные результаты: знание законодательства РФ; ориентация в системе моральных норм и ценностей; основы социально-критического мышления, знание основ здорового образа жизни; уважение личности и ее достоинства; устойчивость к давлению сверстников, направленному на вовлечение к употреблению ПАВ; позитивная самооценка; готовность и способность к соблюдению моральных норм.

Следующие авторские программы антинаркотической направленности, способствующие формированию представлений о здоровом образе жизни, рекомендованы к использованию в рамках внеурочной деятельности:

1. Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов», 5-9 классы, изд. Русское слово, Москва, 2016г.

2. Программы Хухлаевой О.В. «Тропинка к своему Я»: Уроки психологии в средней школе (5-9классы). 3-е изд. М.: Генезис, 2008г

3. Информационно-профилактическая программа для подростков «Сталкер» (профилактика наркозависимости), Санкт-Петербург, 2011г.

4. Гречаная Т.Б., Иванова Л.Ю., Колесова Л.С. Полезные привычки. Программа для начальной школы по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми.

5. Сирота Н.А., Ялтонский В.М., Зыков О.В. и др. Формирование здорового жизненного стиля. Программа профилактики злоупотребления наркотиками и другими психоактивными веществами среди подростков и молодежи.

6. Ахметова И., Иванова Т., Иоффе А. и др. Мой выбор: учеб. -метод. пособие для учителей средней школы. – 2-е изд., испр. и доп. -М.: Учительская газета, 2001.

7. Гречаная Т.Б., МакДональд Л., Барцалкина В.В., Дмитриева Н.Г. «Современный подход к первичной профилактике употребления алкоголя и наркотиков, основанный на взаимодействии семьи и школы» // Профилактическая медицина (Профилактика заболеваний и укрепление здоровья). – 2004. – № 3.

8. Журавлева О.В., Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. «Все цвета, кроме черного»: Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников: пособие для педагогов. – М.: Вентана-Граф, 2003. – 64 с.

Важно напомнить, что в соответствии с рекомендациями Федерации психологов образования России специалистам образовательных организаций возможно и необходимо использовать в работе программы антинаркотической направленности, которые входят в реестр программ победителей Всероссийского конкурса «Новые технологии для «Новой школы» (2014–2017 гг.).

Подготовка и организация проведения программ антинаркотических программ должна содержать этапы ретроспективного анализа ситуации в образовательной организации и методические требования.

Применительно к антинаркотической тематике, указанные методические требования можно представить в виде следующего алгоритма реализации антинаркотической программы:

1) оценка факторов наркоситуации в школе;
2) оценка текущих факторов наркоситуации в школе («группа риска»);
3) анализ имеющегося опыта антинаркотической работы в ОО;
4) формулирование целей и задач этапов реализации программы;
5) анализ плана мероприятий в рамках реализации программы;
6) подготовка отчета об исполнении программы на основе критериев и планируемых результатов исполнения программ;
7) анализ возможных рисков и трудностей при реализации программ;
8) предполагаемые шаги по их преодолению.

3.3. Организация и проведение уроков профилактики наркомании для обучающихся 5–11 классов с учетом возрастных и индивидуально-личностных особенностей подростков и молодежи. Единый лекционный материал «Антинарко»

Важнейшим направлением работы всех общеобразовательных учреждений остаётся целенаправленный процесс формирования у обучающихся ценностных нравственных и духовных ориентиров, воспитания чувства полноценности и гражданской позиции, профилактика наркомании среди подростков.

Проблема потребления психотропных средств и психоактивных веществ среди подростков в России находится в зоне особого внимания государства и общества. Приоритетным направлением в работе с детьми является сохранение и укрепление здоровья обучающихся, а именно недопущение вовлечения подрастающего поколения в потребление наркотиков.

Цели организации и проведения уроков профилактики наркомании:

- систематизировать и актуализировать знания учащихся о здоровом образе жизни;
- формировать активную позицию, направленную на участие молодежи в социально-политической жизни, привлечение к альтернативным формам досуга в противовес наркотической зависимости;
- формировать способность сказать: «Нет», принимать осознанные решения в повседневной жизни и в кризисных жизненных ситуациях;
- формировать основу правовой культуры как необходимости следовать социально одобряемым правовым нормам.

Единые подходы к проведению урока определены через:

- единую структуру и содержание;
- единообразная образовательная часть.

При проведении профилактической беседы или урока по профилактике наркомании важно учитывать возрастные, индивидуальные и психологические особенности школьников:

- теоретическая образовательная часть;
- практическая часть с психологическими упражнениями на закрепление материала и формирование поведения, социально одобряемого правовым нормам.

Продуктивной окажется работа с обучающимися в групповом формате с использованием таких форм, как рисунки, коллаж, написание рассказов.

Особое внимание следует уделить форме проведения урока. Специалисту следует избегать пассивных форм проведения мероприятия. Необходимо включить всех учащихся класса в активную деятельность.

В основной школе (5–6 классы) универсальный урок может в равной мере решать задачи как познавательного, так и воспитательного характера. Психолого-педагогические особенности обучающихся данной категории детей обусловлены содержанием важного этапа – начала подросткового кризиса (11–13 лет). Поэтому в этот возрастной период рекомендуется использовать технологии проектирования и моделирования в групповом формате: дискуссия (аквариум) в классах, где практиковались подобные формы ранее; мозговой штурм; представление визиток-портретов; обратная связь (рефлексия); социальное проектирование, моделирование ситуаций и совместное решение; инсценировка; ролевые игры; интерактивные игры.

В 7–8 классах психолого-педагогические особенности обучающихся обусловлены продолжением подросткового кризиса. В этот период успешная социализация подростка осуществляется, прежде всего, при условии обеспечения для него возможности осознавать и на ценностно-эмоциональном уровне выражать собственное отношение к общекультурным образцам, нормам и закономерностям взаимодействия с окружающим миром. При работе с данной категорией подростков используются те же формы групповой работы (5-6 классы).

В старших классах (9–11 классы) методика работы специалиста имеет свои особенности (15–18 лет). Кризис идентичности является нормативным для 15–18 лет. Он необходим для нормального взросления и проявляется в бурном росте самосознания. Меняется отношение к своей личности. Юноша или девушка осознает себя неповторимой, не похожей на других личностью, с собственным миром чувств, мыслей и переживаний, с собственными взглядами и оценками. Желание выделиться среди сверстников, попытки быть оригинальным приводят к стремлению самоутвердиться во внешних формах поведения, в оригинальных суждениях и необычных поступках. Педагог настраивает старшеклассников на более глубокое понимание.

Могут быть выбраны такие формы: дискуссия; диспут; круглый стол; мозговой штурм; социальное проектирование, моделирование ситуаций и совместное решение; поисковые исследования; практикум.

Педагогическими и методическими условиями успешного проведения тематических бесед с использованием лекционного материала по профилактике наркомании среди подростков являются:

- использование досугово-культурных и профилактических программ;
- опора на методический материал в данной тематике;

- опора на знания обучающихся, полученные в ходе образовательного процесса в рамках сопряженных дисциплин – обществознание, ОБЖ.
- использование наглядного материала, мультимедийных презентаций из Интернет-ресурсов.

Каждому специалисту необходимо конструировать свой вариант проведения урока или беседы, ориентируясь на возрастные и индивидуальные особенности обучающихся класса и на уровень их подготовленности.

При этом следует учитывать, что при организации и проведении урока необходимо выдержать структуру (теоретический и практический этап урока), с обязательным включением учащихся в активную деятельность.

Для создания доброжелательной благоприятной атмосферы специалистам в начале урока необходимо провести упражнения разминки, которые настроят коллектив на хорошее настроение и командную работу.

В заключение мероприятия необходимо использовать формат групповой рефлексии, в рамках которой каждый участник урока выразит свои чувства и отношение к услышанному и увиденному материалу на встрече.

3.4. Организация групповой антинаркотической работы с обучающимися 7 класса

В данном разделе представлен пример организации групповой антинаркотической работы (тренинг) с обучающимися в 7-ом классе общеобразовательной школы, разработанный в рамках учебного курса по профилактике немедицинского потребления наркотиков и ПАВ «Я принимаю вызов!» (авторы-разработчики О.В. Эрлих и Н.И. Цыганкова), который реализуется в образовательных организациях. Данный вариант групповой антинаркотической работы с обучающимися может проводиться как педагогами-психологами, так и классными руководителями, его можно использовать как полностью (34 часа занятий), так и в качестве «конструктора» для подбора мероприятий и выборе форм работы в соответствии с актуальной социальной ситуацией в конкретном классе (табл. 1).

Табл. 1

Планирование групповой антинаркотической работы с обучающимися 7-го класса»

№ п/п	Название темы	Содержание
Тема 1. (Занятие 1, 2)	Навыки эффективного общения как фактор предупреждения вовлечения обучающихся в употребление ПАВ. Первичная диагностика.	Общение как базовая потребность человека. Понятие и характеристики делового и межличностного общения. Техники эффективного общения. Коммуникативная рефлексия как способ осознания оснований собственных действий и действий партнёра. Обратная связь. Эмпатия. Технологии невербального общения. Формирование умения выполнять совместные задания.
Тема 2. (Занятие 3, 4)	Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений.	Эмоции и чувства. Агрессия и причины агрессивного поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Эмпатия как осознанное понимание и сопереживание чувствам других, выражающаяся в поступках, направленных на помощь и выражение эмоциональной поддержки. Основы саморегуляции и аутотренинга. Способы улучшения настроения, повышения эмоционального тонуса без применения ПАВ.
Тема 3 (Занятие 5, 6, 7)	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало	Психология конфликта. Профилактика конфликтов. Поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов.

Тема 8. (Занятие 33, 34)	Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика.	Навыки построения будущего на основе полученных в ходе освоения программы знаний и практического опыта.
ИТОГО: 34 часа, 34 занятия		

В данной примерной программе предусмотрено применение ряда актуальных в настоящее время интерактивных форм обучения − рефлексивное взаимодействие в больших и малых группах, интерактивная и рефлексивная беседа, ролевая и ситуационная игра, диспут, а также практикум (тренинг).

Напомним, что в рамках интерактивной модели обучения в распоряжении педагога и психолога имеется целый ряд соответствующих интерактивных форм организации учебной деятельности, применение которых в рамках программы групповой работы будет способствовать достижению следующих образовательных, воспитательных и развивающих целей профилактики немедицинского потребления ПАВ обучающимися. Таким образом, интерактивная модель обучения выступает одновременно моделью интерактивного межличностного взаимодействия и предполагает такую организацию обучающей деятельности, при которой «невозможно» неучастие каждого ученика в коллективном, взаимодополняющем взаимодействии всех его участников. Важными условиями, позволяющих каждому ученику принять участие в интерактивной работе, преодолеть при этом настороженность и страх неудачи, выступают создание комфортных условий обучения (отказ от традиционной системы формального оценивания достигнутых результатов, эмоциональная поддержка участников, создание атмосферы психологической безопасности), моделирование таких актуальных жизненных ситуаций, к обсуждению которых мотивированы участники, включенность всей группы за счёт принятия правил групповой работы в анализ, обсуждение и решение поставленных вопросов, проблем, ситуаций (кейсов).

Само интерактивное обучение (от англ. interation — взаимодействие) определяется в Педагогическом терминологическом словаре как обучение, построенное на взаимодействии учащегося с учебным окружением, учебной средой, которая служит областью осваиваемого опыта.

Ученик выступает при этом полноправным участником учебного процесса, а его опыт — основным источником учебного познания, а педагог в свою очередь при этом не даёт готовых знаний, побуждая участников к

самостоятельному поиску. Таким образом, ведущая активность педагога уступает место активности учащихся, и главной задачей педагога становится создание условий для проявления обучающимися инициативы, самопрезентации ими своих самостоятельных возможностей — умений высказывать своё мнение, рассуждать о предмете дискуссий, ставить новые вопросы по её содержанию. Педагог начинает выступать не в качестве главного и единственного источник информации, а как помощник для учеников в учебной работе, стимулирующий их познавательную активность, как один (но не единственный) из источников информации.

Перечислим основные принципы организации обучения в режиме интерактивной технологии, которые способствуют эффективности в достижении поставленных целей:

1. Положительная взаимозависимость — члены группы должны понимать, что общая деятельность приносит пользу каждому.

2. Непосредственное взаимодействие — члены группы должны находиться в тесном контакте друг с другом.

3. Индивидуальная ответственность — каждый ученик должен овладеть предложенным материалом, и каждый несёт ответственность за помощь другим (взаимопомощь). Более способные ученики не должны выполнять чужой работы.

4. Развитие навыков совместной работы — ученики должны освоить навыки межличностных отношений, необходимых для успешной работы, например, расспрашивание, распределение, планирование заданий.

5. Оценка работы — во время групповой работы и по её итогам выделяется специальное время для того, чтобы группа могла оценить, насколько успешно она работает, что с точки зрения каждого участника выступает результатом групповой работы.

С целью оценки степени усвоения положительного социального опыта и представлений о социальной реальности, в которой существуют риски, связанные с проблемой распространения и употребления ПАВ, педагогу целесообразно на первом и заключительном занятии в рамках программы предложить участникам самостоятельно заполнить бланк «Шкала наблюдений» для того, чтобы зафиксировать динамику степени достижения планируемых результатов у каждого из участников программы.

Шкала самонаблюдения «Я чувствую, Я знаю, Я действую»

Подросткам предлагается заполнить Шкалу самонаблюдения «Я чувствую, Я знаю, Я действую» и обсудить в группе свои ответы, сравнить их и ответами других ребят.

Самонаблюдение является одним из важных личностных качеств, которые помогают человеку быть успешным. Пожалуйста, оцените свои личностные особенности по 10-балльной шкале, ответив на предложенные вопросы. На каждой шкале обозначьте крестиком соответствующий выбранный вами балл.

1. Какое настроение преобладает у вас в течение последнего месяца?

Тревожное, агрессивное, пессимистичное (негативное, подозрительное, недоверчивое отношение)	0_1_2_3_4_5_6_7_8_9_10	Спокойное, доброжелательное, оптимистичное

2. Как вы можете оценить свою интеллектуальную деятельность на уроках?

Невнимательная(ый), с трудом осваиваю учебный материал, плохо запоминаю необходимый объём информации	0_1_2_3_4_5_6_7_8_9_10	Внимательная(ый), хорошо осваиваю учебный материал, хорошо запоминаю необходимый объём информации

5. Как вы можете оценить своё поведение?

Недостаточно организован(а), с трудом управляю своим поведением, часто нарушаю правила поведения	0_1_2_3_4_5_6_7_8_9_10	Хорошие навыки самоорганизации и саморегуляции поведения, всегда демонстрирую социально одобряемые образцы поведения

Обсудите в группе результаты заполнения предложенных шкал.

1. Почему указал именно эти точки в первом и втором случае?

2. Если есть разница показателей, то чего именно не хватает тебе, чтобы чувствовать себя «Окей» на столько, насколько тебе хотелось бы?

3. Какие шаги для достижения этого состояния ты считаешь нужным предпринять?

Во время выполнения детьми предложенных занятий взрослый имеет возможность наблюдать за поведенческими проявлениями детьми и анализировать их (Приложение 1).

Ниже представлены упражнения для развития критического мышления подростков относительно употребления ПАВ.

Упражнение для развития критического мышления подростков относительно употребления ПАВ.

Прочитайте определения понятий:

Психоактивное вещество (ПАВ) — это вещество, которое при введении в организм человека изменяет восприятие, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции.

Запиши свои ассоциации понятием/термином: Психоактивные вещества

Выглядит как...	*Звучит как...*

Посмотрите внимательно на заполненную таблицу. Перечисленные вами ассоциации скорее положительные или отрицательные?

Обоснуйте, почему вы выбрали именно такие образы? Что эти образы означают для вас? Какие эмоции и чувства вызывают?

Завершается упражнение обсуждением и обратной связью со стороны ведущего.

4. Методы профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной организации

4.1. Интерактивные методы профилактики употребления психоактивных веществ среди подростков и молодёжи

В данном разделе приведены подробные описания и инструкции по проведению каждого занятия, все необходимые дидактические и раздаточные материалы, которые позволяют расширить спектр доступных педагогам эффективных технологий профилактической работы.

Занятия могут быть проведены для самостоятельной профилактической работы.

ЗАНЯТИЕ №1
«ВВЕДЕНИЕ. ВЫБОР»
Задачи:

- Актуализация представлений о психоактивных веществах (ПАВ) и зависимом (аддиктивном) поведении.
- Осознание последствий употребления ПАВ.
- Содействие поиску альтернативы факторам риска употребления ПАВ.
- Содействие мотивации подростков на здоровый образ жизни, формированию активной жизненной позиции.

Целевая аудитория: подростки — обучающиеся образовательных организаций

Продолжительность: 1 час 30 минут.

Общая схема занятия:

№	Время	Этап	Задачи	Необходимые материалы
1	**5**	Введение	Введение в ситуацию тренинга Определение тематики и формата работы	
2	**15**	Разогрев «Спорные утверждения»	Погружение в тему занятия; Диагностирование представлений участников	4 листа бумаги, с надписями: «Совершенно согласен», «Согласен,

			о теме ПАВ; Актуализация личной позиции каждого участника по отношению к употреблению ПАВ	но с оговорками», «Совершенно не согласен», «Не знаю/не уверен».
3	**15**	Мозговой штурм «Почему люди принимают ПАВ»	Выявить причины рискованного поведения; Найти альтернативы, удерживающие подростков от рискованного поведения	Бумага А4, ручки, флипчарт, маркеры
4	**30**	Симуляционный эксперимент «Жизнь с зависимостью»	Создание условий для осознания участниками последствий употребления ПАВ;	Листочки для заметок по 6 штук на каждого участника, ручки по числу участников
5	**20**	Упражнение «Альтернативные решения»	Содействие актуализации личной активной позиции по отношению к обстоятельствам своей жизни, содействие профилактике вовлечения в употребление ПАВ	Листы флипчарта по числу малых групп, маркеры, лист со списков причин вовлечения в потребление ПАВ из упражнения 3
6	**5**	Завершающая рефлексия	Подведение итогов, интеграция полученного опыта	Не требуются

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ И ИНСТРУКЦИИ

1. ВВЕДЕНИЕ (5 минут)

Педагог представляется (при необходимости) знакомит участников с темой тренинга, а также с форматом работы — интерактивным. Ведущий: «Что значит «интерактивный формат»? Это значит, что на этом и последующих занятиях максимальное время будет уделено получению собственного опыта в играх и упражнениях, обсуждениям и самостоятельным выводам. Лекций тут не будет.

А для начала я предлагаю вам вспомнить спектакль Форум-театра.

• О чем он был для вас?

• Что запомнилось?

• С каким главным выводом \ мыслью вы ушли с него?».

Желающие участники высказываются.

Ведущий: «На сегодняшнем занятии мы попробуем больше узнать о том, что может подтолкнуть человека, подростка к употреблению ПАВ, и как это меняет жизнь человека».

2. РАЗОГРЕВ «СПОРНЫЕ УТВЕРЖДЕНИЯ» (15 минут)

Комментарий для педагога: необходимо заранее прикрепить подготовленные листы с утверждениями по четырем сторонам комнаты или разложить на полу.

Ведущий зачитывает по одному несколько спорных утверждений, связанных с проблемой употребления ПАВ. После того как утверждение произносится, участники сразу же должны разойтись и встать у тех листов ватмана, на которых отражена соответствующая точка зрения. Участников просят объяснить, почему они выбрали именно эти утверждения.

Выслушав разные точки зрения, участники могут выбрать другие листы с утверждениями, если вдруг их позиция в ходе упражнения изменилась.

Примеры спорных утверждений

1. Наркомания — это преступление.
2. Легкие ПАВ безвредны.
3. ПАВ повышают творческий потенциал.
4. Наркомания — это болезнь.
5. У многих молодых людей возникают проблемы из-за употребления ПАВ.
6. Прекратить употреблять ПАВ можно в любой момент.
7. Наркомания излечима.
8. Многие подростки начинают употребление ПАВ «за компанию».
9. Люди, употребляющие ПАВ, очень часто не осознают, что зависят от них.
10. Наркоман может умереть от СПИДа.

11. Зависимость от ПАВ формируется только после их многократного употребления.
12. По внешнему виду человека можно определить, употребляет он ПАВ или нет.
13. Наркоман может умереть от передозировки.
14. Продажа ПАВ не преследуется законом.
15. Наркомания неизлечима.
16. Проблема распространения ВИЧ-инфекции и гепатитов В, С касается только потребителей ПАВ.
17. Лечение и реабилитация наркопотребителей должны быть абсолютно бесплатным, если государство хочет решить эту проблему.
18. Наркоманы — это не люди.

Обсуждение:

- ✓ Какие чувства возникли у вас, когда вы размышляли над этими вопросами?
- ✓ Легко ли было высказывать свою точку зрения перед всеми участниками, особенно, когда вы оказались в меньшинстве?
- ✓ Легко ли было изменить свою точку зрения?

Комментарий для педагога: при подготовке к этому упражнению можно выбрать любое количество утверждений из списка или их все, а также при необходимости добавить свои, которые в большей степени соответствуют поставленной цели.

По окончанию упражнения ведущий делает вывод о том, что всем участникам знакомо понятие «Психоактивные вещества», оно окружено многочисленными мифами, еще приводит статистические данные, что основные потребители ПАВ – это подростки и молодежь, и 8 из 10 подростков имеют опыт первой пробы. Последние статистические данные по наркомании среди подростков в России свидетельствует о том, что данная проблема на сегодняшний день стоит крайне остро: хотя бы раз пробовали психотропные препараты больше половины мальчиков и 1/5 из всех девочек, учащихся в средних и старших классах общеобразовательных школ. Среди подростков от 13 до 16 лет продолжают периодически или регулярно употреблять наркотические средства 40% мальчиков и 16% девочек. (Источник: https://narcorehab.com/articles/statistika-narkomaniiv-rossii-2020-2021/).

Давайте разберемся, что же толкает подростка к первой пробе? Почему подростки пробуют и начинают употреблять ПАВ?».

3. МОЗГОВОЙ ШТУРМ «ПОЧЕМУ ЛЮДИ ПРИНИМАЮТ ПАВ?» (10 минут)

Ведущий делит участников на группы, состоящие из 5 человек. Каждая группа получает лист А4 и ручку. Задача: обсудить и составить список возможных причин, побуждающих молодежь вовлекаться в потребление ПАВ. Списки могут включать в себя следующие факторы:

Давление со стороны сверстников — некоторые люди имеют друзей, которые принимают ПАВ и поэтому, чтобы не отдаляться от своих друзей, они вынуждены тоже принимать ПАВ.

Любопытство — многие люди любят экспериментировать. Например, им интересно, какой будет эффект от употребления ПАВ.

Имитация — молодежь видит, как их родители, родственники, близкие друзья принимают ПАВ. Им кажется, что это совершенно нормальное поведение. Например, «Мои родители расслабляются, когда они выпивают алкогольные напитки, следовательно, я могу сделать тоже самое, чтобы расслабиться»

Стратегия копирования поведения — если в семье произошло какое-либо трагическое событие (смерть родственника, развод, насилие), и ПАВ помогают справиться с неприятностями.

Ради забавы — некоторые люди полагают, что ПАВ могут поднять настроение и создать забавные ситуации.

Бунт — иногда люди чувствуют необходимость сделать что-нибудь, что противоречит обычной ежедневной жизни потому, что они не удовлетворены своей жизнью и хотят выделиться. Например, они слушают особую музыку, делают вызывающие прически и одеваются не как все, наносят татуировки. Некоторые молодых людей ПАВ привлекают потому, что их употребление опасно и противоречит общеизвестным истинам.

Имидж — есть люди, которые не довольны собой и думают, что окружающие считают их скучными и неинтересными. Поэтому, чтобы изменить свой «имидж» они начинают пить,
курить или принимать ПАВ.

Самоуверенность и самооценка — в жизни молодых людей происходит много изменений, с которыми они не всегда могут справиться. При этом они могут потерять уверенность в себе и неадекватно оценивать возникшие ситуации. ПАВ придают ложную уверенность в своих силах и возможность выполнить то, что при других обстоятельствах они бы никогда не сделали.

Это никого не касается — можно выделить группу людей, которые считают себя никому ненужными. Им кажется, что у них нет будущего, и они даже не надеются на какие-либо

изменения в своей жизни. Следовательно, такие люди не осознают риска употребления ПАВ.

Поддержка сверстников — очень часто в семьях родители бывают слишком заняты собой или своими проблемами, у них не хватает времени для своих детей. Есть семьи, в которых родители ведут себя агрессивно, оказывают насилие над детьми, поэтому дети с радостью убегают из дома. Они собираются с такими же обиженными сверстниками, которые принимают ПАВ, и им кажется, что здесь они нашли свою новую семью. В такой семье эти ребята играют важную роль и являются частью чего-то нового и привлекательного.

Самолечение — в период взросления молодежь может столкнуться с различными проблемами со своим психологическим здоровьем, такими, как депрессия, чувство беспокойства, повышенная тревожность. Часто они не знают, куда обратиться за помощью и очень напуганы. Не находя поддержки, некоторые из них начинают принимать ПАВ.

После обсуждения ведущий приступает к сбору результатов. Группы по очереди называют пункты из списков по одному. После того, как группа назвала свой вариант, ведущий просит поднять руки те группы, у кого также есть этот пункт в списках, и записывает его на флипчарт. Ход переходит к следующей группе и так далее, пока все причины, сформулированные участниками, не окажутся на флипчарте. В ходе упражнения ведущий подчеркивает, что на тренинге не бывает неправильных ответов! Все идеи могут быть полезными!

После список причин вовлечения в ситуацию первой пробы и употребления ПАВ временно убирается в сторону. Вновь ведущий вернет группу к нему в конце занятия.

4. СИМУЛЯЦИОННЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ «ЖИЗНЬ С ЗАВИСИМОСТЬЮ» (30 минут)

Ведущий выдает каждому участнику по 6 листочков бумаги (размером 5 на 5 см) и просит написать (на каждом листочке по одной надписи):

• Деньги
• Любимая вещь
• Любимая еда
• Любимое занятие/хобби
• Мечта
• Любимый человек.

Когда все участники готовы, ведущий говорит примерно следующее: «Давайте поставим себя на место человека, который попал в зависимость от ПАВ для того, чтобы понять, что происходит в его жизни. Итак, человек

выбрал удовольствие, которое он получает от употребления ПАВ, а за удовольствие надо платить. Я прошу вас отдать мне листочки, на которых написано «деньги».

Ведущий идет по кругу и собирает от каждого участника карточки в стопку в той последовательности, как участники сидят, не нарушая порядка. Далее он говорит:

«Теперь, когда свободные деньги закончились, вам придется экономить на чем-то другом.

И я прошу вас отдать обозначение того, с чем вы готовы расстаться ради получения удовольствия».

Далее зависимость требует следующих «жертв», и участники отдают ведущему следующие листочки, на которых написаны ценности, в порядке убывания их значимости, пока у них не останется по 2 карточки. Затем ведущий проходит по кругу и забирает, не глядя, по 1 листку у каждого, говоря, что потребитель ПАВ не может контролировать ситуацию.

Все, что осталось у участников — это возможный вариант того, что наркомания может сделать с жизнью человека. После этого ведущий говорит: «Но на самом деле мы с вами находимся здесь и теперь, и вы — здоровые люди, которые сами контролируют свою жизнь и свои ценности» и раздает каждому из участников его листочки. Это позволяет снизить эмоциональное напряжение, возникающее в ходе игры. Ведущий просит группу еще раз про себя прочитать свои карточки с ценностями и сохранить их до конца тренинга.

Вопросы для обсуждения:

- С кем или чем было труднее всего расставаться и почему?
- Как почувствовали себя, когда у вас отобрали «ценности» без предупреждения?
- Как вы думаете, похоже ли это на то, что происходит с потребителями ПАВ в реальной жизни? Встречались ли вы с подобными примерами? (в жизни, в фильмах, книгах и т. п.). Поднимите руки, если да.

Комментарий для педагога:

это упражнение может вызвать сильный эмоциональный всплеск у участников, который может выражаться как в слезах, в смехе, так и в отказе участвовать. Часто это реакция на тревогу, сигнал о том, что упражнение затронуло важное для каждого. Поэтому лучше, чтобы в этом упражнении участники сидели на достаточном удалении друг от друга, и желательно, рассадить друзей и имеющиеся группировки на разные места. Если на последнем кругу кто-то из участников отказывается отдавать листочек с написанным на нем близким человеком — не настаивайте, но потом спросите, почему.

После игры обязательно проводится эмоциональная разгрузка для того, чтобы вывести участников из игровой ситуации. Ее текст может быть таким: «То, что произошло сейчас, было только игрой. Я надеюсь, что это никогда не коснется вас и ваших близких. Я надеюсь, никто из вас не столкнется с такой ситуацией в своей жизни. Все это было только игрой и закончилось вместе с игрой… и т. д.» После этого участники делятся, пережитыми чувствами. Чтобы накал эмоций в группе спал, необходимо уделить этой части — деролингу, большое внимание.

Рекомендуемый вариант завершения активности и деролинга:

Ведущий предлагает всем участникам подняться со своих стульев и говорит примерно следующее: «Встряхните руками, сделайте глубокий вдох и выдох. Сейчас, когда вы сядете на стулья, вы не будете людьми, отдающими самое главное за употребление ПАВ. Вы будете учениками (студентами) вашего класса, которые участвуют в тренинге по профилактике вовлечения в употребление ПАВ и по профилактике созависимости. Садитесь на места».

По завершении деролинга ведущий делает вывод о том, как важно вовремя выбрать ответственное поведение даже тогда, когда кажется, что выхода не видно.

5. УПРАЖНЕНИЕ «АЛЬТЕРНАТИВНЫЕ РЕШЕНИЯ» (20 минут)

Ведущий вновь напоминает группе о списке возможных причин вовлечения подростков в употребление ПАВ, который участники составили в середине занятия. Ведущий делит участников на подгруппы по 4-5 человек. Каждая подгруппа получает лист флипчарта и маркер. Ведущий распределяет между группами пункты из списка причин — по 1-3 на подгруппы в зависимости от числа причин. Участники в течение 1 минуты записывают на своих флипчартах максимальное число альтернативных решений, которые могут остановить подростка от употребления ПАВ. Например: причина — депрессия, тревожность, переживание трудностей в учебе. Альтернативное решение — поделиться с родителями, школьным психологом, попросить помощи в учебе у одноклассников, у старших. И т. п. После того, как участники закончили работу с доставшимися причинами, группы обмениваются своими флипчартами по часовой стрелке.

Задача подгрупп: за одну минуту ознакомиться с результатами работы другой группы, поставить плюсики напротив вариантов, с которыми они согласны, и дописать свои варианты решения. Критиковать и ставить минусы запрещено! Затем подгруппы вновь передают флипчарт по часовой стрелке другой группе на 1 минуту до тех пор, пока флипчарт не вернется к «авторам».

Ведущий предлагает группам ознакомиться с вариантами, предложенными другими участниками, и презентовать результаты для всех.

Ведущий уделяет особое внимание причинам «давление сверстников», «за компанию», «давление старших» и говорит, что подробно о том, как вести себя в этих ситуациях, как отказать, мы поговорим на следующем занятии.

6. РЕФЛЕКСИЯ (5 минут)

Вопросы для обсуждения:

• Какие причины, толкающие подростков к употреблению ПАВ, кажутся вам самыми сложно разрешимыми?

• Посмотрите на ваши листочки с главными для вас ценностями (из упражнения «Жизнь с зависимостью») и на флипчарты с альтернативными решениями.

Подумайте и назовите, какие из этих решений могут помочь сберечь каждую из ваших ценностей.

Ведущий по очереди называет группы ценностей («деньги», «близкие люди», «любимые вещи», «мечты», «будущее» и т.п.). Участники называют пункты из списка альтернативных решений, которые сохранят самое дорогое.

Ведущий благодарит участников за работу и прощается до следующего занятия.

ТРЕНИНГ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

ЗАНЯТИЕ №2

«НАШ ОТВЕТ ПРОВОКАТОРАМ. МЕХАНИЗМЫ ВЛИЯНИЯ И ТЕХНИКИ ОТКАЗА»

Задачи:

• Содействие формированию осознанного отношения к механизмам деструктивного социального влияния;

• Содействие формированию осознанного и критического восприятия манипуляций и провокаций вовлекающего в употребление ПАВ характера;

• Развитие навыка ассертивного поведения в социальном взаимодействии.

Целевая аудитория: подростки — обучающиеся образовательных организаций.

Продолжительность: 1 час 30 минут.

Общая схема занятия:

№	Время	Этап	Задачи	Необходимые материалы

1	**5**	Введение	Введение в ситуацию тренинга; Определение тематики и формата работы	
2	**15**	Интерактивный эксперимент «Социум»	Погружение в тему занятия; Осознание механизма выбора между рискованным и ответственным поведением; Актуализация личной позиции каждого участника по отношению к употреблению ПАВ	Наборы стикеров / блоков для записи двух цветов, листы А4 для двух команд, шариковые ручки
3	**30**	Игра «Крючки»	Развитие умений отстаивать и аргументировать свою позицию в ситуации деструктивного социального влияния; Развитие понимания психологических механизмов деструктивного социального влияния; Осознание каждым участником своей личной позиции по обсуждаемым вопросам в т.ч. слабых сторон в области	Флипчарт, маркеры (для ведущего), текст провокатора (Приложение 1), распечатанные листы с фигурками человека (Приложение 2) с прикрепленными к ним петельками, пластиковые крючки на липучках (до 10 штук), фломастеры.

			деструктивного социального влияния	
4	**10**	Мини-лекция «Думай своей головой!»	Структурирование представлений о трех основных механизмах негативного социального влияния в повседневной жизни и возможностях противодействия им	
5	**10**	Упражнение «Центр Я»	Фокусировка на личных ценностях как механизм противодействия негативному социальному влиянию	Листы А4 по числу участников, фломастеры или цветные карандаши
6	**15**	Упражнение «Ответ провокатору»	Познакомить подростков со стратегиями ассертивного (уверенного поведения); Помочь подросткам сформировать у себя навыки ассертивности; Помочь подросткам развить навыки ассертивной коммуникации в ситуации предложения первой пробы ПАВ	Флипчарт, маркеры для ведущего

7	**5**	Завершающая рефлексия	Подведение итогов, интеграция полученного опыта	Не требуются

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ И ИНСТРУКЦИИ

1. ПРИВЕТСТВИЕ ВЕДУЩЕГО. ВВЕДЕНИЕ В ТЕМУ ТРЕНИНГА (5 минут)

Ведущий приветствует участников, называет тему встречи.

2. ИНТЕРАКТИВНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ «СОЦИУМ» (15 минут)

2.1. Из группы для проведения игры выбирается доброволец, затем он выходит за дверь.

После этого участники делятся на 2 команды, и каждой команде присуждается один из цветов стикеров.

Ведущий зачитывает ситуацию, над которой будет думать доброволец. Пока доброволец находится за дверью, одна команда должна приготовить аргументы «за», другая — «против» (5 мин.) Когда команды будут готовы, добровольца приглашают войти в комнату.

2.2. Ведущий зачитывает эту же ситуацию для добровольца, и дает задание:

«Внимательно выслушать обе команды, за каждый удачный, на его взгляд, аргумент дать команде купон соответствующего цвета».

После выступления обеих команд в его задачу входит принятие решение — переход в один или другой лагерь. После этого подсчитываются купоны.

Обсуждение:

• Трудно ли было сделать финальный выбор?

• Какие из приведенных аргументов «за» и «против» показались самыми убедительными?

• Что может повлиять на выбор человека? (качество приведенных аргументов, его симпатии, ранее существующая установка и т.д.)

• Исходя из чего человек сделал свой финальный выбор?

Пример ситуации для игры:

Молодой человек (девушка) приходит в компанию, где ему(ей) друзья предлагают попробовать запрещенное вещество.

2.3. По окончании упражнения ведущий говорит примерно следующее: «Ситуации первой пробы и дальнейшего употребления ПАВ часто являются последствиями лишь одного разговора. С другом, приятелем, знакомым или

даже незнакомым человеком. Почему же вопреки здравому смыслу и имеющимся убеждениям или даже знаниям о вреде ПАВ люди могут вовлечься в их употребление? Давайте на примере одного разговора разберемся в механизмах деструктивного влияния».

3. ИГРА «КРЮЧКИ» (30 минут)

3.1. Ведущий говорит примерно следующее: «Представьте, что к вам подходит ваш сверстник или человек постарше, который выглядит сильным и авторитетным. Это ваш знакомый: одноклассник, одногруппник, парень со старшего курса, сосед и т.д.

Он настроен позитивно, излучает дружелюбие и говорит следующий текст:

«Эй, привет! Как дела? Мы идем сейчас на квартиру кое-что классное попробовать. Ты
с нами? Попробуй, это интересно. Все крутые ребята так делают, а ты крутой, один из нас!
Да не трусь! Наркота – для смелых, ты же не трус? Нет? Так попробуй. В жизни все надо попробовать!
Давай! Это так круто! Странно, что ты до сих пор не попробовал?!!? Ну даёшь! Да мы все уже давно! Ты ж не придурок? Не маменькин сынок?»

3.2. Далее ведущий предлагает подумать: за что пытается подцепить нас приятель? На что он «капает», чтобы мы согласились с ним и поехали на квартиру употреблять ПАВ?

Участники высказывают предположения о том, на что «давит» звонящий.

Ведущий записывает идеи на флипчарте, группируя их по своему усмотрению (авторитет, угроза, желание быть в компании, желание не стать «изгоем» и т.п.). Рядом с каждой группой прикрепляется маленький крючок.

3.3. «Мои крючки». Участникам раздаются контуры фигурок людей (приложение 2) высотой около 10 см и приклеенной петелькой из нитки. Ведущий просит представить, что фигурка изображает участника, и предлагает ее раскрасить (быстро). Во время раскрашивания ведущий просит подумать, какая идея, на которые «давил» приятель наиболее актуальная для него самого. Иными словами, каждый должен определить, какой «крючок» действует наиболее эффективно по отношению к самому себе. Затем участник вешает на соответствующий крючок свою фигурку. Ведущий делает вывод о «крючках» группы в целом.

4. МИНИ-ЛЕКЦИЯ «ДУМАЙ СВОЕЙ ГОЛОВОЙ!» (10 минут)

Ведущий: «Что заставляет нас не всегда думать своей головой? Это касается абсолютно всех, без исключения. Мы все так или иначе подвержены данным манипуляциям».

1. «Принадлежность к группе». «Если ты не сделаешь это, значит ты не… (мужчина, не крутой, не классный пацан)». Как будто в его праве решать за нас? Но часто мы на это ловимся.

2. Требование принять решение сразу.

Психолог Стенли Милгрэм в 1963 году провел эксперимент, в котором была продемонстрирована неспособность испытуемых открыто противостоять «начальнику» (в данном случае исследователю, одетому в лабораторный халат). Начальник приказывал испытуемым выполнять задание, несмотря на сильные страдания, причиняемые другому участнику эксперимента (в реальности подсадному актёру). Почему они его слушались? Потому что считали, что «уважаемый человек не будет заставлять делать плохо и неправильно». Так и в нашем случае: предлагает ПАВ приятель, которого я уважаю.

Еще один фактор давления — время. От нас требуют побыстрее дать ответ, чтобы не было времени подумать. А если его нет, то мы скорее всего согласимся с тем, кого уважаем.

У нас просто не будет возможности «подумать своей головой». Но правда в том, что мы ВСЕГДА имеем право на то, чтобы подумать. Какой здесь рецепт? Если нас просят делать то, что мы раньше не делали — не соглашаться сразу. На автомате сообщать что сейчас, сразу, ответа не будет.

3. Похвала. Лесть — универсальное средство. Например, если человек примет в подарок ненужную ему и не очень дорогую вещь (например, значок или цветок), то он будет склонен поддержать просьбу, с которой потом к нему обратится даритель. То же и с похвалой. Он говорит, что «ты же крутой, ты же один из нас!». «Ух ты, такой я крутой!!!» — надо с ним согласиться, как же отказать такому человеку?!

5. УПРАЖНЕНИЕ «ЦЕНТР Я» (10 минут)

5.1. Ведущий дает инструкцию. «Итак, мы теперь знаем, что для того, чтобы противостоять влиянию других и сделать правильный выбор, нужно не торопиться и уметь слушать себя. Давайте потренируемся.

Закройте глаза и представьте, как будто вы смотрите внутрь себя. Внутрь своего тела.

Найдите внутренним взором его центр. Увидьте, как он выглядит, ощутите его.

В центре всегда находится самое важное. Что самое важное в жизни для вас? О чем

очень важно никогда не забывать? Задумайтесь об этом. Когда что-то придет — можно открывать глаза».

5.2 Далее участникам предлагается на листе А4 нарисовать круг и в кругу изобразить в виде схематического рисунка три вещи, «которые для меня в мире важны больше всего. Это то, к чему я стремлюсь, что я считаю на самом деле правильным про себя, свою жизнь и мир в целом. Большие или маленькие — неважно. Самые главные, центральные».

Строго запрещается диалог и подглядывание. После завершения участники прячут свои листы.

5.3 После завершения ведущий предлагает (как возможность, по желанию) тем, кто хочет, одним-двумя словами ответить на вопрос: «как вам было рисовать то, что у вас в центре вашего Я?».

6. УПРАЖНЕНИЕ «ОТВЕТ ПРОВОКАТОРУ» (15 минут)

6.1. Ведущий говорит примерно следующее: «Существуют различные техники отказа, которые имеют название «ассертивные» или «уверенного поведения». Однако самая подходящая коммуникативная техника в данной ситуации — **уверенный отказ.** Это, собственно, то, что может уберечь вас от дальнейших неприятностей с употреблением и дальнейших попыток провокатора вас уговорить».

6.2. Ведущий: **«Формула уверенного отказа выглядит так: «Я» + «ОТКАЗ» + «ЧЕТКОЕ И УВЕРЕННОЕ ОБОСНОВАНИЕ».**

Необходимо демонстрировать спокойствие, не повышать голоса. Взгляд не эмоциональный, лучше смотреть на точку между глаз собеседника. Ваши глаза и не убегают от взгляда, но и не смотрят в глаза, возможно, демонстрирующему обиду собеседнику. Состояние спокойное.

Если же уверенный отказ не срабатывает, можно применить **технику «заезженная пластинка», которая с успехом применяется в беседах с назойливыми людьми и требует еще большего спокойствия:** вы просто повторяете необходимое раз за разом, спокойно.

Необходимо сохранять спокойствие, быть терпеливым и не засмеяться».

6.3. **Перед тем, как мы начнем формулировать наши ответы провокатору, давайте еще раз посмотрим на наших центры: вспомни, что для нас важно, к чему мы стремимся, какие у нас есть друзья, что является самым ценным в нашей жизни, чем мы дорожим.**

Ведущий делит участников на группы 5-6 человек. (Можно это сделать, раздав заранее заготовленные карточки разных цветов, или другим способом, который нравится ведущему.) Каждая подгруппа готовит такой ответ предлагающему, после которого он уже не будет дальше настаивать на своем предложении. На подготовку выделяется 5 минут.

Перед ответом текст разговора повторяется. Каждая из групп зачитывает свой ответ.

Возможен вариант, когда ответ зачитывается в формате «последовательного хора»: каждый участник группы произносит по одному слову.

Ведущий: «Есть еще одна очень полезная техника ассертивного поведения, с которой мы познакомимся на следующем занятии. Она называется «Техника Я-высказывания».

Комментарий для педагога: можно предложить участникам проанализировать еще одно обращение провокатора на предмет манипуляций и сформулировать отказы к нему: **«Эй, привет! Как дела? Не очень? Ничего! Вот я тебе дам кое-что попробовать — увидишь, сразу станет легче! Конечно, бесплатно, ведь мы друзья! Другому бы не дал, только тебе, ты такой клёвый парень! Давай, выбрось из головы проблемы».**

7. РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ (5 минут)

• Что для вас более важно — ощущение принадлежности к группе или возможность самостоятельно принимать решения о своей жизни?

• Кто сильнее всего влияет на вас? Воздействию каких авторитетов вам очень трудно противостоять?

• Всегда ли те, кого я уважаю, настроены на то, чтобы принести мне пользу? Могут ли они причинить мне вред?

• Что может помочь каждому противостоять давлению группы? Отдельного человека?

ТРЕНИНГ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ И МОЛОДЕЖИ

ЗАНЯТИЕ №3

«НАШ ОТВЕТ ПРОВОКАТОРАМ. ТЕХНИКИ ОТКАЗА. ПРАКТИКУМ»

Задачи:

• Содействие формированию осознанного отношения к механизмам деструктивного социального влияния на примере ситуаций повседневного общения;

• Содействие формированию осознанного и критического восприятия манипуляций и провокаций вовлекающего в употребление ПАВ характера;

• Развитие навыка ассертивного поведения в социальном взаимодействии;

• Содействие формированию активной личной позиции в ситуациях, связанных с употреблением ПАВ или с предложениями попробовать ПАВ

Целевая аудитория: подростки — обучающиеся образовательных организаций.

Продолжительность: 1 час 30 минут.

Общая схема занятия:

№	Время	Этап	Задачи	Необходимые материалы
1	**5**	Приветствие ведущего. Введение в тему тренинга	Введение в ситуацию тренинга; Определение тематики и формата работы	
2	**15**	Техники уверенного (ассертивного) поведения	Погружение в тему занятия; Знакомство / актуализация представлений о техниках ассертивного поведения; Знакомство участников с техникой «Я-высказывание»	Маркеры и флипчарт для ведущего
3	**50**	Кейс-класс	Развитие умений отстаивать и аргументировать свою позицию в ситуации деструктивного социального влияния на примере распространенных коммуникативных ситуаций предложения первой пробы; Развитие понимания психологических механизмов деструктивного социального влияния; Осознание каждым участником своей личной позиции по обсуждаемым вопросам в том числе слабых сторон в области деструктивного социального влияния; Актуализация личной позиции каждого участника по отношению к	Карточки с описанием кейсов из Приложения 1, листы А4 по числу малых групп, ручки.

			употреблению ПАВ	
4	**10**	Мини-лекция «Ресурсы поддержки»	Создание условий для формирования активной личной позиции в случаях, если стало известно о том, что друг употребляет ПАВ, или в случаях предложения первой пробы	Флипчарт, маркеры для ведущего
5	**10**	Завершающая рефлексия	Подведение итогов, интеграция полученного опыта	Не требуются

ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ И ИНСТРУКЦИИ

1. ПРИВЕТСТВИЕ ВЕДУЩЕГО. ВВЕДЕНИЕ В ТЕМУ ТРЕНИНГА (5 минут)

Ведущий приветствует участников, называет тему встречи. Говорит о том, что на этом занятии у участников будет возможность закрепить знания о техниках ассертивного поведения на примерах из жизни.

2. ТЕХНИКИ УВЕРЕННОГО (АССЕРТИВНОГО) ПОВЕДЕНИЯ (15 минут)

Ведущий напоминает участникам о том, какие основные техники уверенного поведения могут быть применены в ситуации, когда знакомый или незнакомый человек предлагает попробовать ПАВ. Знакомит с техникой «Я-высказывание», которая не рассматривалась на занятии №2. После короткой информации о технике следует небольшое обсуждение.

• Техника «Заезженная пластинка»: вы повторяете необходимое раз за разом, спокойно. При равных условиях побеждает тот, кто более настойчив. Необходимо сохранять спокойствие и быть терпеливым.

Вопросы для обсуждения:

— Случалось ли вам в жизни использовать подобную стратегию отказа?

— В каких коммуникативных ситуациях она может быть использована?

• Техника «Твердый отказ»: Умение сказать твердое «нет» и отстоять свое мнение.

«Формула уверенного отказа выглядит так: «Я» + «ОТКАЗ» + «ЧЕТКОЕ И УВЕРЕННОЕ ОБОСНОВАНИЕ».

Необходимо демонстрировать спокойствие, не повышать голоса. Взгляд не эмоциональный, лучше смотреть на точку между глаз собеседника. Ваши глаза и не убегают от взгляда, но и не смотрят в глаза, возможно, демонстрирующему обиду собеседнику. Состояние спокойное.

Вопросы для обсуждения:

— Случалось ли вам в жизни использовать подобную стратегию отказа?
— В каких коммуникативных ситуациях она может быть использована?

• Техника «Я-высказывание» — высказывание человека, в котором он описывает свои чувства и формулирует свои пожелания с опорой на собственные мысли и эмоции, стараясь не задевать и не обвинять в этом окружающих.

Я-высказывание всегда начинается с личных местоимений: «я», «мне», «меня».

Чаще всего состоит из четырех частей:

1. Когда Я вижу/слышу, что… (факт)
2. Я чувствую… (чувство)
3. Потому что я думаю, что… (мысли)
4. Давай… (договоренность)

Вопросы для обсуждения:

— Случалось ли вам в жизни использовать подобную стратегию отказа?
— В каких коммуникативных ситуациях она может быть использована?

Комментарий ведущего после обсуждения техник:

«Техника «Я-высказывание» предназначена для общения в сложных коммуникативных ситуациях с близкими или значимыми людьми. Она предполагает открытость, готовность поделится неприятными эмоциями (печалью, злостью, обеспокоенностью, тревогой, страхом и др.) с целью конструктивно повлиять на человека: разрешить конфликт, остановить от рискованного поведения, обозначить собственные границы в общении.

В контексте темы тренинга данная техника применима в ситуации общения с близкими людьми: другом, родственником, о которых стало известно, что они принимают ПАВ.

В большинстве прочих случаев, когда коммуникация происходит с незнакомыми или малознакомыми людьми, предлагающими попробовать ПАВ, целесообразно использовать техники короткого и уверенного отказа или «заезженную пластинку». Давайте на примерах нескольких ситуаций, которые нередко случаются в жизни, потренируемся в их применении».

3. КЕЙС-КЛАСС (50 минут)

Ведущий делит группу на 5 подгрупп (по числу разбираемых кейсов). Каждая группа получает для анализа одну из ситуаций (Приложение 1). Задача групп: прочитать описание ситуации, обсудить, ответить на вопросы. (15 минут).

После этого каждая группа по очереди презентует результаты (по 5 минут).

После каждой презентации ведущий обращается к остальным участникам с вопросами для коротких ответов:

• Может ли такая история произойти в жизни?

• Согласны ли они с ответами команды?

• Есть ли дополнения, возражения?

2.1. Ситуация № 1:

Представьте такую ситуацию. Ваши друзья взахлеб хвастают, что накануне вечером круто провели время: собрались на квартире одного из старших приятелей и, кроме обычных развлечений, курили «травку». Было нереально весело! И теперь они приглашают тебя присоединиться, заманивая весельем, возможностью присоединиться к «крутым», получить опыт.

Обсуждение. Проанализируйте ситуацию:

• За какие «крючки» ребята надеются тебя «подцепить» (на что воздействуют)?

• Перескажите эту историю так, как если бы речь не шла о друзьях. Как будто бы вы прочитали об этом где-то. Что произошло с ребятами?

• Сформулируйте ответ, используя, одну или больше техник ассертивного поведения, рассмотренных ранее. Какая техника подходит лучше всего?

• Есть ли здесь основания для дальнейших шагов? Какие шаги вы бы предприняли?

2.2. Ситуация № 2:

Представьте себе такую ситуацию. Вы — девушка. Парень, в которого вы влюблены, предлагает попробовать ПАВ. Парень шантажирует вас, говоря, что ваши дальнейшие отношения возможны, только, если вы будете вместе употреблять запрещенные вещества.

Обсуждение. Проанализируйте ситуацию:

• За какие «крючки» парень надеется тебя «подцепить» (на что воздействует)?

• Перескажите эту историю. Что и с кем здесь происходит?

• Сформулируйте ответ девушки, используя, одну или больше техник ассертивного поведения, рассмотренных ранее. Какая техника подходит лучше всего?

• Есть ли здесь основания для дальнейших шагов? Какие шаги вы бы предприняли?

2.3. Ситуация № 3:

Представьте такую ситуацию. Вы — парень, от которого ушла любимая девушка, и вы мучительно переживаете этот разрыв. Ваш друг предлагает вам, «уколоться и забыться», уверяет вас, что это поможет. Он тоже был в такой же ситуации.

Обсуждение. Проанализируйте ситуацию:

• За какие «крючки» друг пытается вас «подцепить» (на что воздействуют)?

• Перескажите эту историю. Что происходит?
• Сформулируйте ответ, используя, одну или больше техник ассертивного поведения, рассмотренных ранее. Какая техника подходит лучше всего?
• Есть ли здесь основания для дальнейших шагов? Какие шаги вы бы предприняли?

2.4. Ситуация № 4

Представьте такую ситуацию. В период годовых контрольных работ и экзаменов к вам около школы подходят два молодых человека, которые не так давно учились здесь же. Они начинают предлагать вам попробовать бесплатно некое вещество, которое гарантированно улучшает память, добавляет бодрости и работоспособности. Проверено
на многих — все сдают на высокие оценки.

Обсуждение. Проанализируйте ситуацию:
• За какие «крючки» распространители пытаются вас «подцепить» (на что воздействуют)?
• Перескажите эту историю. Что происходит?
• Сформулируйте ответ, используя, одну или больше техник ассертивного поведения, рассмотренных ранее. Какая техника подходит лучше всего?
• Есть ли здесь основания для дальнейших шагов? Какие шаги вы бы предприняли?

2.5. Ситуация № 5:

Представьте такую ситуацию. Ваш друг детства все чаще и чаще под разными предлогами стал пытаться одолжить у вас денег. При этом он остро реагирует на отказы, пытается умолять или угрожать вам. Вы подозреваете, что друг употребляет ПАВ.

Обсуждение. Проанализируйте ситуацию:
• За какие «крючки» друг пытается вас «подцепить» (на что воздействуют)?
• Перескажите эту историю. Что происходит?
• Сформулируйте ответ, используя, одну или больше техник ассертивного поведения, рассмотренных ранее. Какая техника подходит лучше всего?
• Есть ли здесь основания для дальнейших шагов? Какие шаги вы бы предприняли?

4. МИНИ-ЛЕКЦИЯ «КАК Я МОГУ ПОМОЧЬ ДРУГУ И СЕБЕ» (10 минут)

Ведущий говорит примерно следующее, параллельно фиксирует на флипчарте или доске коротко в виде пунктов: «В каждой из разобранных ситуаций есть повод для дальнейших шагов. Особенно это касается, ситуаций, когда ПАВ употребляет друг или близкий человек.

Что можно сделать в такой ситуации? Куда обратиться? Какие слова сказать?

1. Убедись, что момент для разговора вполне подходящий. Начинай разговор только в том
случае, если твой друг не находится под действием вещества, если у него голова ясная.

Выбери для разговора такой момент, когда накануне твой друг принимал ПАВ и теперь чувствует угрызения совести, вину, когда ощущения еще свежи. Запомни, говорить нужно не о единичном инциденте, а об образе жизни. Ничего, если вы не сможете объясниться с первого захода. Лучше, если вы встретитесь на нейтральной территории: в кафе, парке или где-то еще.

2. Если ты знаешь кого-нибудь, кому можно доверять, например, кого-то из реабилитационных центров, клиник, то ты можешь попытаться привлечь их. Только убедись, что они достаточно компетентны в этом вопросе.

3. Как говорить?

— Всегда разговаривай спокойно и заботливо, не строй из себя знатока. Не начинай разговор с обвинения твоего друга в пристрастии к наркотику. Это может привести к тому, что он замкнется и просто уйдет.

— Расскажи ему о том, как ты обеспокоен и что ты чувствуешь, когда видишь его в таком состоянии. Покажи ему свое участие и озабоченность.

— Расскажи другу, что ты за ним замечаешь, когда он под действием ПАВ. Приведи конкретные примеры и убеди, что ты хочешь ему помочь.

— Будь готов к тому, что он разгневается, будет все отрицать. Твой друг может быть убежден, что у него нет проблем, и может рассердиться. Это типичная реакция людей, употребляющих наркотики. Не принимай близко к сердцу, помни о том, кем именно является твой друг, и концентрируйся на проблеме, а не на его позиции.

— Будь готов сообщить ему информацию о том, где можно получить помощь. Предложи другу пойти вместе с ним на консультацию или на прием. Он увидит, что ты заботишься о нем и что ты готов потратить свое личное время и энергию, чтобы организовать необходимую ему помощь. Но предлагай себя только в том случае, если ты сам готов к этому. Если у твоего друга серьезная проблема, а ты не можешь сам убедить его в том, что ему нужна помощь, обратись к его родителям, преподавателям или еще к кому-нибудь авторитетному. Нельзя игнорировать тот факт, что без оказания помощи последствия могут быть очень опасными. Очень непросто и даже страшно признать, что проблема
существует, и попросить о помощи. Зачастую это болезненный процесс, он выводит из душевного равновесия. Но пока друг не осознает, что именно в

ПАВ все его несчастья, что он теряет друзей и чувство собственного достоинства, до тех пор он не решится изменить свою жизнь.
(Материал взят: Официальный сайт Министерства внутренних дел ps://10. мвд.рф / управление-по-контролю-за-оборотом-нарко/родителям-и-детям /осторожно-наркотики-/если-у-твоего-друга-проблемы-с-наркотиками [Электронный ресурс 2021].

4. Отлично, если после вашего разговора твой друг найдет в себе силы самостоятельно обратится за помощью к взрослым: родителям, тренеру в секции, школьному психологу.
Если нет, убеди его позвонить на детский телефон доверия **8 800 2000 122** — просто поделиться и посоветоваться, как вести себя дальше, к кому обратиться за помощью и как бороться с зависимостью. Ему нечего опасаться: звонок анонимный.

Если друг считает, что наркотики — это только баловство и временное увлечение, придется обратиться за помощью вместо него, обязательно уведомив его об этом. Надо поговорить с его родителями или с заслуживающим доверия учителем. Не нужно стесняться, ты «не стучишь», а спасаешь здоровье и жизнь своего друга.

По этому же телефону можно позвонить и получить совет или консультацию, если в употребление ПАВ оказался втянут лично ты или тебе это настойчиво предлагалось сверстниками или взрослыми. В этом случае специалисты также могут помочь и не оставят твой случай без внимания».
(Материал взят: **https://telefon-doveria.ru/** [Электронный ресурс 2021])

5. ЗАВЕРШАЮЩАЯ РЕФЛЕКСИЯ (10 МИНУТ)

Вопросы для обсуждения:

• Какие ситуации из рассмотренных сегодня показались вам лично наиболее сложными для отказа?
• Что может помочь отказаться от ПАВ, даже если это предлагают люди, которым мы доверяем?
• Что самое важное стоит сделать, если вы узнали о том, что ваш друг принимает ПАВ? (Комментарий для ведущего: могут быть разные варианты ответов, однозначно правильного нет)
• Кому еще, кроме специалистов телефона доверия, можно рассказать о том, что вам предлагали ПАВ или о случаях их употребления?
• Главный вывод по нашим занятиям. (каждый участник по очереди делится своим главным выводом в одном предложении).

4.2. Примеры методик проведения профилактических бесед с подростками

ЗАНЯТИЕ 1. ПОЧЕМУ ЛЮДИ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?

Упражнение «Ассоциации» (Приложение 3). Цель: определить уровень знаний участников группы. Создать основу для более глубоко содержания работы и дискуссий.

После обсуждения ведущий предлагает наиболее простое определение рассматриваемых понятий.

Информационный блок (Приложение 2).

Этот этап логично начать с ответов на те вопросы, которые вызвали массовое затруднение на предыдущем этапе. Метод работы - лекция или интерактивная форма (дискуссия, в процессе которой, ведущий уточняет, исправляет и детализирует ответы участников). На этом этапе нужно обсудить следующие понятия: наркотики и наркомания.

Игра «Сюрприз» (Приложение 3).

Цель: выяснить и обсудить мотивы начала потребления наркотиков.

После этой игры целесообразно привести результаты исследований, которые показывают реальные причины начала употребления наркотиков.

Информационный блок (Приложение 2).

Обсуждение причин, толкающих на употребление наркотиков.

Занятие 2. ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКОВ НА ЗДОРОВЬЕ И ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА

Упражнение «Вопросы» (Приложение 3).

Цель: выяснить информированность аудитории, спланировать информационный блок.

Каждый участник пишет на листке бумаги вопрос(ы), на которые он хотел бы получить ответ в ходе бесед. Листочки с вопросам отдаются ведущему. Ведущий обдумывает вопросы, и на их основе определяет необходимый объем информационных блоков.

Информационный блок (Приложение 2).

Необходимо рассмотреть механизм и особенности воздействия наркотиков на организм человека и подростков в частности.

Комментарий: Давая информацию о наркотиках, необходимо быть правдивым и не стараться «сгущать краски», «пугать», описывая последствия употребления. Одна из задач ведущего — информировать о ложных представлениях о наркотиках. Правдивость повышает уровень доверия группы к тренеру. Однако описывая состояние опьянения, следует быть осторожным, чтобы не стимулировать любопытство и желание попробовать.

«Шприц» (Приложение 3). Цель: отработка навыков отказа, выбор наиболее эффективных стратегий отказа.

Информационный блок (Приложение 2).

Занятие 3. МИФЫ ОБ УПОТРЕБЛЕНИИ ТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ И НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ

Упражнение «Мифы» (Приложение 3).

Цель: информировать участников, развеять мифы.

Мифы, которые предлагается обсудить:

Наркомания —вредная привычка.

Достаточно 1 раз уколоться —и станешь наркоманом.

Все наркоманы и проститутки —конченые люди.

Марихуана безвредна.

Наркомания неизлечима.

Нельзя дружить с наркоманом.

У каждого есть своя собственная зависимость.

«Чистые наркотики безвредны».

Легализация наркотиков приведет к снижению преступности.

Не сам наркотик, а его запрет приводит к несчастью.

Человек имеет право осознанно употреблять наркотики. Этим он не приносит вреда окружающим.

Продажа наркотиков, контролируемая врачами, сможет с наименьшими потерями предотвратить привыкание к наркотикам.

Информационный блок (Приложение 2).

Занятие 4. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Упражнение «Провокационные тезисы» (Приложение 3).

Цель: выяснить, актуальна ли тема наркомании для подростков, и оценить их базовый уровень информированности.

Информационный блок (Приложение 2).

Этот блок лучше повести в интерактивной форме (дискуссия, в процессе которой, ведущий уточняет, исправляет и детализирует ответы участников). Цель блока — систематизировать и актуализировать знания учащихся о здоровом образе жизни.

Занятие 5. ЧТО ТАКОЕ ЗАВИСИМОСТЬ

Упражнение «Что такое зависимость» (Приложение 3).

Цель: выявить уровень знаний участников; выяснить, как участники определяют понятие «зависимость»; дать определение зависимости.

В результате обсуждения, педагог подводит группу к правильному определению понятия «зависимости», разъясняет его смысл.

Информационный блок (Приложение 2).

Этот блок лучше повести в интерактивной форме (дискуссия, в процессе которой, ведущий уточняет, исправляет и детализирует ответы участников). Цель блока — изучить проблему зависимости, ее влияние на все стороны жизни человека. В ходе этого этапа должны быть даны ответы на следующие вопросы:

- что такое зависимость?
- какие встречаются виды зависимостей?
- каков механизм развития зависимости?
- почему наркомания является наиболее деструктивным видом зависимости?

Игра «Марионетка» (Приложение 3). Цель: определить, что может чувствовать человек, когда им кто-то управляет, когда он не свободен.

Групповая работа. Группа делится на 3-4 микрогруппы. Участники обсуждают влияние зависимости (от компьютера, от еды, от работы, от наркотиков) на биологический, психический, социальный, духовный аспекты здоровья человека.

После этого микрогруппы представляют результаты своих обсуждений. Затем ведущий повторяет все названные аспекты жизни человека, на которые влияют наркотики.

Занятие 6. ТИПИЧНЫЕ СИТУАЦИИ, СВЯЗАННЫЕ С УПОТРЕБЛЕНИЕМ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ (ПАВ)

Упражнение «Высказывания» (Приложение 3).

Цель: мотивация подростков к получению информации; развитие способности аргументировать и конструктивно участвовать в дискуссии; формирование навыка высказывать собственное мнение.

При подведении итогов обсуждаются высказывания, по которым участники затрудняются принять решение. Это касается тех высказываний, о которых участники недостаточно информированы, они требуют дополнительной информации, чтобы иметь возможность согласиться с высказываниями или опровергнуть его.

Возможные высказывания:

Люди, употребляющие наркотики, опасны, т.к. они совращают других.

Наркотики —это повседневность для подростков.

Алкоголь хуже, чем гашиш.

Алкоголь —это средство, от которого можно стать зависимым.

Подростки принимают «лекарство», чтобы успокоиться перед «контрольной» или экзаменом.

Если человек пьет и курит осознанно в умеренных дозах, то у него не возникнет зависимости.

Человек, убегающий от конфликтов, скорее подвергается возможности стать наркоманом.

Доводы учителя, который курит, но запрещает ученикам, выглядят неубедительно.

Иметь возможность достичь состояния опьянения —одна из радостей жизни.

Ученики, принимающие наркотики, нуждаются в понимании своих друзей и взрослых.

Информационный блок (Приложение 2).

Дискуссия. Обсуждаются типичные ситуации употребления ПАВ, мотивы употребления (групповая дискуссия):

•причины, по которым люди употребляют ПАВ;

•причины, по которым люди не употребляют ПАВ;

•примеры ситуаций употребления ПАВ.

•беседа о возможных последствиях отказа от употребления ПАВ (изменение отношения сверстников, статуса в группе и т.д.).

Занятие 7. СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ

Информационный блок (Приложение 2).

В рамках этого блока могут быть освещены следующие вопросы:

• Какова история употребления наркотических веществ в обществе?

• Как влияет наркомания (как явление) на общество?

• наркотики и закон;

• социальные последствия употребления ПАВ;

• правовые последствия употребления ПАВ;

Этот блок лучше провести в интерактивной форме (дискуссия, в процессе которой, ведущий уточняет, исправляет и детализирует ответы участников).

На этом этапе также надо рассмотреть особенности современного законодательства в отношении наркотиков в нашей стране. Подача информации может осуществляться в интерактивной форме.

«Социум» (Приложение 3). Цель: определить, как человек делает выбор, что ему в этом может помочь.

Занятие 8. ПРОБЛЕМА ОТКАЗА В ГРУППЕ РОВЕСНИКОВ

«Отказ» (Приложение 3).

Цель: дать возможность участникам овладеть навыками уверенного поведения, аргументированного отказа в ситуации выбора.

Далее следует обсуждение необходимости приобретения таких навыков, влияния тех или иных форм отказа на дальнейшие отношения. Дискутируется вопрос о сложностях и преимуществах ответственного поведения.

Информационный блок (Приложение 2).

Дискуссия. Обсуждение в группе типичной ситуации употребления ПАВ:

•что стало причиной употребления ПАВ;

•известны ли членам группы подобные случаи в реальной жизни;

•каковы возможные способы поведения в ситуации отказа.

Занятие 9. МОЙ ВЫБОР

«Давление группы» (Приложение 3). Цель: отработка навыков отказа, выбор наиболее эффективных стратегий отказа.

Информационный блок (Приложение 2).

Групповая дискуссия «Давление со стороны ровесников»:

•самоанализ состояния участников группы в подобных ситуациях;

•причины и приемы оказания давления.

•выбор из предложенных членами группы вариантов противодействия групповому воздействию, наилучших и наихудших стилей поведения; составление шкалы значимости способов решения данной проблемы.

Возможные вопросы для обсуждения:

Что бы я сделал, если бы однажды мой друг отказался разговаривать со мною? Что бы я сделал, если бы все мои друзья начали курить и уговаривать меня также начать делать то же самое? что бы я сделал, если бы моя компания стала уговаривать меня выпить с ними? и т.п.

Занятие 10. ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОСТИ

Ролевая игра «Семья» (приложение 3). Цель: принять личное участие в решении проблемы, найти возможные стратегии выхода.

Информационный блок (Приложение 2).

Дискуссия «Мой друг зависим от наркотиков» (Приложение 3).

Цель: выработать несколько различных стратегий поведения, которые позволяют не вступать в созависимые отношения с наркопотребителем; дают возможность сохранить личную безопасность и в то же время помочь близкому человеку.

Занятие 11. ПРИЧИНЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

Упражнение «Обсуждение историй» (Приложение 3).

Цель: определить, какими стратегиями выхода из сложных ситуаций владеют участники группы; найти наиболее эффективные.

Информационный блок (Приложение 2).

«История про...» (Приложение 3). Цель: анализ действий, совершаемых героями рассказа. Выяснение взглядов участников на данную проблему. Моделирование наиболее оптимальных стратегий действий участников.

12. НАРКОТИКИ И ПОВЕДЕНИЕ. ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

Игра «Спорные утверждения» (Приложение 3).

Цели: стимулируется активность группы; участники слышат альтернативное аргументированное мнение; происходит формирование собственных, менее дискриминационных позиций; появляется возможность продемонстрировать собственную позицию.

Информационный блок (Приложение 2).

Ролевая игра «Предотвращение употребления наркотиков» (Приложение 3).

Подведение итогов: на этом этапе участникам предлагается заполнить заключительный опросник. Далее участники по кругу делятся своими чувствами от прошедших занятий, говорят о своем настроении в данный момент.

4.3. Примеры методик проведения профилактических бесед с родителями

Стандартные блоки, используемые в ходе «построения» беседы:

1. В**ведение (**5% времени). Этот этап состоит из краткого представления целей и задач беседы. Цели и задачи всегда объявляет ведущий.

2. О**жидания участников** (5% времени).

На этом этапе участники высказывают свои ожидания от беседы. Ожидания участников могут не совпадать с целями и возможностями встречи, но они всегда значимы и могут служить основой для корректировки плана с целью повышения эффективности обучения.

Эту работу можно проводить по-разному: высказывания по кругу, обсуждения в парах или малых группах с последующим вынесением на группу и/или записью на общем листе. В дальнейшем, каждый участник имеет возможность помечать на этом листе, те свои ожидания, которые были выполнены в ходе беседы.

3. Принятие правил работы группы (5% **рабочего времени).**

Это этап рождения группы, когда группа принимает на себя определенные обязательства, которым она готова следовать.
Это можно сделать следующим образом:

«Для того чтобы работа нашей группы достигла своих целей, нужно, чтобы мы не отвлекались по пустякам, чтобы каждый из нас мог свободно высказать свои мысли, не опасаясь насмешек. Любая деятельность нуждается в упорядочении, поэтому я как ведущий предлагаю несколько правил:

1. *Право говорящего.* Любой говорящий имеет право быть выслушанным до конца. И только после этого может начинать говорить следующий участник.

2. Правило поднятой руки. Это правило является продолжением предыдущего. Оно преследует две цели: первая - чтобы не перебивали говорящего, вторая - чтобы не пропали умные мысли, пришедшие в голову в процессе работы. Участник поднимает руку, и, когда появляется возможность, ведущий дает ему слово.

3. *Конфиденциальность.* Вся информация личного характера не должна выходить за пределы группы. Это правило следует сопровождать следующими пояснениями: «Это правило не касается информации по проблеме, которой посвящена наша беседа. Эту информацию можно и нужно передавать».

4. «Не давать оценок». Это важное правило мы часто нарушаем в жизни, когда считаем себя в праве осуждать и оценивать чужие поступки, слова, привычки. Здесь мы не оцениваем друг друга, наши мысли, мнения, установки, а принимаем их такими, какие они есть.

5. *Право ведущего.* Ведущий может прервать упражнение или другую деятельность группы, если это мешает групповому процессу. Он также следит за соблюдением принятых группой правил».

4. Оценка уровня информированности (5-10% **рабочего времени).**

Чтобы не повторять хорошо известную участникам информацию, ведущий должен выяснить, что они знают о проблеме. Для этого можно задавать вопросы группе, использовать анкеты, викторины. Еще один способ, узнать о пробелах в знаниях участников, попросить их написать анонимно на листке вопросы ведущему по теме беседы. Ответы на вопросы участников могут составить основной объем информационного блока.

5. Актуализация проблемы (10% - 30% рабочего времени).

Задача этого этапа - сделать проблему актуальной для каждого участника. С помощью вопросов: «Что для Вас значит...», «Что Вы чувствуете, когда слышите слово...», «Вы или Ваши знакомые сталкивались с ...», «Что Вы чувствовали, когда...» и др.

6. Информационный блок (20% - 40% рабочего времени).

Информационный блок должен быть разбит на несколько логически завершенных частей. На этом этапе у ведущего должно быть достаточно времени для сообщения подробной информации (о причинах и последствиях заболеваний или социальных явлений, о их влиянии на личность и общество, об их профилактике, лечении и реабилитации).

Задача ведущего - так изложить информацию, чтобы она была услышана и усвоена. Поэтому не следует стесняться использовать все возможные средства для привлечения внимания слушателей. Кроме своего красноречия педагогу нужно активно использовать наглядные материалы, дискуссии, ролевые игры.

7. Приобретение практических навыков (20% - 60% рабочего времени). В ходе профилактических бесед и семинаров участники могут приобрести следующие навыки:

1. *Коммуникативные* (нарабатываются в ходе всего семинара с помощью специальных игр, упражнений);

2. Навыки ответственного принятия решений (для развития этих навыков следует использовать «мозговые штурмы»; обсуждение одной проблемы всей группой; игры, направленные на осознание проблемы; выработку алгоритма принятия решения);

3. Навыки изменения стратегии поведения (для того, чтобы человек мог поменять стратегию поведения, ему надо иметь представление о наличии других стратегий. Для этого подойдут ролевые игры).

Необходимо помнить, что: информационный блок, этапы актуализации и выработки навыков имеют достаточно пластичную структуру. У этих этапов нет четких временных рамок и обязательного порядка следования, они могут накладываться друг на друга или идти параллельно.

8. Завершение работы. Получение обратной связи (5% **рабочего времени).**

Задачи этого этапа: подведение итогов беседы, семинара; выяснение сбылись ли ожидания участников; оценка изменения уровня информированности участников.

4.3. Рекомендации по организации общения педагогов с родителями и учащимися образовательных организаций

В работе с различными возрастными группами – детьми, подростками и родителями необходимо использовать некоторые рекомендации, которые могут помочь. Зная некоторые общие характеристики групп, с которыми придется работать, педагог сможет лучше преподнести материал своим слушателям.

ДЕТИ (9-12 лет)

Основные характеристики группы:

- происходят серьезные физиологические изменения организма;
- понимание мира основано на ежедневно приобретаемом опыте;
- восприимчивость к влиянию окружающих, и особенно сверстников, детская ревность.

Стратегия общения:

- Лучше построить общение на эмоциях и интересе к познанию, а не на формальном дидактическом материале.
- Необходимо вызвать интерес к дискуссии.
- Можно попросить детей принести вырезки из газет и журналов по теме наркомании, фармакологических зависимостей.
- Лучше использовать разумное объяснение, чем запугивание.
- Лучше создать атмосферу свободного общения, чтобы дети смогли задавать любые вопросы в рамках обсуждаемой темы.

Необходимо кроме предоставления информации создавать поведенческие мотивации к сохранению своего здоровья у детей, т. к. у многих еще не сформированы стереотипы осознанного поведения.

Стоит больше использовать ролевых игр для выработки устойчивости к психологическому воздействию сверстников и других людей.

Необходимо больше пользоваться наглядными материалами. Здесь это более важно, чем при работе с другими возрастными группами.

На каждом занятии нужно уделять время повторению пройденного материала. Занятия должны быть регулярными.

ПОДРОСТКИ (13-18 лет)

Основные характеристики группы:

- экспериментаторство, независимость, упрямство;
- эмоциональность, чувствительность, индивидуализм;
- подверженность различным влияниям со стороны окружающих, в первую очередь, со стороны сверстников; особое положение в обществе;

- приверженность к своей группе и ценностям, принятым в ней;
- гормональные изменения пубертатного периода.

Стратегия общения:

Следует использовать ролевые игры и упражнения (а не наставления), которые научат противостоять давлению сверстников, помогут в выработке необходимых навыков ответственного поведения и покажут необходимость и важность здорового образа жизни и соблюдения моральных норм.

Лучше всего построить проведение занятий и обучение по теме так, чтобы оно заинтересовало, вызвало вопросы и активное обсуждение.

РОДИТЕЛИ

Основные характеристики группы:

- тревога за своего ребенка, который может попробовать или употреблять психоактивные вещества;
- неумение вести разговор с детьми об опасности употребления психоактивных веществ;
- непонимание, озлобленность, подозрительность, озабоченность;
- отрицание: они считают себя не вправе проводить беседы со своим ребенком о наркотиках или, наоборот, утверждают, что никто, кроме них, не имеет права вести подобные беседы с их детьми;
- часто не верят, что их ребенок может быть наркоманом;
- родители часто слышат лишь то, что хотят слышать, и игнорируют общеизвестные факты; например, чтобы обезопасить своих детей, они дают неверную информацию;
- заинтересованность: они хотят знать о прихоактивных веществах и наркомании, чтобы защитить себя и своих детей.

Стратегия общения:

- ✓ Необходимо выработать навыки обсуждения с детьми проблем употребления наркотиков, психоактивных веществ, и т.д.
- ✓ Дать понять, что нельзя быть «за» или «против» рискованного поведения подростков, а нужно выработать у них навыки принятия ответственных, самостоятельных решений.
- ✓ Знание родителями основных вопросов, связанных с причинами и последствиями употребления наркотиков будет хорошей опорой для молодых.
- ✓ Воспитание в детях морали, правильного отношения к отношениям со сверстниками, к семейной жизни, ответственности за свое поведение - гарантия жизни без наркотиков.

Требования к проведению занятий:

- ✓ общая продолжительность занятий не должна превышать 35 минут;
- ✓ смена видов деятельности каждые 10 минут;
- ✓ использование различных наглядных материалов;
- ✓ включение в занятия ролевых игр, направленных на осознание проблемы;
- ✓ закрепление полученной информации и отработка навыков ответственного поведения;
- ✓ максимально доступная форма подачи материала;
- ✓ соответствие количества информации и способности к восприятию слушателями;
- ✓ отказ от лекционных форм работы в пользу дискуссионных и игровых;
- ✓ использование видеоматериалов.

5. Использование результатов единой методики социально-психологического тестирования для организации профилактической работы с обучающимися образовательной организации

Социально-психологическое тестирование обучающихся, направленное на раннее выявление незаконного наркопотребления обучающихся образовательных организаций, является **диагностическим компонентом для построения адресной профилактической работы в образовательной организации.** Полученные результаты определяют ее направленность и содержание, позволяют оказывать обучающимся своевременную психолого-педагогическую помощь.

Раннее выявление рисков, в том числе использования результатов социально-психологического тестирования обучающихся как способа раннего выявления группы риска по возможному вовлечению в незаконное потребление наркотических средств и психотропных веществ, обеспечивает системную оценку дефицитов и ресурсов образовательной среды, социума подростков и формирует целевые ориентиры организации профилактической работы в данном направлении.

Согласно статье 53.4. Федерального закона «О наркотических средствах и психотропных веществах» (№ 3-ФЗ от 08.01.1998г.) раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ является одной из форм профилактики незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, которая включает в себя:

1. социально - психологическое тестирование обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также образовательных организациях высшего образования;

2. профилактические медицинские осмотры обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также образовательных организациях высшего образования.

В системе здравоохранения раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ осуществляется в форме ежегодных профилактических медицинских осмотров обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также образовательных организациях высшего образования (в соответствии с Порядком, утвержденным Приказом Минздрава России от 06.10.2014 № 581 н). Согласно п. 6 данного Приказа список образовательных организаций, участвующих в проведении профилактических медицинских смотров обучающихся, определяется на основании результатов социально-психологического тестирования.

Таким образом, мероприятия по раннему выявлению незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимися должны проводиться при тесном межведомственном взаимодействии.

С целью увеличения охвата обучающихся социально-психологическим тестированием и повышения адресности профилактической деятельности образовательных организаций, в соответствии с поручением Государственного антинаркотического комитета (далее – ГАК) (протокол от 11 декабря 2017 г. № 35), Минпросвещения России была разработана единая методика социально-психологического тестирования (далее – ЕМ СПТ, методика).

ЕМ СПТ основана на представлении о непрерывности и единовременности совместного психорегулирующего воздействия факторов риска и факторов защиты (протективных факторов).

ЕМ СПТ применяется для тестирования лиц подросткового и юношеского возраста старше 13 лет и представлена в трех формах:
Форма «А-110» 110 утверждений, для тестирования обучающихся 7-9 классов; Форма «В-140» 140 утверждений для тестирования обучающихся 10-11 классов; Форма «С-140» 140 утверждений для тестирования студентов профессиональных образовательных организаций.

Оценка вероятности вовлечения в аддиктивное поведение строится на основе соотношения факторов риска и факторов защиты, воздействующих на обследуемых, выявляет повышенную и незначительную вероятность вовлечения в зависимое поведение.

Под факторами риска в ЕМ СПТ понимаются социально-психологические условия, повышающие угрозу возникновения дезадаптивных форм поведения.

ЕМ СПТ позволяет выделить две обобщенные группы факторов риска, первая группа, это обстоятельства и условия регулирующие взаимоотношения общества и индивида, вторая - индивидуальные особенности, влияющие на поведение обучающегося.

Обстоятельства и условия регулирующие взаимоотношения общества и индивида:

• Потребность в одобрении (По) – это желание получать позитивный отклик в ответ на свое поведение.

• Подверженность влиянию группы (ПВГ) - повышенная восприимчивость воздействию группы или ее членов, приводящая к подчинению группе, готовности изменить свое поведение и установки.

• Принятие аддиктивных установок социума (ПАУ) – идеализированы и героизированы примеры поведения, убежденность в приемлемости для себя отрицательных установок достойны осуждения.

• Наркопотребление в социальном окружении (НСО) - распространенность наркопотребляющих среди знакомых и близких, создающая опасность приобщения к наркотикам и формирования референтной группы из наркопотребляющих.

Индивидуальные особенности, влияющие на поведение:

Склонность к риску (опасности) (СР) - предпочтение действий и ситуаций, сопряженных с большой вероятностью потери.

• Импульсивность (И) - устойчивая склонность действовать по первому побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или эмоций.

• Тревожность (Т) - предрасположенность воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающие, приводящая к плохому настроению, мрачным предчувствиям, беспокойству.

• Фрустрация (Ф) – состояние, обусловленное невозможностью реализации намерений и удовлетворения потребностей, возникающее при наличии реальных или мнимых непреодолимых препятствий на пути к некоей цели.

Фактор риска - потребность в одобрении

Потребность в одобрении — это желание получать позитивный отклик в ответ на свое поведение. В гипертрофированном виде переходит в неразборчивое стремление угождать и нравиться всем подряд, лгать, создавать о себе преувеличенно хорошее мнение с целью быть принятым (понравиться).

Также она может выражается в самоуверенности, категоричности, непринятии традиционных социальных норм.

Среди основных причин гипо, гипертрофии потребности в одобрении можно отметить наличие дефицита уважения, принадлежности и принятия.
Задача: формирование культуры достижений, развитие ассертивности, развитие коммуникативных навыков и свободы самопрезентации.

В обучающей деятельности

Обеспечение возможности самопроявления обучающихся при подготовке проектных работ, докладов и т. п. Получение обучающимися от педагога и одноклассников поддерживающей, мотивирующей обратной связи при ответах в рамках дисциплины и при проведении оценки учебных результатов и достижений.

В воспитательной и внеурочной деятельности

Создание педагогических ситуаций, способствующих самопроявлению учеников в классном коллективе. Например, организация мероприятий, направленных на сплочение коллектива класса: игры и тренинги на сплочение и командообразование; однодневные и многодневные походы и экскурсии, организуемые классными руководителями и родителями; празднования в классе дней рождения детей, включающие в себя подготовленные ученическими микрогруппами поздравления, сюрпризы и т. п.; иные регулярные внутриклассные мероприятия, дающие каждому школьнику возможность рефлексии собственного участия в жизни класса, самопроявления и самопрезентации.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация в классных коллективах программ формирования уверенного поведения, развитие принятия себя; программ формирования толерантности в общении; формирование навыков принятия конструктивной критики.

Фактор риска – подверженность влиянию группы

Подверженность влиянию группы - повышенная восприимчивость воздействию группы или ее членов, приводящая к подчинению группе, готовности изменить свое поведение и установки.

При повышенном уровне ПВГ необходимо обратить внимание на ближайшее окружение обучающегося. Полная занятость, включение во внеурочную деятельность и систему дополнительного образования снизит вероятность нецеленаправленного проведения свободного времени и попадания во «деструктивную» компанию.

Задача: развитие «Я-концепции», субъективного контроля, аффилиации, ассертивности, способности выразить собственное мнение.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе методов проблемного обучения. Создание педагогических ситуаций, стимулирующих обучающихся аргументированно выражать свое мнение, отстаивать свою позицию.

В воспитательной деятельности

Использование метода делегирования полномочий с постепенной передачей части функций обучающемуся для достижения конкретных общих целей. Создание педагогических ситуаций, способствующих принятию отвергаемых в группе (классе) подростков с проблемами в обучении, поведении. Реализация медиативных (восстановительных) технологий.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ обучения поведенческим стратегиям и стратегиям сопротивления групповому влиянию и манипуляциям (контраргументация, конструктивная критика, психологическая самооборона, конфронтация, уклонение). Реализация программ по принятию отвергаемых в группе (классе) подростков с проблемами в обучении, поведении.

Фактор риска – принятие аддиктивных установок социума

Принятие аддиктивных установок социума – согласие, убежденность в приемлемости для себя отрицательных примеров поведения, распространенных в маргинальной части общества. В частности, оправдание своих социально неодобряемых поступков идеализированными и героизированными примерами поведения, достойного порицания.

При пониженном уровне ПАУ обучающийся наоборот, старается вести себя всегда правильно, возможно формирование «синдрома отличника», повышенной критичности к самому себе, боязнь ошибиться и сделать что-то не так.

Задача: формирование условий для принятия социально значимых ценностей, принципов нравственности и морали как внутриличностных установок.

В обучающей деятельности Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления. Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

В воспитательной и во внеурочной деятельности Использование интерактивных технологий введения норм поведения и общения в группе, классе, образовательной организации. Ориентация на понятные и реализуемые нормы поведения в группе, понятные последствия нарушения норм, реализация этих последствий для всех членов группы. Формирование

установок на здоровый образ жизни, занятия спортом, а также включение обучающегося в значимую для него и социума деятельность.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ прямой профилактики, направленных на формирование навыков и умений отказа в ситуациях риска, распознавания манипуляций и формирование способности противодействия им. Реализация программ, ориентированных на развитие конструктивных навыков общения, развитие критичности к себе и своему поведению. Девиантность подростков является, помимо прочего, результатом влияния антисоциальных установок ближайших родственников (криминальной субкультуры). Поэтому особенно важна организация работы с окружением ребенка, защита его прав, психологическое просвещение родителей и законных представителей детей.

Фактор риска – наркопотребление в социальном окружении

Наркопотребление в социальном окружении - распространенность наркопотребляющих среди знакомых и близких, создающая опасность приобщения к наркотикам и формирования референтной группы из наркопотребляющих.

Девиантные сверстники часто упоминаются в качестве ведущего экзогенного фактора делинквентности подростков. Наличие девиантной группы облегчает совершение делинквентных действий, обеспечивает психологическую поддержку и поощрение за участие в таких действиях. При этом образуется порочный круг. Девиантные поступки подростка увеличивают его привлекательность для тех людей, которые одобряют такой стиль поведения. Одновременно эти поступки вызывают отрицательное отношение и санкции со стороны «нормальных» других, вплоть до исключения девиантного подростка из общения с ними. Это социальное отчуждение способствует активизации общения подростка с девиантной средой, уменьшает возможности социального контроля и способствует дальнейшему усилению отклоняющегося поведения и склонности к нему.

Задача: формирование среды позитивного общения и взаимодействия в ученическом коллективе просоциальной направленности как альтернативы среде неформального общения вне образовательной организации.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

Включение элементов первичной позитивной профилактики в учебные планы и программы по биологии, химии, обществознанию. Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности. Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.). Коррекция поведения ребенка через частные беседы с ним, его родителями (законными представителями), с другими учащимися класса; включение в проводимые школьным психологом тренинги общения. Использование метода делегирования полномочий с постепенной передачей части функций обучающемуся для достижения конкретных общих целей. Определение наставника с позитивным социальным опытом в значимом для ребенка окружении.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ, способствующих принятию отвергаемых в группе (классе) подростков с проблемами в обучении, поведении. Проведение программ прямой профилактики, направленных на отработку навыков и умений отказа в ситуациях риска.

Фактор риска – склонность к риску

Склонность к риску (опасности) - предпочтение действий и ситуаций, выбор вариантов альтернатив, сопряженных с большой вероятностью потери, возникновением негативных последствий для жизни и здоровья.

На формирование рискованного поведения подростков влияют различные социокультурные и личностные факторы, среди которых можно выделить следующие группы.

Личностно-психологические факторы. К факторам этой группы относят частое ощущение безысходности в трудных жизненных ситуациях, незнание способов конструктивного разрешения внутренних конфликтов, отсутствие навыков обращения за помощью, повышенный уровень агрессивности, стремление самоутвердиться.

Семейные факторы, низкий уровень информированности родителей о жизни собственных детей, их отстраненность, семейное неблагополучие, неумение родителей создать в семье благоприятный психологический климат.

Социокультурные факторы проникновение идеологи, образа жизни и мышления, неформальных правил криминальной культуры, традиции зависимого поведения в обществе в целом.

Задача: формирование отношения к собственной жизни и жизни окружающих как высшей социальной ценности, саморегуляции поведения.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления. Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке. Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Реализация программ, направленных на формирование просоциальных ценностей, самоопределения. Формирование условий самопроявления как предоставление социально приемлемых альтернатив рискованному поведению в системе дополнительного образования, спортивных секциях. *Психолого-педагогическое сопровождение*

Создание условий для развития навыков конструктивного разрешения внутренних конфликтов, навыков обращения за помощью (дополнительную возможность получения помощи могут обеспечить службы медиации в образовательной организации, телефоны доверия). Реализация программ, направленных на содействие осознанию особенностей своей личности, последствий поведения, связанного с разными рисками, включая риск социально негативного поведения. Реализация психолого-педагогических программ, направленных на развитие критичности мышления, саморегуляции поведения, формирование интернального локуса контроля.

Фактор риска – импульсивность

Импульсивность - устойчивая склонность действовать по первому побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или эмоций.

Импульсивность как черта личности может в некоторых случаях соседствовать с искаженными когнитивными процессами, трудностями восприятия адаптивных решений и повышенным уровнем аффективного возбуждения. Дезадаптивные эмоциональные и поведенческие реакции на стрессовые события способствуют вовлечению подростка в дезадаптивное поведение. Особенно это обостряется в условиях раннего травматического опыта в семье и среди сверстников.

Задача: создание условий для формирования и развития навыков саморегуляции и рефлексии.

В обучающей деятельности

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке. Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления). Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению Реализация программ, способствующих развитию навыков саморегуляции, рефлексии, произвольного контроля, методов планирования и анализа. Проведение тренинговых занятий по развитию коммуникативной компетентности обучающихся. Проведение занятий в комнате психологической разгрузки с использованием релаксационных методик. Реализация программ, направленных на развитие самосознания, самоопределение, получение дополнительных знаний об индивидуально типологических особенностях.

Фактор риска – тревожность

Тревожность - предрасположенность воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающих, приводящая к плохому настроению, мрачным предчувствиям, беспокойству. Чаще всего индикаторами стресса у подростков служат тревожность и депрессивность. В наши дни тревожные состояния – наиболее распространенный вид эмоциональных расстройств у детей и подростков. Эмоциональное неблагополучие подростков не связано напрямую с материальным благополучием семьи и далеко не всегда связано с тем, чем мы привыкли характеризовать этот возраст, – учеба, общение со сверстниками. Поэтому крайне важно уделять внимание психологическому климату в семье, стилю межличностного взаимодействия, поддерживать и развивать у ребенка чувство уверенности в собственных силах, защищенности.

Задача: формирование условий для развития у обучающихся чувства уверенности в собственных силах, защищенности, формирование стабильных взаимоотношений с окружающими.

В обучающей деятельности

Создание условий для формирования культуры достижений через моделирование ситуаций успешности. Обеспечение возможности самопроявления обучающихся при подготовке проектных работ, докладов и т.п.

Получение обучающимися от педагога и одноклассников поддерживающей, мотивирующей обратной связи при ответах в рамках дисциплины и при проведении оценки учебных результатов и достижений.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности. Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т.п.). Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению Реализация программ, направленных на развитие уверенности в своих силах; формирование проблемно-разрешающего поведения. Проведение групповых и индивидуальных занятий, направленных на повышение самооценки, развитие коммуникативных умений и навыков, повышение жизнестойкости, развитие навыков саморегуляции. Проведение занятий в комнате психологической разгрузки с использованием релаксационных методик. Целесообразно проведение углубленной диагностики тревожности с использованием иных опросников (например, Шкала тревожности Спилбергера (STAI) в адаптации Ю.Л. Ханина; Методика многомерной оценки детской тревожности (МОДТ); Шкала явной тревожности для детей (CMAS) в адаптации А.М. Прихожан).

Фактор риска – фрустрация

Фрустрация (от лат. «frustration» – обман, расстройство, разрушение планов) – психическое состояние переживания неудачи, обусловленное невозможностью реализации намерений и удовлетворения потребностей, возникающее при наличии реальных или мнимых непреодолимых препятствий на пути к некоей цели. Состояние фрустрации возникает в ожидании успеха в деятельности и признания со стороны сверстников и значимых лиц. Невозможность удовлетворить ожидания вызывает разочарование, тревожность, огорчение, и если достигнуть этого не удается, то для нивелирования дезадаптивного поведения необходимо проводить целевые мероприятия.

Задача: повышение у обучающихся стрессоустойчивости, мотивации достижения успеха, формирование умения выбирать адекватные и конструктивные формы преодоления фрустрирующей ситуации.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока. Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и

рефлексивной деятельности на уроке. Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности. Создание условий для формирования культуры достижений через моделирование ситуаций успешности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности, которая будет способствовать налаживанию позитивных межличностных отношений в классе. Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической культурой и спортом. В деятельности по психолого-педагогическому сопровождению Развитие навыков конструктивного разрешения внутренних конфликтов, навыков обращения за помощью.

Реализация программ, направленных на развитие навыков целеполагания, прогнозирования; обучение рефлексии; коррекция иррациональных убеждений и формирование рациональных установок, развитие психоэмоциональной саморегуляции, в том числе по преодолению деструктивных эмоциональных состояний (тревога, страх, гнев/агрессия, депрессия и др.). Реализация программ, способствующих развитию стрессоустойчивости, формирование умения выбирать конструктивные формы преодоления фрустрирующей ситуации.

Под факторами защиты в ЕМ СПТ понимаются факторы, определяющие степень социально-психологической устойчивости к риску:

• Принятие родителями (ПР) – сформированное чувство принадлежности, важности, нужности и любви у ребенка.

• Принятие одноклассниками (ПО) ощущение у учащегося чувство принадлежности к группе и причастности.

• Социальная активность (СА) – выражающаяся в стремлении влиять на свою жизнь и окружающие условия.

• Самоконтроль поведения (СП) – сознательная активность по управлению своими поступками, в соответствии с убеждениями и принципами.

• Самоэффективность (С) – уверенность в своих силах достигать поставленные цели, даже если это потребует больших физических и эмоциональных затрат.

Фактор защиты – принятие родителями

Согласно ЕМ СПТ принятие родителями – это оценочное поведение родителей, формирующее ощущение нужности и любимости у ребенка.

Принятие родителями крайне важно для формирования психически устойчивой, зрелой личности. Семейное неблагополучие, невнимание значимых взрослых к интересам подростков, неспособность удовлетворить духовные запросы и ожидания способствуют фрустрации потребности в принятии и служат источником отчуждения ребенка от семьи и школы. Нарушения в системе детско-родительских отношений являются ведущим механизмом формирования зависимого поведения, в результате чего естественные отношения «нормальной зависимости» со значимыми людьми трансформируются в суррогатное взаимодействие с химическими веществами. Стремление к удовлетворительным близким отношениям, оторванное от естественного первоначального объекта, с течением времени превращается в неконтролируемое и деструктивное влечение. Не удовлетворив потребность в принятии в семье и в школьном коллективе, подростки находят альтернативу этим социальным группам в уличной компании, где они видят почву для самоутверждения, где их понимают и поддерживают их друзья.

Задача: формирование у обучающихся чувства уверенности, повышение самооценки, удовлетворение близкими отношениями.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока. Включение родителей в подготовку совместных проектов в рамках реализации учебной деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Программы родительского всеобуча – формирование психологопедагогической компетентности родителей в вопросах воспитания детей и подростков.

Привлечение родителей к участию во внеурочных мероприятиях просоциальной направленности.

Включение ребенка в социально значимую деятельность, способствующую позитивному самопроявлению, возникновению принятия в группе.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению Реализация программ, направленных на повышение психологопедагогической компетентности родителей (законных представителей) по вопросам воспитания, развития, коррекции детско-родительских отношений, совместного проведения досуга, формирования семейных традиций и

ценностей. Проведение семейных консультаций, содействующих личностному росту детей (на разных уровнях развития ребенка). Реализация программ, направленных на формирование чувства уверенности, повышение самооценки, развитие ресурсных возможностей и способностей ребенка.

Фактор защиты – принятие одноклассниками

Согласно ЕМ СТП, принятие одноклассниками - оценочное поведение сверстников, формирующее у учащегося чувство принадлежности к группе и причастности. Задача: формирование у обучающихся чувства принадлежности к группе и причастности.

В обучающей деятельности

Использование проектных методов обучения, в том числе их реализация в групповом взаимодействии. Использование методов активного обучения: деловые игры, ролевые игры, дидактические игры.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Создание педагогических ситуаций, способствующих принятию отвергаемых в группе (классе) подростков с проблемами в обучении, поведении; способствующих включению обучающихся в совместную деятельность, демонстрирующую ресурсные возможности каждого. Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности, которая будет способствовать налаживанию позитивных межличностных отношений в классе. Реализация медиативных (восстановительных) технологий. Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению Проведение социометрического обследования, изучение психологического климата в классе и учреждении в целом. Реализация программ, направленных на сплочение ученического коллектива, формирование толерантности. Реализация программ, направленных на развитие коммуникативных навыков, формирование уверенности в себе, повышение самооценки.

Фактор защиты – социальная активность

Социальная активность – активная жизненная позиция, выражающаяся в стремлении влиять на свою жизнь и окружающие условия. Процесс обучения предполагает созидание, творчество, в котором обучающийся может переоткрывать существующее культурное содержание, обретая его и опыт творческой активности. Сама среда изменяется в результате практической деятельности обучающегося, когда он выступает в качестве субъекта своего собственного поведения. Осознание процессов, в которых участвует человек, позволяет ему выступать в качестве субъекта.

Задача: формирование у обучающихся субъектной позиции и включение их в социально значимую деятельность.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые способствуют самопроявлению обучающихся, раскрытию внутренних ресурсов личности. Включение в образовательные программы по обществознанию, истории занятий, способствующих формированию гражданской позиции и идентичности среди обучающихся. Включение в образовательные программы изучения позитивных примеров проявления социальной активности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение обучающихся в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности. Формирование педагогических ситуаций, способствующих развитию самостоятельности и инициативы. Включение в социально значимую деятельность, обеспечивающую чувство востребованности, социального признания: волонтерская деятельность, проектная деятельность, трудовая деятельность.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Формирование мотива достижения успеха, повышение уверенности; обучение навыкам планирования и контроля собственной деятельности. Реализация программ, направленных на развитие уверенности в своих силах; формирование проблемно-разрешающего поведения.

Фактор защиты – самоконтроль поведения

Самоконтроль поведения – сознательная активность по управлению своими поступками в соответствии с убеждениями и принципами.

Самоконтроль является ключевым фактором успешности и психологического благополучия личности. Напротив, низкий самоконтроль является существенным фактором риска в отношении широкого спектра личностных и межличностных проблем. Самоконтроль крайне важен для осуществления деятельности по самосовершенствованию и созданию новых культурных смыслов. Самодетерминация означает свободу личности по отношению к внешним и внутренним воздействиям. Психологические приемы личностного самоконтроля могут способствовать правильному выбору линии поведения.

Задача: формирование у обучающихся навыков использования приемов личностного самоконтроля.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления. Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке. Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение обучающихся в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности. Включение обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Проведение программ прямой профилактики, направленных на формирование навыков и умений отказа в ситуациях риска, распознавания ситуаций манипуляции и формирование способности противодействия им. Реализация программ, направленных на развитие навыков целеполагания, прогнозирования; обучение рефлексии; коррекция иррациональных убеждений и формирование рациональных установок, развитие психоэмоциональной саморегуляции, в том числе по преодолению деструктивных эмоциональных состояний (тревога, страх, гнев/агрессия, депрессия и др.). Проведение занятий в комнате психологической разгрузки с использованием релаксационных методик.

Фактор защиты – самоэффективность

Самоэффективность (self-efficacy) – уверенность в своей способности достичь поставленных целей, даже если это потребует больших физических и эмоциональных затрат.

В отличие от самооценки самоэффективность – это представление не о собственной ценности, а о способности совершать действия. Возникновение этих представлений совпадает с моментом, когда ребенок начинает осознавать связь между своими действиями и их результатом во внешнем мире. Представление о собственной эффективности связано с опытом поведенческих достижений. Восприятие собственной эффективности не только обладает прогностической ценностью, но и позволяет предсказать поведение с большей точностью, чем это делают ожидания в отношении результатов. Недостаточный уровень чувства собственной эффективности для достижения требуемого поведения может способствовать снижению активности субъекта. Субъект, уверенный в своих способностях, также может снизить активность, поскольку ожидает, что его поведение не будет иметь

воздействия на окружающих людей или он будет наказан. Чтобы избавиться от чувства беспомощности, основанного на самоэффективности, требуется развитие компетенций и ожиданий персональной эффективности. Самоэффективность также тесно связана с установками личности на безопасное поведение в ситуациях, связанных с риском.

Задача: формирование у обучающихся психологической устойчивости и уверенности в своих силах в трудных жизненных ситуациях.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления. Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке. Акцент внимания условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности. Создание условий для формирования культуры достижений через моделирование ситуаций успешности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Включение обучающихся в работу всероссийских профориентационных проектов, созданных в сети Интернет: просмотр лекций, решение учебно-тренировочных задач, участие в мастер классах. Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ, направленных на развитие личностных ресурсов, повышение самооценки, уверенности в своих силах, формирование мотивации к достижению успеха. Реализация программ обучения планированию, целеполаганию, умению достигать поставленные цели (тайм-менеджмент). Реализация программ, способствующих формированию личных стратегий достижения целей с опорой на приемы «Сравнение с самим собой». Стоит отметить, что приведенные направления деятельности не являются исчерпывающим списком, а определяют вектор приложения усилий в процессе формирования системного профилактирующего пространства в образовательной среде.

Методика социально-психологического тестирования

Методика социально-психологического тестирования предназначена для выявления латентной и явной рискогенности социально-психологических условий, формирующих психологическую готовность к аддиктивному (зависимому) поведению у лиц подросткового и юношеского возраста, и не

может быть использована для формулировки заключения о наркотической или иной зависимости респондента.

Результаты тестирования позволяют классифицировать респондентов по 4 группам на основе соотношения и выраженности показателей «Факторов риска» и «Факторов защиты»:

1. Благоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты.

2. Актуализация (выраженность) факторов риска при достаточной выраженности факторов защиты.

3. Редукция (снижение) факторов защиты при допустимой выраженности факторов риска.

4. Неблагоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты.

Основной особенностью ЕМ СПТ является то, что она направлена на определение вероятности вовлечения обучающихся в дезадаптивные формы поведения на основе соотношения факторов риска и факторов защиты, соответственно, если с данной группой своевременно начать работу и устранить (минимизировать) факторы риска, способствующие возникновению дезадаптивных форм поведения, повысить факторы защиты, то повышается возможность благоприятного прогноза.

Таким образом, ЕМ СПТ позволяет оценить не самого обучающегося, а его субъективное восприятие социально-психологических условий, в которых он находится. Исходя из этого, очевидна необходимость комплекса превентивных мер направленных на предотвращение негативных исходов и усиления позитивных результатов развития.

Для повышения устойчивости обучающегося достаточно знать основные характеристики и выраженности показателей, чтобы сформировать персональную и групповую профилактическую работы с учетом развития недостающих компетенций.

Следует отметить, что особого внимания требуют респонденты, отнесенные в группу с недостоверными ответами (резистентность выборки). При высоком количестве недостоверных ответов следует усилить мотивационную работу с обучающимися, с опорой на самоисследование и саморазвитие, выявление личностных адаптационных возможностей, уровня самоэффективности.

Социально-психологическое тестирование является диагностическим компонентом воспитательной деятельности образовательной организации. Полученные результаты определяют направленность и содержание профилактической работы с обучающимися, позволяют оказывать обучающимся своевременную адресную психолого-педагогическую помощь. На основании результатов методики для обучающихся с показателями

повышенной вероятности вовлечения в зависимое поведение рекомендуется разрабатывать индивидуальные или групповые профилактические программы.

Проведение социально-психологического тестирования обучающихся, выполняет следующие задачи, сопряженные с задачей формирования единого профилактического пространства образовательной организации:

➢ позволяет выявлять психологические «факторы риска» возможного вовлечения в зависимое поведение обучающихся;

➢ повышает адресность профилактической деятельности посредством корректировки профилактических программ и планов воспитательной работы образовательных организаций. Основным содержанием деятельности в области первичной профилактики выступает уменьшение факторов риска и повышение факторов защиты. Детальное изучение факторов и процессов, которые защищают подростков от факторов риска, определяет основные направления профилактического воздействия.

Социально-психологического тестирование обучающихся по единой методике несет в себе ряд преимуществ для всех участников профилактической деятельности, позволяет определить адресно направление профилактической работы:

➢ для обучающихся тестирование выступает в качестве мотивирующего компонента, направленного на самоисследование и саморазвитие, позволяет актуализировать внутренние позиции личности, объективировать ценностные и нормативно-поведенческие установки;

➢ в отношении родителей (законных представителей) – индикатор, акцентирующий внимание на их детях, способ объективизации происходящего с подростками (при условии искренности детей);

➢ для специалистов в сфере профилактики, педагогов и психологов, администрации образовательной организации выступает в качестве диагностического инструментария, способствующего повышению адресности профилактической деятельности, является объективным основанием для корректировки и построения системной профилактической работы, уточнения ее содержания.

По результатам тестирования методика позволяет сделать выводы не только о повышенной вероятности вовлечения (определить неблагоприятное сочетание факторов риска и факторов защиты), но и определить целый комплекс объективных содержательных направлений для последующей адресной профилактической деятельности.

При определении методов профилактической деятельности, предпочтение следует отвести сочетанию индивидуальных и групповых методов работы, а также методам прямого и косвенного (опосредованного) воздействия, освоения и раскрытия ресурсов психики и личности, поддержки молодого человека и помощи ему в самореализации собственного жизненного предназначения.

Общий алгоритм организации профилактической работы по результатам СПТ

Общий алгоритм организации профилактической работы по результатам СПТ включает в себя следующие шаги:

1. Проанализировать результаты тестирования и выделить обучающихся групп повышенного внимания.

2. Выделить общие направления деятельности образовательной организации по группам повышенного внимания, на их основе спроектировать план профилактической работы.

3. Выделить обучающихся, с которыми необходимо провести индивидуальную коррекционно-развивающую работу, составить индивидуальную программу для обучающихся, попадающих в зону явной рискогенности условий.

Алгоритм составления индивидуальных программ сопровождения

Чтобы разработать эффективную программу индивидуального сопровождения несовершеннолетнего, необходимо следующее:

1. Провести углубленную психолого-педагогическую диагностику (можно использовать диагностические методики, указанные в Приложении 4).

2. Определить цели и задачи индивидуальной работы. Цель должна быть сформулирована максимально конкретно, с учетом особенностей несовершеннолетнего, выявленных в ходе СПТ и дополнительной диагностики. Задачи, в свою очередь, раскрывают поставленную цель и являются этапами или направлениями реализации цели. Формулировка задач также должна быть конкретной и точной. В этом случае становится возможным выбор наиболее подходящих мероприятий и ресурсов.

3. Определить условия и сроки реализации программы. Сроки реализации устанавливаются в зависимости от сложности ситуации и объема необходимой работы.

4. Определить содержание и формы работы.

5. Спланировать результаты работы. Оформление этой части программы дает возможность еще раз уточнить и скорректировать цели, задачи работы. Для того, чтобы данный раздел стал информативным, следует максимально конкретно и точно описать планируемые результаты.

Варианты формулировки планируемых результатов реализации программы:

- освоены навыки конструктивного решения конфликтов;
- сформированы навыки саморегуляции;
- уменьшено количество проявлений импульсивного поведения и т.п.

Таким образом, программа индивидуальной профилактической работы может включать следующие компоненты:

1. паспорт программы, включающий краткое обоснование разработки программы, результаты диагностики, определение условий и длительности реализации программы, постановку цели и задач программы;

2. содержание деятельности - компонент, включающий основные виды деятельности специалиста, мероприятия с указанием сроков реализации;

3. планируемые результаты - компонент программы, в котором формулируются результаты реализации программы в виде 3 -4 позиций, которые возможно проверить средствами психолого-педагогической диагностики (наблюдение, тестирование, анкетирование, метод экспертных оценок и т.п.).

Проведение углубленной диагностики

В некоторых случаях результаты социально-психологического тестирования требуют уточнения. Например, высокий уровень показателя по фактору «Тревожность» или низкий уровень по фактору «Принятие одноклассниками» может быть обусловлен ситуативно (волнение перед тестированием, ссора с одноклассниками).

Во избежание ошибок в интерпретации результатов можно провести дополнительную диагностику, направленную на исследование конкретных показателей. Дополнительной задачей диагностики является формирование положительной мотивации у подростков на взаимодействие с педагогом-психологом, особенно в случаях, если у несовершеннолетних имеются негативные установки по отношению к педагогам-психологам. Следует рассказать о том, что результаты конфиденциальны и будут храниться только у педагога-психолога.

Содержание программы сопровождения

Основным направлением программы сопровождения является индивидуальная работа педагогов, педагогов-психологов с подростком. В то же время, с целью оптимизации социальной ситуации развития учащегося к работе по программе привлекаются его одноклассники как значимая для него группа, родители, учителя-предметники. Родители подростков включаются в индивидуальную работу с целью коррекции детско-родительских отношений, развития педагогических навыков и навыков эффективного общения с

подростком, информирования о психологических особенностях ребенка, правах и обязанностях по его воспитанию и т.п. С педагогами проводится работа по развитию навыков эффективного взаимодействия с подростком, выработка общих подходов к воспитанию обучающегося, разрешению конфликтных ситуаций между учащимся и педагогом.

Содержание работы с несовершеннолетним	Содержание работы с несовершеннолетним	Содержание работы с несовершеннолетним
Индивидуальные психологические консультации: - по результатам СПТ; - по решению проблемных и конфликтных ситуаций, - по определению стратегии самопознания или саморазвития.	*Индивидуальные психологические консультации:* - по результатам СПТ с целью информирования об индивидуальных особенностях ребенка; - по решению проблемных и конфликтных ситуаций с ребенком; - по повышению психолого-педагогической компетентности родителей.	*Индивидуальные психологические консультации:* - по результатам СПТ с целью учета индивидуальных особенностей несовершеннолетнего при организации образовательной и воспитательной работы; - по решению проблемных и конфликтных ситуаций с несовершеннолетним, его родителями; - по выбору дополнительных средств коррекционного воздействия;
Индивидуальные коррекционные занятия с несовершеннолетним: - по развитию самостоятельности и инициативы; - по повышению локус контроля; - по развитию навыков саморегуляции, обучению методам релаксации; - по развитию ценностных ориентаций; - повышению уверенности, коррекции самооценки.	*Информирование о проводимой работе:* - с целью согласования воспитательных воздействий; - с целью обсуждения результатов работы и определения дальнейших направлений работы.	*Информирование о проводимой работе:* -с целью использования информации в образовательном процессе.

Включение в групповую работу с классным коллективом - по развитию коммуникативных навыков, навыков конструктивного общения; -по сплочению коллектива.		*Включение в социально-значимую деятельность, в том числе и посредством межведомственного взаимодействия:* - вовлечение в волонтерское движение; - профориентация через участие в профильных мероприятиях; - вовлечение в дополнительное образование.

Результаты социально-психологического тестирования

Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 20 февраля 2020 г. № 59 «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях» и в соответствии с приказом Министерства образования и науки Республики Ингушетия в образовательных организациях региона ежегодно проводится социально-психологическое тестирование (СПТ).

С 2021 года общеобразовательным организациям и профессиональным образовательным организациям был обеспечен доступ к специализированному интернет - ресурсу для организации и проведения социально-психологического тестирования в электронной форме, а также на бумажном носителе. Обеспечена конфиденциальность и невозможность несанкционированного доступа при хранении и использовании документов и персональных данных участников тестирования.

Тестирование обучающихся проводится с целью выявления социально-психологических условий, формирующих психологическую готовность к аддиктивному (зависимому) поведению у лиц подросткового и юношеского возраста.

В 2022-2023 учебном году социально-психологическое тестирование проводилось в 130 образовательных организациях.

Всего в тестировании приняли участие 25617 участников образовательных организаций.

По результатам социально-психологического тестирования был проведен сравнительный анализ полученных результатов по

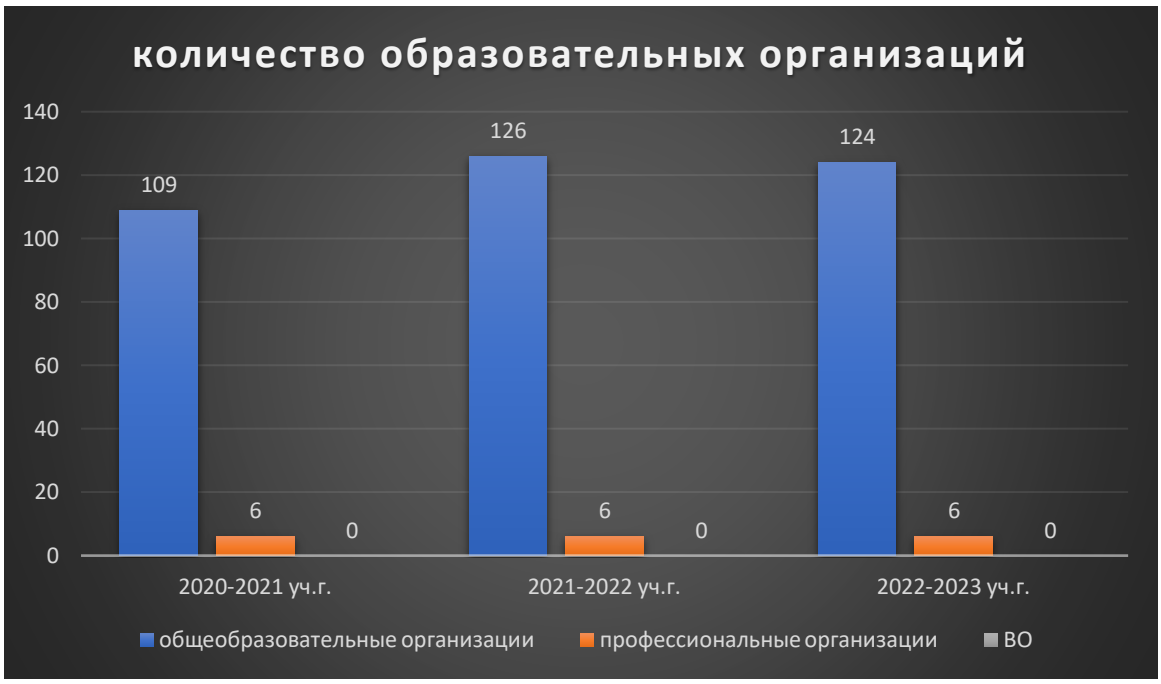
общеобразовательным организациям и профессиональным образовательным организациям за последние три года (Табл. 1, рис. 1).

Таблица 1

Количество образовательных организаций, принявших участие в тестировании

№	**Количество образовательных организаций, принявших участие в тестировании**	**В том числе принявших участие в тестировании в 2020- 2021 уч. г.**	**В том числе принявших участие в тестировании в 2021- 2022 уч. г.**	**В том числе принявших участие в тестировании в 2022- 2023 уч. г.**
1	Количество образовательных организаций, всего	115	132	130
	в том числе:			
1.1	общеобразовательных организаций	109	126	124
1.2	профессиональных образовательных организаций	6	6	6

Рис. 1. Количество образовательных организаций, принявших участие в тестировании по годам и уровням образования



В 2022-2023 учебном году плановое количество обучающихся, подлежащих тестированию, согласно письму Министерства образования и науки Ингушской Республики, составило 26525 человек.

Фактически тестирование прошли 25617 человек, что составило 96,5% от 26525 человек, подлежащих тестированию:

- ✓ 21434 учащихся общеобразовательных организаций (далее – ОО;
- ✓ 4183 учащихся профессиональных образовательных организаций (далее – ПОО).

Количественные показатели участников социально-психологического тестирования представлены ниже (Табл. 2, рис. 2).

Таблица 2

Количество обучающихся, принявших участие в тестировании

№	**Количество обучающихся по годам (чел.)**	**Количество в 2020- 2021 уч. г.**	**Количество в 2021- 2022 уч. г.**	**Количество в 2022- 2023 уч. г.**
1	Количество обучающихся – участников тестирования, всего	20985	24028	25617
	в том числе:			
1.1	участников тестирования в общеобразовательных организациях	15987	19780	21434
1.2	участников тестирования в	4998	4248	4183

	профессиональных образовательных организациях			
1.3	участников тестирования в образовательных организациях высшего образования	-	-	-

Таким образом, в тестировании по разным причинам не приняли участие – 908 человек из них:

- ✓ 600 учащихся общеобразовательных организаций, что составляет 2,3% от общего количества учащихся, подлежащих тестированию;
- ✓ 308 учащийся профессиональных образовательных организаций, что составляет 7,3% от общего количества учащихся, подлежащих тестированию.

Рис. 2. Количество обучающихся – участников тестирования (по годам и уровням образования)

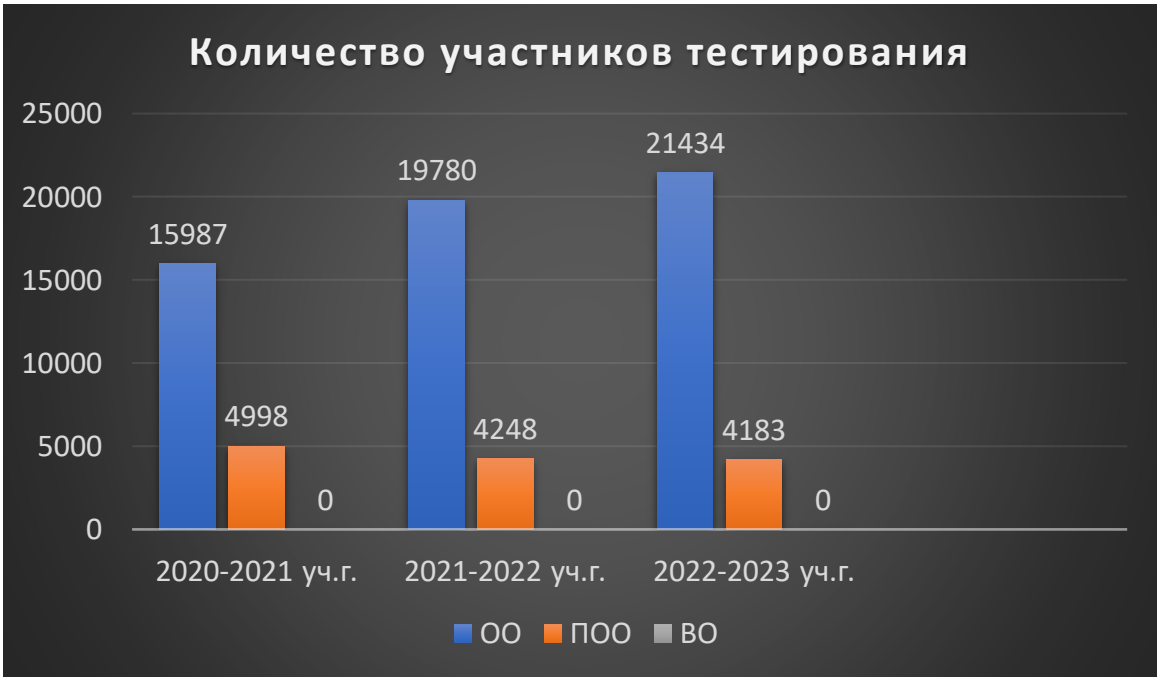


Таблица 3

Количество обучающихся, оформивших в установленном порядке отказ от участия в тестировании

№	**Количество обучающихся по годам (чел.)**	**Количество в 2020- 2021 уч. г.**	**Количество в 2021- 2022 уч. г.**	**Количество в 2022- 2023 уч. г.**
1	Количество обучающихся, оформивших отказ от участия в тестировании, всего	1823	1081	908

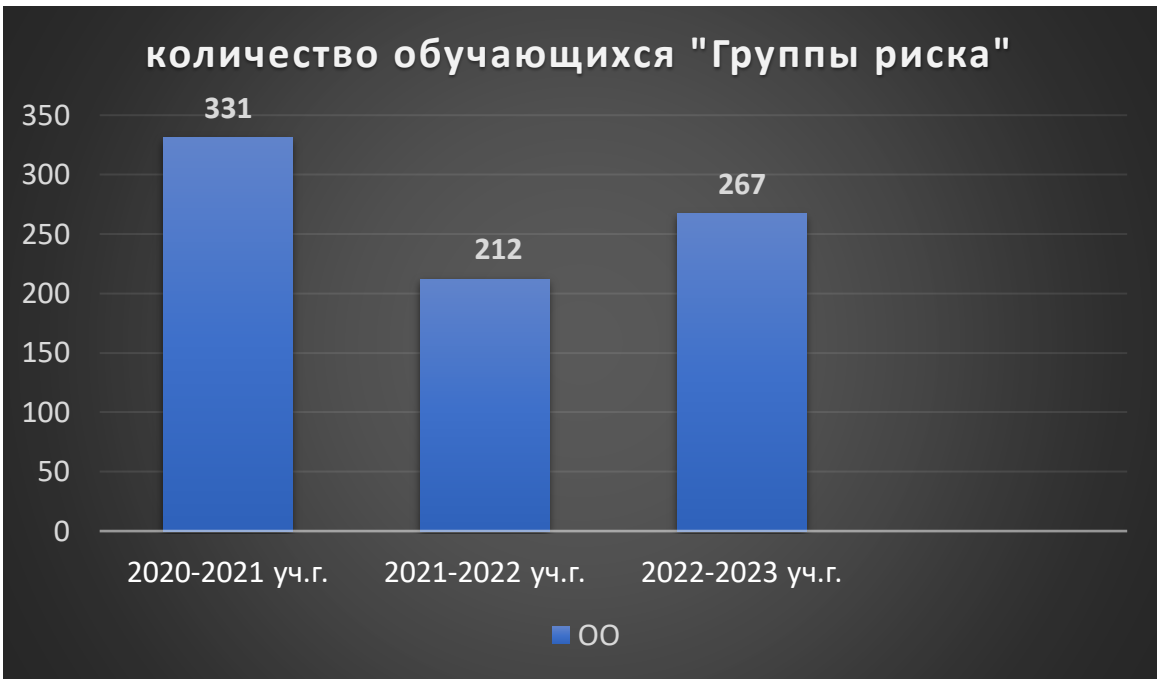
Проведенная статистическая обработка данных позволила выделить учащихся, ответы которых обнаружили совокупность показателей факторов семейного и социально-психологического риска.

Таблица 4

Количество обучающихся, составивших по результатам тестирования «группу риска»

№	**Количество обучающихся по годам (чел.)**	**Количество в 2020- 2021 уч. г.**	**Количество в 2021- 2022 уч. г.**	**Количество в 2022- 2023 уч. г.**
1	Количество обучающихся, составивших по результатам тестирования «группу риска», всего (чел.)	331	212	267

Рис. 3. Количество обучающихся, составивших по результатам тестирования «группу риска» (по годам и уровням образования)



Проведя анализ ответов учащихся школ, можно отметить, что семейный фактор и фактор взаимоотношения со сверстниками является для них защитным фактором. Значит, в семьях школьников, прошедших тестирование, низкий уровень конфликтности в семье, присутствует негативное отношение членов семьи к употреблению наркотиков и других психоактивных веществ, высокий уровень доверия между родителями и детьми, создан положительный эмоциональный фон, школьники отмечают компетентность родителей в контексте их воспитания. У большинства установлены доброжелательные отношения со сверстниками, сформированы позитивные социальные ценности.

Если семейные, социальные и психологические факторы риска рассматривать по отдельности в выборке обучающихся ПОО и ОО, то обращает на себя внимание тот факт, что риск по индивидуальным или личностным факторам выше, чем риск по социальным факторам. Это можно рассматривать как боязнь неуспешности в реализации своих стремлений, отсутствие осознанной жизненной перспективы, лояльное отношение к употреблению наркотиков и к насилию, несформированные способы проявления протестных реакций, низкий уровень эмоциональной зрелости, несформированная система ценностей и привязанностей, наличие кризисных ситуаций, низкий уровень притязаний и низкая самооценка, отсутствие непреложных авторитетов.

Подводя итоги анализа полученных данных, рекомендуется:

- образовательным организациям, в учебных группах которых выявлен высокий процент риска по совокупности факторов, необходимо

реализовывать программы профилактики употребления психоактивных веществ обучающихся, используя различные подходы к организации профилактической деятельности.

- при проведении профилактических мероприятий поддерживать позитивную самооценку, процессы самоопределения и самореализации, формировать коммуникативные навыки и навыки выхода из стресса, обучать гибкости и терпимости в конфликтных ситуациях, техникам отказа, особенно в тех случаях, когда отказаться от предложения попробовать наркотические средства нужно в «своей компании», при этом максимально сохранить свое положение и статусно-ролевую позицию в группе сверстников.
- повышать квалификацию специалистов, организующих профилактические программы и мероприятия.

6. Проведение разъяснительных мероприятий при организации социально-психологического тестирования

От качества проведения подготовительной разъяснительной работы с обучающимися и родителями (законными представителями), а иногда и педагогами, зависит то, с каким отношением субъекты образования подойдут к процедуре тестирования, соответственно – и количество участников тестирования.

Работа с родителями (проведение тематических родительских собраний, мотивационных бесед с родителями) является одним из важнейших направлений подготовки к тестированию. Реагирование подростка на процедуру тестирования во многом обусловлено отношением его родителей к данной процедуре. Несмотря на актуальность проблемы наркомании в подростковой и молодежной среде многие родители до сих пор остаются некомпетентными, как в вопросах наркозависимости, так и в вопросах профилактики.

Для того, чтобы эффективно выстроить информационно-разъяснительную компанию по подготовке к ЕМ СПТ необходимо всех субъектов образовательного процесса условно разделить на 3 группы.

Первая группа – руководители и коллективы образовательных организаций. От позиции директоров в части трансляции и интерпретации целей и задач проведения ЕМ СПТ в образовательных организациях, их личной заинтересованности, будет зависеть успешность проведения данной работы. Зачастую, для педагогов деятельность в рамках СПТ предполагает дополнительные усилия, что нередко вызывает негативную оценку происходящего.

Вторая группа – родители (законные представители). От их позиции зависит мотивация обучающихся к участию в ЕМ СПТ. Важная составляющая при организации работы с родителями – минимизация опасений родителей за использование результатов ЕМ СПТ против их детей

Третья группа – обучающиеся, с которой необходимо провести углубленную подготовительную работу.

Со всеми перечисленными категориями субъектов образовательных отношений надо достигать двух целей: серьезного отношения к тесту и понимания его необходимости.

При проведении информационно-разъяснительной работы с обучающимися и их родителями (иными законными представителями) необходимо разъяснять основные принципы проведения социально-психологического тестирования:

- принцип добровольности (учащиеся от 15 лет самостоятельно, от 13 до 15 лет их родители (законные представители) дают информированное добровольное согласие на прохождение тестирования);

принцип конфиденциальности (результаты социально-психологического тестирования сообщаются только лично обучающемуся, прошедшему тестирование, или родителям (иным законным представителям), при условии его несовершеннолетия);

- принцип ненаказуемости (результаты социально-психологического тестирования не являются основанием для применения мер дисциплинарного наказания).

При проведении информационно-разъяснительной работы с родителями (иными законными представителями) обучающихся необходимо акцентировать их внимание на том, что социально-психологическое тестирование не выявляет факта употребления ПАВ.

Социально-психологическое тестирование – это психодиагностическое обследование, позволяющее выявлять исключительно психологические и социальные «факторы риска» возможного вовлечения в зависимое поведение, связанные с дефицитом ресурсов психологической «устойчивости» личности. Индивидуальное консультирование по результатам методики следует проводить по запросу обучающихся и/или родителей. На индивидуальном уровне работы с родителями следует рассмотреть возможность обращения к ним, в инициативном порядке предоставить родителям сведения о спектре воспитательных возможностей образовательной организации, для активного включения семьи в профилактическую деятельность, как субъекта профилактики. Предоставить график индивидуальных консультаций. При

этом сведения о результатах тестирования рекомендуется использовать в качестве опорных пунктов стандартизированных интервью.

Проведению информационно-разъяснительной работы с обучающимися и их родителями (иными законными представителями) должна предшествовать разъяснительная работа с педагогическим коллективом образовательной организации: с учителями-предметниками, классными руководителями, социальными педагогами и педагогами-психологами.

Необходимо подчеркнуть, что мотивация строится на личном отношении педагогов к тому процессу, в который они предлагает включиться обучающимся и их родителям.

Если педагогический коллектив не верит в эффективность проводимых профилактических мероприятий или настроен по отношению к ним негативно, усилия, направленные на расширение охвата обучающихся социально-психологическим тестированием, не будут иметь никакого успеха.

Методические рекомендации по проведению родительского собрания по вопросам СПТ обучающихся в образовательных организациях

Участники: родители/законные представители обучающихся в возрасте от 13 лет, администрация и педагогический коллектив образовательной организации, специалисты в сфере профилактики.

Цель родительского собрания: формирование у родительской общественности позитивного отношения к СПТ обучающихся в образовательных организациях, получение добровольных информированных согласий от максимального количества родителей.

Задачи:

- ✓ информирование родителей по вопросам СПТ обучающихся в образовательных организациях;
- ✓ формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, профилактики отклоняющегося поведения, в том числе связанного с употреблением психоактивных веществ, повышение грамотности родителей по профилактической антинаркотической тематике;
- ✓ повышение информированности родителей в области профилактики аддиктивного поведения, а также содействие освоению способов обсуждения с детьми вопросов, связанных с профилактикой рискового поведения;
- ✓ усиление мотивационного воздействия, направленного на минимизацию отказов от тестирования, в том числе социальной значимости прохождения медицинских осмотров;
- ✓ мотивирование родителей на профилактические меры в семье по профилактике употребления психоактивных веществ и своевременную психолого-педагогическую коррекцию поведения ребенка в ситуациях возникновения риска первых проб психоактивных веществ.

Возможные темы докладов:

1. «Информирование о целях и организации проведения СПТ» (директор, заместитель директора по воспитательной работе);
2. «Итоги социально психологического тестирования предыдущего учебного года» (заместитель директора по воспитательной работе);
3. «Значимость и эффективность профилактических медицинских осмотров в рамках проведения тестирования» (врач нарколог);
4. «Особенности подросткового возраста, как фактор риска для развития зависимого поведения» (педагог-психолог).

Знакомство с формами согласий обучающихся достигших возраста 15 лет, согласий родителей/законных представителей, обучающихся в возрасте от 13 до 15 лет.

Сбор информированных согласий родителей/законных представителей, обучающихся в возрасте от 13 до 15 лет.

Также информационно-разъяснительную работу можно проводить через мотивационную беседу.

При ее проведении с обучающимися и их родителями (законными представителями) необходимо разъяснение положений о том, что результаты социально-психологического тестирования:

не являются достаточным основанием для постановки тестируемого на какой-либо вид учета (внутришкольный, наркологический учет или постановки иного диагноза);

- могут лишь мотивировать обучающегося обратиться за консультацией к психологу, а также воспользоваться предложениями по участию в программах или мероприятиях, направленных на развитие профилактической компетентности, навыков личностно-доверительного общения, качеств личности, обеспечивающих оптимальную социально-психологическую адаптацию;
- позволяют тестируемому получить информацию о самом себе, содействуя развитию у него навыков рефлексии, позволяющей адекватно оценивать свои возможности;
- обобщенные (не персональные) результаты социально-психологического тестирования позволяют организовать эффективные психопрофилактические мероприятия на уровне муниципальных образований и каждой конкретной школы.

В заключение мотивационной беседы с обучающимися, их родителями (законными представителями) следует акцентировать внимание на практическом значении профилактического мероприятия, на том, что социально-психологическое тестирование - это лишь первый этап выявления затруднений, который может выполнять функцию «старта работы над собой».

После этого при благоприятном развитии ситуации должен следовать «этап мобилизации социально-психологических ресурсов», который включает:

- формирование у обучающихся личностных качеств, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе;

- развитие стрессоустойчивости и навыков совладания со стрессом; принятия решений, обращения за социальной поддержкой, избегания опасных ситуаций;
- развитие навыков сморегуляции и самоорганизации личности;
- содействие осознания обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- формирование установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей.

Во избежание страхов и в целях обеспечения психологической безопасности процедуры социально-психологического тестирования в заключении информационно-мотивационной беседы полезно повторно подчеркивать принципы социально-психологического тестирования: добровольность, конфиденциальность, ненаказуемость, оказание помощи.

Также следует отметить, что родители вправе знать не только о результатах тестирования, но и о тех дополнительных профилактических воздействиях, которые будут предприняты по отношению к его ребенку после тестирования, а именно: цели и задачи профилактической программы, учебно-тематический план программы, возможные последствия профилактических воздействий на ребенка, результаты профилактического обучения, а также как реагировать на изменение поведения ребенка в результате формирования новых социальных навыков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Система образования является активным участником деятельности по профилактике употребления ПАВ в Российской Федерации. Профессиональный и организационный ресурс этой системы и сфера ее социального влияния позволяют в рамках образовательной среды осуществлять комплексное и системное воздействие на установки, интересы и ориентиры детей и молодежи, а, следовательно, вносить существенный вклад в формирование ценности здоровья, культуры здорового и безопасного образа жизни у подрастающего поколения.

Конечной целью первичной профилактики в образовательной среде является полное исключение психоактивных веществ из образа жизни детей и молодежи на основе развития культуры и ценностей здорового и безопасного образа жизни. Эта цель реализуется посредством развития инфраструктуры и содержания профилактической деятельности, направленной на снижение уровня вовлеченности в употребление ПАВ обучающихся образовательных организаций.

Список литературы

1. Бим-Бад Б.М. Интерактивное обучение Педагогический энциклопедический словарь. [Электронный ресурс] — М., 2002. — С. 107: URL: http:// pedagogical_dictio№ary.academic.ru/1291.
2. Васягина Н.Н. Межведомственное взаимодействие и социальное партнерство в профилактике делинквентного поведения подростков // Педагогическое образование в России. 2016. № 9. С. 117-122.
3. Гордеева Т.О., Осин Е.Н., Сучков Д.Д., Иванова Т.Ю., Сычев О.А., Бобров В.В. Самоконтроль как ресурс личности: диагностика и связи с успешностью, настойчивостью и благополучием // Культурно-историческая психология. 2016. Т. 12. № 2. С. 46-58.
4. Дегтярева О.Л. Формирование личности несовершеннолетнего правонарушителя // Российский психологический журнал. 2017. № 1.
5. Долгалев А.Г. Проблемы профилактики химических зависимостей [Электронный ресурс]. URL: https://extrability.org/dolgalev.
6. Зарецкий В.В., Булатников А.Н. Психическое здоровье: нормативное и аддиктивное поведение // Профилактика зависимостей. 2015. № 1 (1). С. 1-14.
7. Змановская Е.В. Экспериментально-психологическое исследование структуры и динамики зависимого поведения // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2006. № 4. С. 26-30.
8. Использование результатов единой методики социальнопсихологического тестирования для организации профилактической работы с обучающимися образовательной организации. Методические рекомендации/ Автор-составитель: Заева О.В. Под ред. Фальковской Л.П. – М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2019. [Электронный ресурс] URL: https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2020/08/Metodicheskierekomendatsii-po-organizatsii-profilakticheskoj-raboty-po-rezultatam-EM-SPT.pdf
9. Кириллова О.В., Шубникова Е.Г. Педагогическая профилактика зависимого поведения детей и молодежи в образовательной среде: парадигмы, концептуальные модели, теоретические подходы // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. № 5. С. 28-33.
10. Книжникова С.В., Погребная С.К. Профилактика девиантного поведения детей и молодежи в условиях образовательных организаций: Учебно-методическое пособие. – Краснодар: «Новация», 2021. – 84 с.

11.4Коробкина З.В., Попов В.А. Профилактика наркотической зависимости у детей и молодежи. – М., 2010.
12. Мехтиханова, Н.Н. Психология зависимого поведения : учебное пособие / Н.Н. Мехтиханова; Яросл. гос. ун-т. – Ярославль : ЯрГУ, 2005. – 122 с.]
13. О наркотических средствах и психотропных веществах [Электронный ресурс]: федеральный закон от 08.01.1998 N 3-ФЗ (последняя редакция) // Информационно-правовой портал КонсультантПлюс. – 2021. – режим доступа к порталу: http://www.consultant.ru
14. Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних [Электронный ресурс]: федеральный закон от 24.06.1999 №120 // Информационно-правовой портал КонсультантПлюс. – 2021. – режим доступа к порталу: http://www.consultant.ru
15. Об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2025 года (в том числе, План мероприятий на 2021-2025 годы по реализации Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2025 года) [Электронный ресурс]: распоряжение Правительства РФ от 22 марта 2017 года № 520-р // Информационно-правовой портал КонсультантПлюс. – 2021. – режим доступа к порталу: http://www.consultant.ru
16. Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 23 ноября 2020 г. № 733 р // Информационно-правовой портал КонсультантПлюс. – 2021. – режим доступа к порталу: http://www.consultant.ru
17. Письмо Минобрнауки России от 05.09.2011 № МД-1197/06 «О Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде».
18. Планирование и организация системной работы с обучающимися по профилактике раннего вовлечения в незаконное потребление наркотических средств и психотропных веществ. Методические рекомендации для специалистов, педагогических работников организаторов профилактической деятельности образовательных организаций субъектов Российской Федерации / Авторы-составители: Алагуев М.В., Заева О.В. Под ред. Артамоновой Е.Г. – М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2020.

19. Подольский А.И., Карабанова О.А., Идобаева О.А., Хейманс П. Психоэмоциональное благополучие современных подростков: опыт международного исследования // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2011. № 2. С. 9-20.
20. Пономарев Р.Е. Образовательное пространство: монография. – М., 2014.
21. Птицына Н.А., Зубарева Л.В. Гендерные аспекты аддиктивного поведения в студенческой среде // Женщина в российском обществе. 2010. № 2. С. 80-92.
22. Солдатова С.В. Профилактика злоупотребления психоактивных веществ в образовательных учреждениях: методическое пособие. – МГОГИ, 2010.
23. Сыроквашина К.В. Современные психологические модели суицидального поведения в подростковом возрасте // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 3. С. 60-75.
24. Юрова К.И., Юров И.А. Фрустрация как фактор неадекватного поведения // Гуманизация образования. 2016. № 6. С. 110-115.
25. Ясвин В.А. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. – М.: Смысл, 2001.
26. Степанов С.Ю. Рефлексивная практика творческого развития/ С.Ю. Степанов. — М.: Наука, 2004.— 174 с. С.36.

Электронный ресурс

https://narcorehab.com/articles/statistika-narkomaniiv-rossii-2020-2021/
https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2020/08/Metodicheskierekomendatsii-po-organizatsii-profilakticheskoj-raboty-po-rezultatam-EM-SPT.pdf
http://www.consultant.ru
http:// pedagogical_dictio№ary.academic.ru/1291
https://extrability.org/dolgalev
https://telefon-doveria.ru/

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Дневник наблюдений за поведенческими проявлениями детей во время проведения ситуационных игр

№ п\сп Участники	Реакция на успех	Реакция на критику	Лидерство	Вспыльчивость, конфликтность	Драчливость
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ БЕСЕД С ПОДРОСТКАМИ (Информационный блок)

Тема 1. ПОЧЕМУ ЛЮДИ УПОТРЕБЛЯЮТ НАРКОТИКИ?

Каждый человек имеет множество потребностей. В первую очередь это жизненно важные потребности (в пище, отдыхе, одежде и т.д.). Имеет человек и социальные потребности (в общении, социальном признании, утверждение в коллективе, группе, классе и т.д.). Чем выше уровень социального развития личности, тем выше уровень ее духовных, социальных потребностей.

Большинство людей удовлетворяют свои потребности естественными способами. Но в некоторых случаях под воздействием внешних причин они могут удовлетворять свои желания и в неестественных формах. Так происходит, если человек испытывает потребность снять эмоциональное или физическое перенапряжение, утомление, но делает это не естественным способом - отдыхом и переключением, а погружением себя в состояние опьянения (алкоголем, наркотиками или токсическими веществами).

Вопрос: как человек приобщается к употреблению наркотических веществ?

Некоторые наркотические вещества, воздействуя непосредственно на головной мозг, способны на короткое время вызывать иллюзию радости, эмоционального подъема. Подобные ощущения человек в обычной жизни испытывает не часто. И в норме положительные переживания «зарабатываются» трудом, творческими достижениями, физическими упражнениями, общением, действиями, дающими приятные ощущения собственного здоровья и силы. Употребление же наркотических веществ является способом как бы незаконного присвоения приятных переживаний. Это «радость, взятая взаймы». Именно она получила название эйфория.

В настоящее время потребление наркотиков молодежью частично обусловлено модой. При этом формируется представленье о наркотических веществах как элементе особого, «молодежного», образа жизни. Существенно расширился арсенал используемых для достижения состояния опьянения веществ, появились новые - синтетические - наркотики, неожиданное использование находят привычные в обиходе лекарственные препараты, средства бытовой химии. Имеет место сочетание разных подобного рода веществ - для усиления эффекта каждого из нас.

Термин наркомания происходит от греческих слов narke – «оцепенение», и mania – «бешенство, безумие». Традиционно «наркомания» — это медицинский термин. Это заболевание, которое выражается в физической и психической зависимости от наркотических средств, постепенно приводящей к глубокому истощению физических и психических функций организма. Наркомания – это болезненное, непреодолимое пристрастие к наркотическим средствам, лекарствам, таблеткам. Организм, привыкший к наркотикам, испытывает такое сильное непреодолимое желание избежать болевых ощущений, возникающих во время абстинентного синдрома, что человек идет на все: обман, воровство, даже на убийство, лишь бы достать наркотики. Наркоман лишается всех других радостей жизни и приговаривает себя к ранней мучительной смерти.

Во всем мире за наркотическими и психотропными веществами установлен строгий контроль. Они назначаются и применяются под наблюдением врачей. Производство, реализация и употребление некоторых наркотиков, например, гашиша, вообще запрещены.

Вопрос: Как вы думаете, есть ли какие-то отличительные признаки у людей, употребляющих наркотики? Можно ли определить по внешнему виду?

(Варианты ответов школьников: ухудшение поведения; равнодушие; синяки, порезы, микротравмы; покрасневшие глаза, измененные зрачки, отечность).

Когда подросток начинает употреблять наркотики, то можно заметить изменения в его поведении. Это увеличивающееся безразличие к происходящему рядом; уходы из дома и прогулы в школе; трудность в сосредоточении, ухудшение памяти; неадекватная реакция на критику; частая неожиданная смена настроения. Признаки – «улики» - это следы от уколов, порезы, синяки; свернутые в трубочку бумажки, капсулы и др. Наркозависимость выражается также в нарушении сна, мышечных и суставных болях, снижение половой потенции, похудение и нарушении защитных свойств организма.

Вместе с тем следует отметить, что у части подрастающего поколения с раннего возраста формируется предрасположенность к употреблению наркотических веществ. Многие дети вырастают в сигаретном дыму, видят алкогольное застолье и рано знакомятся со спиртными напитками (для «пробы»). Многие пользуются различными «таблетками». В результате у подростков отсутствует страх перед всеми этими веществами, и они не воспринимают их как опасные для здоровья и жизни. Предложение закурить, выпить, добавить какое-то вещество в табак или алкоголь не вызывает ожидаемой реакции, протеста или ощущения опасности.

Тема 2. ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКОВ НА ЗДОРОВЬЕ И ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА

Цель занятия: сформировать у учащихся представления о влиянии наркотиков на организм.

Состояние опьянения (одурманенности) - главное, стержневое явление в процессах, ведущих к заболеванию наркоманией, токсикоманией, алкоголизмом. Чем сильнее это состояние, тем больше желание повторить однажды достигнутый эффект. Но и тем быстрее формируется болезненное пристрастие к веществу, вызывающему опьянение, и тяжелее последствия для психики и организма.

Такой механизм взаимодействия (взаимоотношений) человека с наркотическими веществами чем-то напоминает маятник: чем сильнее качнешь его в сторону искусственно вызываемого удовольствия, тем дальше он отбросит тебя в сторону тяжких переживаний. Но чем сильнее эти переживания (вызванные разрушительными, отравляющими последствиями приема наркотиков), тем выше потребность вновь и еще сильнее качнуть «маятник» в обратную сторону - употребить еще большее количество наркотического вещества и делать это чаще. Не случайно молодые наркоманы нередко умирают от передозировки наркотиков.

Абстиненция, или «ломка», - весьма тягостное состояние. С какого-то момента потребления наркотика человек уже ощущает не только желание принимать его вновь и вновь (это он ощутил и осознал раньше), но и невозможность обойтись без наркотика из-за внезапно наступившей «ломки». Но неожиданной она может быть для него только первый раз. Потом он уже заранее ощущает ее приближение и очень боится ее. Страх «ломки» побуждает его добывать наркотик даже в большей степени, чем эйфория. Тем более что со временем интенсивность эйфории ослабевает, а интенсивность «ломки» увеличивается. Находящийся в состоянии «ломки» человек буквально не может найти себе места: он возбужден или резко угнетен, чувствует себя тяжело больным, не владеет своими психическими функциями, испытывает тревогу и неприятные, болезненные ощущения в различных частях тела.

Употребление наркотиков ведет сначала к периодическому, а затем и непрерывному их приему, чтобы вновь и вновь испытывать приятные ощущения либо снимать явления психического дискомфорта. Всей действия человека, вся его жизнь направлены только на добывание и употребление наркотика. Человек уже не свободен, он - раб. Стремясь к очередному приему наркотика, наркоман готов на любую ложь, обман, предательство и даже преступление.

Любой, кто первый раз пробует что-то просто из любопытства, на 100% уверен, что ему это не повредит, что у него достаточная сила воли, что в следующий раз он откажется. Так думают многие, но так невелика граница между впервые перенесенным состоянием эйфории и устойчивой зависимостью, что порой человек и сам не замечает, как переходить грань, отделяющую здорового от больного. А воля его уже парализована, и потом, как правило, бывает уже поздно.

По статистике около 80% больных СПИДом, являются наркоманами. Многие из наркоманов инфицированы Гепатитом-С, который так же, как и СПИД, неизлечим и ведет к гибели. Эти заболевания передаются от одного наркомана к другому при пользовании одним шприцом. Как правило, наркоманы знают о такой угрозе заражения неизлечимыми заболеваниями, но непреодолимая тяга поскорее ввести дозу преобладает над чувством самосохранения.

При длительном применении наркотиков происходят необратимые разрушения в организме: тяжелые поражения печени, сердца, почек, органов пищеварения, нервной и эндокринной систем. У наркомана, как правило, морщинистое, землистого цвета лицо, шелушащаяся кожа, тусклый взгляд, плохие зубы. Одновременно появляются признаки деградации личности, провалы в памяти, поверхностные суждения, отсутствие критики и волеизъявления. Наркоманы в основном гибнут в молодом возрасте от передозировки или недоброкачественности наркотика, сердечной недостаточности или присоединившейся инфекции при ослабленном организме.

В беседах необходимо затронуть вопросы токсикомании, т.е. склонности детей использовать для одурманивания вдыхания паров различных растворителей: бензола, бензина, клея «Момент» и т.п., и о пагубности этих привычек. Попадая в организм ребенка через кровь, они действуют подавляюще на клетки головного мозга, резко снижают интеллект личности и часто приводят к необратимым процессам, таким как потеря памяти.

Во время проведения бесед с учащимися не стоит останавливаться на характеристиках того или иного наркотика, основной упор необходимо делать на пагубных последствиях любого из них. Следует отметить, что подросток, начавший употреблять легкий наркотик или психотропное вещество, непременно со временем станет увеличивать дозы и перейдет к тяжелому наркотику - героину, окончательно разрушающему организм.

Чтобы заинтересовать учащихся, к каждой беседе необходимо подобрать убедительные неординарные примеры воздействия наркотика на организм. Так, в газете «Московский комсомолец» рассказывалось о юноше,

пристрастившемся к наркотикам. Во время «ломки» он очень страдал и, чтобы заглушить боль, зубами грыз батарею парового отопления. Интересные материалы педагоги школы получают от работников милиции. Так, администрации было сообщено о гибели восемнадцати летнего юноши от передозировки наркотиков, который проживал поблизости от школы. Этого парня знали многие из учащихся, и происшествие послужило убедительным примером для очередной беседы о вреде наркотиков.

Необходимо информировать учащихся о поведении сбытчиков и распространителей наркотиков. Они, как правило, вовлекая подростков в наркоманию, стараются убедить их в безвредности легких наркотиков (гашиш, марихуана и т.п.), в том, что они не вызывают привыкания. Поэтому во время индивидуальных и групповых бесед с подростками, следует на убедительных примерах убеждать в обратном, разъясняя им, что зависимость развивается очень быстро. И для получения ожидаемой эйфории, требуется увеличение дозы и впоследствии переход на героин.

Важно разъяснять подросткам, что распространители наркотиков, даже предлагая их вначале бесплатно, преследуют только корыстные цели, т.к. наркобизнес приносит огромную прибыль до 1000% в год. Сами наркоманы также ищут себе компанию и вовлекают в свои ряды до 4-х человек в год.

Ведущим направлением антинаркотической пропаганды в школе является «запугивание» учащихся путем демонстрации страшных последствий употребления наркотиков: показов ярких и наглядных фильмов, встреч с бывшими наркоманами, экскурсий в наркодиспансеры, дома ребенка или посещение выставок, музеев патоанатомии и т.д. Необходимо использовать те каналы, через которые идет наглядная трансляция образов гибнущих в мучениях или от передозировки наркоманов, рождение детей с психическими или физическими отклонениями от наркоманов-родителей. Необходимость устрашающей «шоковой» терапии объясняется привыканием к другим формам преподнесения информации. Страх необходимо сеять не только вокруг образа наркомана, но и вокруг наркотика и привыкания к его употреблению. Особенно эффективное воздействие такие методы имеют на учащихся 5-6 классов, еще не готовых к восприятию устрашающих образов. Труднее в этом отношении с 14-15-летними подростками, готовыми на себе испытать степень риска, почувствовать себя взрослыми. По этой причине необходима ранняя профилактика наркомании и токсикомании. С подростками «группы риска» необходимо проведение индивидуальной работы. После цикла бесед, лекций специалистов, демонстрации фильмов с антинаркотической тематикой и проведения других мероприятий полезно

вовлечение учащихся в диспуты, свободный обмен мнениями и впечатлениями о проведенных мероприятиях.

Опыты публичного разыгрывания и обсуждения жизненных ситуаций вокруг наркотиков, по примеру телевизионных ток-шоу (наподобие «Человек в маске»), организация школьных агитбригад, постановки детских спектаклей на тему наркомании, подготовка школьных лекторских групп и проведение других мероприятий, имеющих игровой элемент, делают самих учеников активными участниками, посредниками и творцами антинаркотической пропаганды. Возможность использования этих форм целиком зависит от желания учителей, от их осведомленности, подготовленности и творческой инициативы. Очень полезно привлекать к таким мероприятиям родителей подростков.

Когда в клубе вам предложат «просто таблетку», вспомните:
Как реагируют отдельные органы и системы на экстази

Осложнения и побочные действия:

Мозг: ХТС изменяют толщину сосудов, вызывая инсульты и паралич. Как правило, развиваются бессонница, головные боли, депрессия, потеря памяти.

Сердце: Возможно нарушение сердечного ритма, сердцебиения, повышение артериального давления. Экстази вызывает сбои повышение артериального давления. Экстази вызывает сбои сердечного цикла.

Печень: Здесь накапливают токсины наркотиков. Известны случаи полного отказа печени у потребителей ХТС.

Желудок: Наркотики уменьшают чувство голода, вызывают сухость во рту, нередко – тошноту.

Кожа: Усиливает потливость и выделение и выделение соли. Одновременно появляется ощущение сухости.

Температура: Перегрев организма зачастую бывает смертельным. ХТС нарушают тепловую регуляцию мозга.

Мышцы: Нередко появляются судороги и дрожь. Тепловой удар вызывает разрушение мышечных волокон.

Важно знать:

•Знай закон. Марихуана является нелегальным наркотиком. За ее хранение и распространение предусмотрено уголовное наказание.

•Воспринимай факты, как они есть. Под влиянием марихуаны ты не можешь нормально действовать и выполнять задачи, которые требуют концентрации.

•Для информации. Марихуана снижает количество сперматозоидов у мужчин и повышает опасность возникновения бесплодия у женщин.

•Берегись! Употребление наркотиков повышает опасность травм. Автомобильные аварии, падения с высоты, поджоги, самоубийства – это все связано с употреблением наркотиков.

•Не переступай черту. Употребление наркотиков может разрушить твои взгляды на жизнь, ввергнуть тебя в депрессию или толкнуть «на скользкую дорогу».

• Жизнь без риска. Единственный случай употребления наркотиков может толкнуть тебя на поступок, о котором ты будешь сожалеть до конца жизни.

•Действуй по-умному. Употребление наркотиков подвергает риску твое здоровье, образование, семейные узлы и общественную жизнь.

•В ногу с модой. Наркотики больше не «в моде».

•Посмотри в глаза своим проблемам. Употребление наркотиков не поможет тебе сбежать от своих проблем, а только создаст новые.

•Будь настоящим другом. Если у твоих знакомых есть проблемы с наркотиками, помоги им принять решение. Убеди их обратиться за помощью.

Тема 3. МИФЫ ОБ УПОТРЕБЛЕНИИ ТОКСИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ И НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ

Состояние наркотического опьянения представляет собой одно из изменённых состояний сознания (ИСС). Такими состояниями являются сон, мечта, глубокая задумчивость; такое состояние возникает при чтении увлекательной книги, просмотре потрясающего фильма; воспоминаниях, нахлынувших при звуках любимой песни; при творческом занятии любимым делом и т.д. Есть тысячи способов испытать эти состояния без наркотиков. Но есть и изменённые состояния сознания со знаком «минус»: бред при болезни, глубокое горе, алкогольное опьянение, страх (кстати, наркоманы часто садятся «на измену» - испытывают беспричинное чувство страха).

Вы, конечно, имеете полное право усомниться: неужели наркотики, сон, любимое занятие и мечты стоят в одном ряду? Потому что состояние, связанное с наркотиками, опутано **множеством таинственных мифов**, созданных наркоманией для привлечения новых клиентов. Ведь если создать вокруг чего-нибудь некую тайну, то успех операции по привлечению внимания будет обеспечен. И наркоманы её создают просто, говорят, что «вам этого не понять, что это что-то неземное, пока не попробуешь, не узнаешь…». И это «неземное» называется словом *«кайф»*. **И кайф – это первый миф, созданный вокруг наркомании**. Между тем, кайф тоже объясняется довольно-таки просто, и чтобы понять, что это такое, нужно немного поговорить о природе нашего организма.

Второй миф, созданный вокруг наркомании – от наркомании можно избавиться.

Наркомания - социально опасное психическое заболевание. Суть его заключается в том, что человек стремится погрузить себя в состояние «наркотического опьянения» путем приема тех или иных химических соединений, которые оказывают действие на центральную нервную систему, и постоянно в этом состоянии находится.

Наркотическое состояние (опьянение, одурманенность) могут вызывать многие вещества, действующие на психику. И все они без исключения ядовиты. Это весьма широкий круг веществ - от лекарств, обладающих психотропным эффектом, до средств бытовой химии.

Наркомания — это пристрастие к «классическим» наркотикам (препараты опия, индийской конопли и др.). Все эти вещества запрещаются употреблять законом.

Токсикомания — это пристрастие к употреблению разнообразного, довольно беспорядочного круга веществ, способных воздействовать на психику, - разного рода «таблетки» и жидкости, включая и средства бытовой химии (органические растворители, клей, даже бензин). Они столь же опасны, как и наркотики, но их употребление трудно запретить, поскольку у них есть и полезное применение - по прямому назначению.

Третий миф, который исповедуют наркоманы. Этот миф встречаем, когда видим, что на стенах домов часто рисуют шприц или череп и рядом пишут ***«Буду погибать молодым!».*** А миф это, потому что наркомания – такое заболевание, которое сопровождается глубокими изменениями дистрофическими внутренних органов, в частности, идёт поражение головного мозга, сердечной мышцы, и молодые люди в возрасте цветущем имеют сердце 80-летних стариков...

И покупая наркотик, ты покупаешь не удовольствие – ты покупаешь болезнь. И слоган «Буду погибать молодым!» - это всего лишь миф, потому что за три-четыре года употребления наркотиков все системы организма изнашиваются до дыр, организм не выдерживает таких интенсивных нагрузок, и наркоман погибает отнюдь не молодым, а глубоким 80-летним стариком.

Еще **один миф – можно принимать наркотики и не быть зависимым от них.** Смею вас уверить – все, кто стал наркоманом, в первый раз именно так и думали. Но если вы хотя бы раз попробовали наркотик, гарантии нет, что это для вас кончится благополучно. Врачи-наркологи, например, считают, что наркоманом человек становится не тогда, когда он взял в руки шприц, а тогда, когда он разрешил себе это сделать.

Тема 4. ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Цели занятия:

- формирование у подростков ценностного, ответственного отношения к своему здоровью, готовности соблюдать законы здорового образа жизни, усвоение социально ценных поведенческих норм;

- формирование представления о негативном воздействии наркотиков на физическое здоровье человека и его социальное благополучие;

- способствование осознанной готовности отказаться от любых форм использования наркотиков.

Вопрос: Что же такое ЗОЖ и каковы его составляющие? (Слово учащимся, они высказывают свое мнение).

ЗОЖ – образ жизни человека, его поведения, мышления, привычек, которые обеспечивают определенный уровень здоровья. Индивидуальное здоровье на 50 % зависит от образа жизни.

Основные составляющие ЗОЖ:

- Умеренное и сбалансированное питание.
- Режим дня.
- Двигательная активность.

Закаливание.

- Личная гигиена.
- Грамотное экологическое поведение.
- Психогигиена, умение управлять своими эмоциями.
- Сексуальное воспитание.
- Отказ от вредных привычек.
- Безопасное поведение в социуме, предупреждение травматизма и отравлений.

Человек имеет право на здоровье. Право тесно связано с его ответственностью. Во многих странах ответственность за свое здоровье поощряется государством (доплаты, премии, дополнительные отпуска тем кто не болеет, не курит, занимается спортом и т. п.).

Сознательное и ответственное отношение к своему здоровью должно стать нормой жизни и поведения каждого из нас.

Вопрос: А что Вы можете сказать по поводу наркомании и СПИДа? Что такое Вич-инфекция вообще?

- ✓ Эта болезнь появилась в XX веке. Она относится к болезням, у которых скрытый период может длиться от нескольких месяцев до нескольких лет.
- ✓ Вирус иммунодефицита человека распространяется в последнее время с огромной скоростью.

- ✓ СПИД – это болезнь, которая передается через кровь, ею может заболеть каждый. В первую очередь это, конечно, наркоманы, которые пользуются чужими шприцами или набирают наркотик из общей емкости.

СПИД и наркомания неотделимы друг от друга. Употребление наркотиков становится одной из самых острых социальных проблем и серьезным испытанием для общества в целом и молодого поколения в частности. Это может касаться каждого из нас, наших близких и друзей, к сожалению, даже детей. Средний возраст первой пробы наркотиков составляет 13 лет и постоянно снижается, встречаются подростки, употребляющие наркотики в 11 лет. Употребление инъекционных наркотиков представляет угрозу инфицирования ВИЧ не только для наркопотребителей. Поэтому не прикасайтесь к наркотикам, знайте, что, решив один раз «попробовать», поддавшись уговорам или любопытству, вы обрекаете себя на смерть: от СПИДа, наркомании или самоубийства.

Известно, что один наркоман вовлекает в наркоманию от 10 до 15 человек. Благоразумие, стойкость и выдержка в рискованных ситуациях, умение сказать «нет» в ответ настойчивым уговорам, способность постоять за свое достоинство, честь, даже если это трудно, уберегут Вас от СПИДа и других опасных заболеваний.

По мнению специалистов, наркомания, как правило, сочетается с алкоголизмом. С одной стороны, те молодые люди, которые начинают в школьные годы начинают употреблять крепкие алкогольные напитки потом быстро переходят на наркотики. С другой стороны, отсутствие наркотиков многие наркоманы стремятся компенсировать алкоголем.

Вопрос: Скажите, к каким же последствиям ведет наркомания?

Можно назвать три разновидности последствий наркомании, взаимосвязанные между собой: биологические, социально-психологические и криминальные.

К биологическим последствиям относятся прогрессирующее падение активности, энергетического потенциала личности, угасание влечений, биологических потребностей (еда, сон и др.), снижение сопротивляемости, прогрессирующее истощение организма. В самом общем виде социально-психологические последствия наркомании можно охарактеризовать как нравственно-этическую деградацию личности, сначала снижается, а затем постепенно утрачивается ценность всех других интересов и потребностей, кроме употребления наркотиков. Механизм криминальных последствий наркомании обусловлены и может быть представлен в следующем виде. Наркоман, чтобы удовлетворить свое влечение, вынужден сначала

пропускать, а затем совсем оставить учебу или работу, вынужден искать противозаконные пути их приобретения, чаще всего путем краж, ограблений и т.д. При отсутствии денег наркоман не останавливается ни перед какими средствами для достижения цели, в том числе и убийством. Наркомания связана и с самоубийством, где основная причина – неудовлетворенность жизнью.

Тема 5. ЧТО ТАКОЕ ЗАВИСИМОСТЬ

Цель занятия: сформировать у учащихся представления о наркотической зависимости.

Основные понятия: свобода и рабство; психологическая зависимость от наркотика; эйфория.

Вопрос: что такое свобода?

В общем понимании свобода - отсутствие каких-либо ограничений или стеснений при осуществлении человеком его желаний и намерений. Каждый человек обладает наличием различных свобод: он свободно ходит, дышит, может петь (если это не мешает другим) и т.д. Есть и другого рода свобода - свобода печати, свобода совести и т.д. Абсолютной же свободы, т.е. свободы делать то, что захочется, не обращая внимания на других людей, на правила поведения, на законы общества и традиции, не бывает.

Человек в каждый конкретный момент чего-то хочет, например, пить или есть. Т.е. он как бы несвободен, зависим от своих потребностей, желаний и должен удовлетворять их. Но зависимость может быть не только от того, что идет на пользу. Есть или пить - это то, без чего человек может умереть. Зависимость может быть и от того, что вредно или даже опасно, что сокращает жизнь.

Вопрос: назовите наиболее любимые ваши продукты?

Многие из вас потребляют свои любимые лакомства, и иногда в больших количествах. Как вы думаете, полезно это или вредно?

Даже безобидные (полезные) продукты в большом количестве для организма могут быть вредными. Но злоупотребляющий ими человек делает это ради удовольствия. Видели ли вы, как некоторые очень полные люди едят макароны?

Человек, употребляющий наркотики, тоже делает это ради удовольствия. Первые пробы наркотика не вызывают у него каких-либо ощущений, так как нервные клетки мозга пока еще находятся в нормальном состоянии. И только со временем под влиянием наркотика состояние нервных клеток изменяется таким образом, что защитный барьер психики постепенно рушится, и человек начинает испытывать душевный подъем, радостное, безмятежное состояние, прилив сил и т.д. Эти ощущения (научное их название - эйфория) с каждой

дозой наркотика усиливаются, и человеку хочется вновь и вновь испытывать такое состояние. Теперь он начинает постоянно думать о наркотике и становится несвободным - рабом этого своего желания.

Вообще человек находится во власти своих желаний постоянно. Но для организма есть полезные и необходимые вещества, от которых человек испытывает удовольствие, а есть опасные (наркотики, алкоголь, табак), от которых он также испытывает удовольствие, но для организма они токсичны. Необходимо уяснить себе, что полезные вещества в большом количестве также могут быть вредными, а наркотики вредны и опасны в любом количестве.

В чем же проявляется психологическая зависимость от наркотика? Во-первых, человек положительно относится к наркотику и к людям, употребляющим его. Во-вторых, наркотик для человека становится главной, а потом и единственной ценностью. Все остальные желания, увлечения и занятия отходят на задний план, а многие потом и вовсе исчезают. В-третьих, все чаще возникает желание вновь и вновь ощутить действие наркотика: все более частые, а затем и постоянные, навязчивые мысли о нем.

Все мысли, действия человека теперь подчинены только одному - наркотику. Человек теперь зависим, несвободен. Раб. После того как изменяется психика, вынужден изменяться и организм. Возникает «противостояние»: психике хочется наркотика, а организм сопротивляется ему: усиливаются реакции нейтрализации наркотика. В результате наркоману приходится увеличивать дозу наркотика.

В ходе развития наркомании организм постепенно перестраивается, и если человек по каким-то причинам на время перестает употреблять наркотики, то он начинает испытывать очень мучительное состояние, о котором мы говорили на предыдущих уроках, - «ломку» (научное ее название абстиненция). Чем больше наркотический «стаж» у человека, тем сильнее будет «ломка», абстиненция.

Стремясь к очередному приему наркотического вещества, наркоман готов на любую ложь и обман. Он готов обмануть даже самого лучшего друга, чтобы добыть наркотик. И лжет всем.

Мнение девушки 17 лет о людях, употребляющих наркотики: «...Вы лишаетесь будущего. Но если когда-нибудь вы соберетесь остановиться, я обещаю: вам будет очень больно и обидно за бесцельно прожитые годы. Когда-нибудь вам захочется иметь и цель в жизни, и любимое дело, и какие-то достижения, и интересную работу, и нормальную семью, но будет слишком поздно».

При приеме наркотиков довольно быстро возникает психическая и физическая зависимость, болезненное неодолимое стремление принимать этот препарат еще и еще. Как только действие и дальнейшее потребление препарата прекращаются, в организме происходят интенсивные психологические и физические расстройства, на языке медиков - «абсистенция», а на языке наркоманов - «ломка». Человек при этом испытывает страшные мучения, сильную боль во всех мышцах, ломоту в костях, он буквально корчится от боли. Отмечено немало случаев самоубийств наркоманов в состоянии абсистенции. Многие наркоманы уже в 35-летнем возрасте выглядят стариками, редко кто из них доживает до 35-40 лет.

Необходимо настойчиво повторять учащимся, что употребление наркотиков приводит к деградации личности, наркоман не может управлять своими действиями и поступками, ему чужды такие чувства как любовь, дружба, родственные привязанности, творческие стремления. Каждый день наркомана начинается проблемой: где и как раздобыть очередную дозу наркотика, чтобы избежать наступления «ломки». В поисках средств на приобретение наркотиков они могут пойти на тяжкие преступления, вплоть до убийства.

Важно рассказать детям о возможностях передозировки, наступающей независимо от желания и действий наркомана. Как правило, сбытчики наркотиков редко продают героин в чистом виде, подмешивая для увеличения массы вещества различные добавки в виде порошков. Чтобы добиться состояния эйфории (так называемого «кайфа»), наркоману требуется большее количество вещества, чем доза чистого героина. К такой дозе он привыкает и в случае применения такой же дозы чистого героина, произойдет передозировка, которая может повлечь смертельный исход.

Наркомания – болезнь, вызванная систематическим употреблением наркотических средств, проявляющаяся психической и физической зависимостью. При этом под психической зависимостью понимается неодолимое влечение подростка к наркотику без серьезных нарушений в работе его организма, а физической зависимостью считается состояние, когда подросток, не может обходиться без наркотика. Отказ от наркотика, в этом случае, вызывает состояние тяжелой абстиненции (ломки).

«Аддиктивное поведение» - нарушение поведения, при котором подросток может употреблять тот или иной наркотик, но отчетливая зависимость у него еще не сформирована.

Но есть ведь ещё и *психическая зависимость*: постоянные воспоминания о пережитой в первый раз эйфории. И даже если человек не имеет физической зависимости, если он окажется рядом с наркотиками, эти воспоминания

заставят его вновь принять наркотик, чтобы снова попытаться пережить эйфорию. И «заморочка» - то вся в том, что психическая зависимость наступает раньше физической, психическая зависимость – это первая стадия наркомании.

Кстати, в том и заключается коварство так называемых «лёгких» наркотиков, что они вводят человека в заблуждение и он считает, что раз у него нет «ломок», то, следовательно, он ещё не наркоман.

Состояние психической зависимости проявляется в том, что человек с помощью наркотика желает добиться внутреннего равновесия и стремится вновь и вновь испытать действие наркотика. Действие наркотика постепенно замещает собой все обычные для человека положительные эмоции. На этом этапе человек еще сохраняет способность контролировать употребление, он еще может выбирать, в наркотик сохраняется всегда.

Частичная возможность контролировать прием наркотика создает у потребителя иллюзию того, что наркотик еще не влияет на его жизнь, он свободен в своих решениях и сможет прекратить употребление в любой момент.

Этот период можно назвать «глухим». Почему глухим? Потому что в этом периоде человек:

- считает, что **именно он** сумеет вовремя отказаться от употребления наркотика и не попадет в полную зависимость;

- часто выступает в роли вовлекающего, когда он привлекает новых членов в круг потребителей наркотиков, искренне рассказывая, как это здорово;

- не слышит поступающую информацию об опасности употребления наркотика (даже от наркоманов, находящихся в физической зависимости).

Никто не знает точно, когда появится психическая зависимость от опия. **Даже однократное употребление наркотика может привести к психической зависимости.**

Зависимость формируется при любом способе поступления наркотика в организм - внутривенном, при вдыхании через нос и курении.

В большинстве случаев употребление наркотика начинает осознаваться человеком как проблема, только тогда, когда он попадает в физическую зависимость.

Вот эта психическая зависимость у наркоманов называется «тягой». Кстати, члены общества «Анонимные Наркоманы», которые прошли курс лечения и реабилитации от наркотической зависимости и не принимают наркотики, просят не называть их выздоровевшими или излечившимися наркоманами. «Мы – выздоравливающие наркоманы, – говорят они. – Мы

признали своё бессилие перед наркотиками». «Хотя я не колюсь уже около года, я всё равно знаю, что каждое утро я буду вставать и говорить себе: «Привет, наркоман!», - делится один из них. – Тяга приходит ко мне очень часто, я постоянно вынужден с ней бороться и общаться». То есть, вся дальнейшая жизнь даже выздоравливающего наркомана будет проходить в постоянной борьбе со своей тягой к наркотикам.

И лучше ПРОСТО один раз сказать НЕТ:

• Спокойно смотреть в глаза и твердо говорить свое НЕТ: именно НЕТ, а не двусмысленное «посмотрим», «может быть», «я не могу».

• Если тебя не оставили в покое – перейти в наступление: «Не дави на меня! Я сам знаю, что делать».

• Не нервничать, отшутиться и твердо и спокойно поставить точку: «Я больше не хочу говорить на эту тему».

• Или пойти на компромисс и предложить другой способ провести время.

•Или сослаться на занятость или тренировку…

Скажите НЕТ и порадуйтесь себя. Потому что, когда вы говорите НЕТ наркотикам, одновременно вы говорите ДА: своей жизни, своему настоящему и будущему, своему успеху и любимому делу, своей свободе, своей самостоятельности, ответственности и настоящему счастью! Ты думаешь, предлагая тебе наркотик и в радужных тонах описывая его действие, наркоман хочет, чтобы тебе было хорошо?

Ты думаешь, что он продаёт тебе наркотик из большой любви? Нет, одурачивая и охмуряя тебя, подсовывая тебе на 20-30 раз разведённый «кайф», наркоман ненавидит тебя. Ненавидит твою молодость, твою наивность, твою индивидуальность, твоё здоровье, способности, будущее, которое ещё может у тебя быть. Он, как вампир, высасывает твои силы, твою кровь, надеясь, что скоро ты станешь таким же вампиром, и так же как он, станешь превращать в вампиров других «независимых» людей. А пока – ты его донор. Он прекрасно знает, что делает, ведь на иглу он сажает как бы в здравом уме, т.е. ещё не приняв своей дозы. Он понимает, что от твоего решения сейчас зависит, получит ли он деньги на дозу для себя или останется ни с чем. И поэтому, если уже пробовал, лучше обратиться к врачу или перебороть себя самому, а если еще не пробовал – то лучше нелепо, смешно, упрямо, категорически отказаться «один раз попробовать», чем потом всю жизнь бороться со своей тягой к наркотикам.

Прием наркотика - всегда полет, но в конце - всегда падение

Наркотические (и наркотоксические) вещества способны также вызывать особые состояния сознания, нередко опасные для жизни. При этом сохраняется восприятие собственного психического состояния, но

отключается контакт с внутренними органами, что создает иллюзию невесомости, бестелесности, «свободы», «парения» над временем и пространством.

При введении, например, первитина искажается восприятие происходящего, изменяется чувство времени, нарушается ощущение соразмерности затрачиваемых физических усилий: нагрузка не замечается или воспринимается как небольшая. И человек совершает необычайно большую и тяжелую работу с неблагоприятными для своего организма последствиями, так как это ведет к истощению нервной системы и к физическому изнеможению. Когда мы слышим, что кто-то танцевал модный танец на спор в течение многих часов, следует понимать: это возможно лишь под влиянием наркотиков стимулирующего действия (первитин, «экстази» и др.).

Употребление ЛСД создает иллюзию «парения духа»; некоторые предметы воспринимаются как одушевленные. Лица живых людей и лица на портретах постоянно меняют выражение, становятся то уродливыми, то смешными или очень красивыми, подмигивают, улыбаются. Собственное тело, в частности, руки, становятся рельефными и какими-то чужими и т.д.
Действие наркотика кетамина вызывает ощущение полета в космос без космического корабля и скафандра. Индивид себя не контролирует, танцует что-то наподобие шаманских танцев или кувыркается, поет песни на неизвестном языке. Боли он не ощущает. Но нередко возникают мысли, которые повергают его в уныние и вызывают чувство страха.

По мере возрастания наркотического «стажа» степень приятного эффекта наркотика снижается, а интенсивность «ломки» (абстиненции) возрастает. Наркоман вновь принимает наркотик, чтобы предотвратить «ломку». Напомним ее проявления: настроение портится, возникает раздражительность, все вокруг начинает «бесить», болит все тело, человек буквально не может найти себе места. Это вполне можно сравнить с «падением».

Заключение. Можно привести отрывок из рассказа М.Булгакова «Морфий»: при впрыскивании «почти мгновенно наступает состояние спокойствия, тотчас переходящее в восторг и блаженство». Но потом «все исчезает бесследно, как не было. Наступает боль, ужас, тьма. Весна гремит, черные птицы перелетают с обнаженных ветвей на ветви, а вдали лес щетиной, ломаной и черной, тянется к нему...».

Тема 6. ТИПИЧНЫЕ СИТУАЦИИ, СВЯЗАННЫЕ С УПОТРЕБЛЕНИЕМ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ (ПАВ)

Вопрос: что способствует приему наркотиков?

Первой пробе наркотика способствуют: желание изведать новые ощущения; любопытство; стремление не отстать от приятелей; опасение показаться в их глазах «слабым»; утвердиться среди тех, кто употребляет наркотические вещества.

Вопрос: в каких условиях происходит первая проба?

Известно, что первая проба наркотического вещества происходит, как правило, в компании, под влиянием окружающих, по их уговору, настоянию и т.д. И это бывает иногда достаточно, чтобы подросток, юноша или девушка захотели на себе испытать действие наркотика. Способствует этому и психологическая установка молодежи: «Ну, один-то раз можно, за один раз не накажут и всегда можно извиниться, попросить прощение...». Но беда подстерегает не извне, а изнутри - из глубин собственной психики.

Вопрос: как вы думаете, человек может попросить прощение за этот необдуманный поступок?

Вы, наверное, неоднократно, за не очень хороший поступок просили прощение у родителей. Если родителям рассказать всю правду, то, наверное, они простят. Но потребление наркотиков - совсем не тот случай, так как при употреблении наркотика у человека развивается зависимость от него. И обращаться надо к самому себе, но психика уже нарушена. И человек сам, без всяких уговоров и предложений, стремится продолжать принимать наркотик.

Зависимость от наркотика формируется очень быстро: иногда достаточно всего одной пробы наркотического вещества, чтобы человек оказался в наркотической ловушке. Это зависит как от индивидуальных особенностей психики, так и от вида наркотика. Как это проявляется? Как неудержимое желание еще и еще принимать наркотик - в перспективе всю оставшуюся жизнь. Потребление наркотиков приносит наркоманам множество неприятностей, но самостоятельно отказаться от приема наркотиков очень трудно: первое, что наркотик делает в психике, - выжигает волю.

Следует сделать важный для себя вывод: недопустима даже однократная проба наркотика.

Заключение. Отрывок из статьи «Сколько стоит соскочить с иглы? »: «...Машу и Оксану втянули в наркотики их парни. Трудно устоять, когда живешь с наркоманом, находящимся в «системе». Системой называют такое стойкое

привыкание, когда наркотик становится абсолютно необходимым, как сон или пища. Ира начала употреблять наркотики в 15 лет, потому что считала это признаком взрослости...».

В сленге есть особая привлекательность для подростков. Знаменитый писатель Джордж Оруэлл сказал: *«Кто контролирует язык человека, тот контролирует его сознание»*, то есть стать наркоманом, по сути дела, можно

еще до того, как попробуешь наркотики. Когда человек начинает интересоваться их культурой, их языком, традициями, использовать их в своем поведении, то можно сказать, что часть его сознания уже там, осталось дело за малым – попробовать наркотик…

До недавнего времени продажи наркотиков осуществлялась лишь в медицинских целях. В настоящее время все шире распространяется продажа наркотиков с целью одурманивания. Следует отметить, что наркотики очень выгодный товар: во-первых, компактен и удобен в транспортировке и не требует особых условий хранения; во-вторых, крут его потребителей постоянно расширяется. Торговля наркотиками не зависит от сезона года: их продают круглогодично. К тому же она дает большие прибыли (второе место в мире после торговли оружием).

Для увеличения числа покупателей наркоторговец использует разного рода обман. Во-первых, это положительная информация о наркотиках, особенно среди молодежи, с учетом их незнания подлинных свойств наркотических веществ. Это утверждения о том, что наркотики безвредны, вызывают приятные ощущения, повышают работоспособность, сексуальные возможности и т.д. Во-вторых, потенциального покупателя убеждают попробовать наркотик хотя бы один раз. Это будто бы даже «необходимо»: и не скажется на здоровье, и вместе с тем «расширит опыт».

Неискушенным людям наркоторговец предлагает наркотик бесплатно - в надежде, что им понравится и они начнут потреблять его постоянно. Этим способом наркотическая сеть расширяется, в ней запутываются все новые и новые жертвы - здоровые ранее люди разного возраста, но преимущественно молодежь, т.к. доверчивого и не имеющего большого жизненного опыта человека наркоторговцу обмануть и заманить в свои сети легче.

Распространению наркотиков способствуют и сами наркоманы, оказывая на новичков наркотическое давление (уговоры, предложение попробовать и т.д.). По статистическим данным, один наркоман может вовлечь в употребление наркотиков до 10-15 человек.

Тема 7. СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ

В настоящее время наиболее широко распространены способы потребления наркотических веществ в медицинских целях и для того, чтобы ввести себя в состояние приятного одурманивания. Первое называется «законный оборот наркотиков», второе - «незаконный оборот наркотиков».

Наркогенным (т.е. опьяняющим, одурманивающим) действием обладают разнообразные по химическому строению вещества, найденные в природе или

полученные искусственным путем. В зависимости от особенностей своего строения они влияют на различные отделы центральной нервной системы, вызывая привлекательные для человека психические состояния. Такие состояния достигаются главным образом за счет способности одурманивающих веществ усиливать субъективно «положительное» и тормозить субъективно «отрицательное» в психике.

Важно знать, что все вызывающие опьянения (одурманивание) вещества делятся на две большие группы. Первая группа - те вещества, употребление которых без медицинского назначения запрещено законом. Это и есть наркотики, а пристрастие к ним - наркомания. Вторая группа - те вещества, которые хотя и способны вызвать одурманивание, но которые невозможно запретить (к примеру, некоторые средства бытовой химии). Их называют токсическими (а также наркотоксическими) веществами. Пристрастие к ним называется не наркомания, а токсикомания, но, с точки зрения основных представлений об одурманивании, - это одно и то же: и эйфория, и абстиненция («ломка»), и психическая зависимость, и болезненное пристрастие.

Можно увидеть, что это определение и признаки зависимости вполне подходят и для таких веществ, как *алкоголь и табак*. Однако они не внесены в упомянутый Перечень наркотических средств, а, следовательно, не соответствуют юридическому критерию. Поэтому эти вещества часто неофициально называют *«легальными наркотиками»*, т.е. разрешёнными к употреблению. По этой же причине формально не относятся к наркотикам клей «Момент», растворители, некоторые аэрозоли и другие препараты бытовой химии, вдыхаемые токсикоманами, и получившие в наркологии название *«летучих наркотически действующих веществ»*, а в законе именуемые *«одурманивающими»*.

В России вещество признаётся наркотическим и вносится в Перечень наркотических средств Правительством Российской Федерации. Поэтому в Законе РФ «О наркотических средствах и психотропных веществах» *наркотические средства* определяются как «вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, растения, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 года».

✓ *Медицинский* критерий состоит в том, что вещество должно оказывать специфическое воздействие на центральную нервную систему

(галлюциногенное, стимулирующее, успокаивающее). Это воздействие и является причиной его немедицинского употребления.

✓ *Социальный* критерий предполагает, что употребление этих средств без назначения врача приобретает такие размеры, что становится опасным для общества (потери в рабочей силе, возрастающая преступность, высокая смертность, снижение уровня образования и т.д.).

✓ *Юридический* критерий означает, что вещество признаётся наркотическим и за различные действия с ним наступает ответственность только после того, как государственная инстанция, исходя из анализа медицинского и социального критериев, признает данное средство наркотическим и внесёт его в специальный *перечень наркотических средств*.

Согласно Федеральному закону «О наркотических средствах и психотропных веществах», *наркотические средства* - это вещества синтетического или естественного происхождения, включённые в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в РФ, в соответствии с законодательством РФ, международными договорами РФ, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 г.

В соответствии с этими международными документами наркотиками являются, во-первых, **галлюциногены** – это тетрагидроканабиолы, т.е. препараты конопли, а также некоторые грибы и диэтиламид лизергиновой кислоты, в сокращении известный как ЛСД.

Во-вторых – наркотики, которые делают из мака («**опиатные**» наркотики): героин, кодеин, метадон, морфин.

В-третьих, так называемые **психостимуляторы**. Эти наркотики резко усиливают обмен веществ, в том числе и в головном мозге; резко увеличивают частоту сердечных сокращений и повышают артериальное давление. К ним относятся эфедрон и кокаин.

В эту же группу входят так называемый 4-метилендиокси-N-альфа-диметил-фенил-этиламин (МДМА), или ещё - 2-метокси-альфа-4-метил 4,5-(метилендиокси)-фенетиламин (ММДА), для которых с рекламными целями было выработано влекущее название «экстази».

В-четвертых, *снотворно-седативные средства,* к которым относятся так называемые барбитураты.

Психотропные вещества – вещества, оказывающие влияние на психические процессы, воздействуя преимущественно на высшую нервную деятельность. В результате их употребления ускоряется тип мышления (правда, за счёт того, что суждения становятся легковесными, поверхностными, менее обдуманными).

Прекурсоры – это вещества, часто используемые при производстве, изготовлении, переработке наркотических средств и психотропных веществ.

Аналоги наркотиков – это вещества, которые хотя и не включены в указанные Перечни, но также запрещены в России ввиду того, что их химическая структура и свойства сходны с химической структурой и со свойствами наркотических средств и психотропных веществ, психоактивное действие которых они воспроизводят.

Наркомания, по закону – это заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества, а *наркоман* – это лицо, которому по результатам медицинского освидетельствования поставлен диагноз «наркомания».

Кстати, общее название всех наркотиков – *«верёвка»*, а стать наркоманом еще переводится на сленг как *«проглотить верёвку»*.

Вопрос: Можно ли сейчас ***заставить*** наркомана лечиться?

(Варианты ответов…).

На самом деле, больным наркоманией, находящимся под медицинским наблюдением и продолжающим потреблять наркотики либо уклоняющимся от лечения, назначаются **принудительные меры медицинского характера.** Наркологическая помощь больным наркоманией оказывается по их просьбе или с их согласия, а несовершеннолетним в возрасте **до 16 лет** по просьбе или с согласия их родителей или законных представителей. Кстати, если вам уже исполнилось 16 лет и вы обратились за медицинской помощью по поводу проблем, связанных с наркотиками, то без вашего согласия врачи не могут сообщить об этом ни вашим родителям, ни в вашу школу. Это правило – о **врачебной тайне** – установлено Законом «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при её оказании» и Основами законодательства РФ о здравоохранении.

Вопрос: Преследуется ли употребление наркотиков законом? Могут ли за использование наркотиков посадить в тюрьму?

По российским законам все процессы, связанные с наркотическими веществами, находятся под контролем государства. В нашей стране принят Закон «О наркотических средствах и психотропных веществах». Его содержание прежде всего определяет позицию государства по отношению к использованию наркотиков, порядок контроля над распространением наркотических веществ и т.д. Так, статья 40 гласит: «В Российской Федерации запрещается потребление наркотических средств без назначения врача».

В главе 25 уголовного кодекса РФ «Преступления против здоровья населения и общественной нравственности» есть целый ряд статей, предусматривающих наказания за действия, связанные с наркотиками.

Уголовная ответственность в нашей стране наступает с 16 лет. Однако по статье 229 ответственность несут уже 14 летние подростки. При этом следует понимать, что даже ничтожно малое количество наркотиков, которое обнаружит представитель закона, служит основанием для задержания и целой цепи неприятностей.

Вопрос: Что можете сказать о состоянии наркомании в стране, в округе?

(Варианты ответов школьников: состояние катастрофическое, это тихая война, где нет бомб, снарядов и солдатов с автоматами).

Да, верно, Россию постигло несчастье, сравнимое разве, что с войной: число наркоманов в стране растет не по дням, а по часам. Число больных наркоманией в 90-е годы возросло более чем в 9 раз, в настоящее время в России зарегистрировано почти 500 тысяч потребителей наркотиков, 60 процентов из которых составляют люди в возрасте от 18 до 30 лет. По оценкам экспертов, в стране насчитывается 3,5 млн. наркоманов. За последние четыре года число школьников и студентов, употребляющих наркотики, возросло в 6-8 раз. Получили распространение «семейная наркомания» и даже приобщение родителями малолетних детей. Число смертных случаев от употребления наркотиков увеличилось за последние 10 лет среди населения России в 12 раз, среди детей – в 42 раза.

Необходимы для подростков разъяснения о привлечении к уголовной ответственности по ст. 228 Уголовного кодекса РФ, которая гласит: «Незаконное приобретение или хранение без цели сбыта наркотических средств или психотропных веществ, в крупном размере, наказывается лишением свободы на срок до 3 лет». При этом необходимо подчеркнуть, что крупным размером считается: кокаин от 0,01 до 1 гр., метадон от 0,01 до 1 гр., морфин от 0,01 до 1 гр., героин от 0,01 до 0,05 гр. Таким образом, под понятие крупного размера подпадает даже одна доза наркотического вещества.

Зная опасность, которую несут наркотики для человека и общества, государство запрещает их оборот. В нашей стране, как и в большинстве других стран, существует закон, запрещающий любые действия, направленные на добывание, изготовление, распространение одурманивающих средств, вовлечение кого-либо в их употребление.

В зависимости от вида правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, и степени их тяжести предусмотрена административная и уголовная ответственность. (Для учителя: административная ответственность - штраф и задержание на несколько суток).

Уголовным преступлением является: незаконное изготовление, потребление, перевозка, сбыт наркотических средств; хищение наркотических средств; организация или содержание притонов для их потребления; посев или

выращивание запрещенных к возделыванию культур, содержащих наркотические вещества.

Меры наказания за это - лишение свободы на срок до 10 лет с конфискацией имущества. Уголовную ответственность несут лица, достигшие 16 лет, а в случае совершения тяжких преступлений - 14 лет.

Вопрос: Является ли употребление наркотиков нарушением закона?

В декабре 2001 г. в России был принят новый Кодекс об административных правонарушениях, который вступил в силу с 1 июля 2002 года. В статье 6.9. нового КоАП уже конкретно говорится о том, что *потребление* наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача влечет наложение административного штрафа в размере от пяти до десяти минимальных размеров оплаты труда или административный арест на срок до пятнадцати суток.

Таким образом, если ранее сотрудники правоохранительных органов не имели законных оснований для того, чтобы задержать лицо, находящееся в состоянии наркотического опьянения, то сейчас у них есть возможность направить его на медицинское освидетельствование, и если врачи подтвердят, что в организме у человека находится наркотическое вещество, его привлекут к *административной ответственности*.

Причем, согласно закону, если наркоман соглашается пройти курс лечения от наркомании, он освобождается от административной ответственности за данное правонарушение.

Административный штраф в размере от десяти до пятнадцати минимальных размеров оплаты труда по части второй статьи 20.20 КоАП с 1 июля 2002 года налагается за потребление наркотиков либо иных одурманивающих веществ на улицах, стадионах, в скверах, парках, в транспортном средстве общего пользования, в других общественных местах.

Административная ответственность наступает с 16 лет. Как вы думаете, а если несовершеннолетний до 16 лет употребляет наркотики, будет ли в этом случае на кого-нибудь налагаться хоть какая-либо ответственность?

(Варианты ответов…).

Поскольку за несовершеннолетнего несут ответственность его родители, то появление в состоянии опьянения *несовершеннолетних в возрасте до шестнадцати лет*, а также распитие ими пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной и спиртосодержащей продукции, потребление ими наркотиков или иных одурманивающих веществ на улицах, стадионах, в скверах, парках, в транспортном средстве общего пользования, в других общественных местах влечет наложение административного штрафа *на родителей или иных законных представителей несовершеннолетних* в размере

от трех до пяти минимальных размеров оплаты труда (ст. 20.22 Кодекса РФ об административных правонарушениях).

Административная ответственность установлена также за незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработку наркотиков *без цели сбыта* (то есть для собственного употребления).

Статья 228 Уголовного кодекса устанавливает ответственность только *для потребителей* наркотиков, приобретающих наркотические вещества *в крупных размерах* без цели сбыта, *то есть для собственного употребления.* Дополнительно введена статья 228.1, устанавливающая ответственность *для производителей и сбытчиков* наркотиков. Внесение этих изменений мотивируется необходимостью усиления борьбы с оборотом наркотиков, отказавшись в то же время от практики широкого применения уголовной репрессии против наркопотребителей.

Согласно части 1 статьи 228 УК РФ, незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка *без цели сбыта* наркотиков *в крупном размере* наказываются штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо лишением свободы на срок до трех лет.

Часть 2 статьи 228 УК РФ предусматривает наказание в виде лишения свободы на срок от трех до десяти лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех лет либо без такового *за те же деяния*, совершенные в *особо крупном размере*.

Причем, лицо, совершившее преступление, предусмотренное этой статьей, *добровольно сдавшее* наркотические средства, психотропные вещества или их аналоги и *активно способствовавшее раскрытию или пресечению преступлений*, связанных с незаконным оборотом наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, *изобличению лиц*, их совершивших, *обнаружению имущества*, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление.

Не признается добровольной сдачей наркотиков *изъятие* указанных средств, веществ или их аналогов *при задержании лица*, а также *при производстве следственных действий* по их обнаружению и изъятию.

Статья 228.1 определяет ответственность за незаконные производство, сбыт или пересылку наркотиков.

Согласно *части 1 ст. 228.1*, незаконные производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов наказываются лишением свободы на срок от четырех до восьми лет.

Сбытом наркотических средств считаются любые способы их возмездной или безвозмездной передачи другим лицам (продажа, дарение, обмен, уплата долга, дача взаймы и т.д.), а также иные способы распространения, например, путем введения инъекций наркотиков.

При этом обратите внимание, что ответственность за сбыт наркотиков наступает независимо от их размера. То есть, даже если сбываются наркотики в небольших размерах, речь идет об уголовной, а никак не об административной ответственности.

Возможно, у некоторых из вас вызовет удивление, что если у вас в кармане лежит папироса с «травкой» и вы предлагаете её своему другу или подруге, вы также совершаете преступление, предусмотренное ст. 228.1 УК РФ – сбыт наркотиков. Между тем, эти действия действительно квалифицируются как сбыт, даже если друг не взял у вас деньги за выкуренный наркотик. Да, оказывается, легко, оказывается, говорить о наказании для других и так трудно представить преступником самого себя….
Существенно повышаются сроки лишения свободы и размеры штрафов за сбыт наркотиков несовершеннолетним, а также в крупных и особо крупных размеров.

Те действия, которые являются склонением к потреблению наркотиков, считаются преступлением и ответственность за него предусмотрена ст. 230 УК РФ. За склонение к потреблению наркотических средств предусмотрено наказание в виде лишения свободы на срок до 5 лет. Причем, под «склонением» понимается возбуждение у другого лица желания потребить наркотик не только путём предложения, дачи совета, просьбы, уговора, обмана, но и путём высказываний, восхваляющих ощущения, вызываемые введением наркотика в организм. Лишение свободы на срок от 3 до 8 лет грозит в случае, если правоохранительные органы докажут, что человек склонял к потреблению наркотиков заведомо несовершеннолетних, либо 2-х или более лиц. Такое же наказание ждёт тех, кто, склоняя к потреблению наркотиков, применяет насилие или угрожает его применить.

А если вдруг после склонения наступает по неосторожности смерть потерпевшего (например, от передозировки) или иные тяжкие последствия (в том числе, приобретение наркотической зависимости), то виновным гарантировано лишение свободы на срок от 6 до 12 лет.

Поэтому знайте, что когда вам предлагают наркотики, расписывают связанные с ними ощущения, в это время против вас совершают самое настоящее преступление, предусмотренное Уголовным кодексом!
Уголовный кодекс также устанавливает ответственность за содержание притонов для потребления наркотиков, посев или выращивание запрещённых

к возделыванию растений, а также культивирование сортов конопли, мака и других растений, содержащих наркотические вещества, незаконную выдачу либо подделку рецептов или иных документов, дающих право на получение наркотиков.

Но всё вышесказанное относится к тем, кто уже достиг возраста 16 лет. Достигшим возрастной отметки в 14 лет угрожает наказание за хищение либо вымогательство наркотиков в виде лишения свободы на срок от трех до семи лет. Сроки лишения свободы возрастают, если это преступление совершено с применением насилия или под угрозой его применения.

Выше мы коснулись преступлений, непосредственно связанных с наркотиками. Но подумайте, сколько есть преступлений, которые совершаются *из-за* наркотиков, сопутствуют наркотической зависимости. Какие это преступления?

(Варианты ответов…).

Да, правильно, кражи, грабежи, разбои, убийства… А сколько дорожно-транспортных происшествий происходит из-за того, что за рулём автомобиля был человек в состоянии наркотического опьянения…. Сколько насильственных преступлений, в результате которых причиняется вред не только физическому, но и психическому здоровью людей…

Кстати, за эти преступления, ввиду их повышенной общественной опасности, ответственность наступает с 14-ти лет (ст.20 УК РФ).

А сейчас обратимся еще к одному юридическому аспекту нашей проблемы. Наркотики всегда были окутаны завесой этакой таинственности, не говоря уже о каких-то загадочных «психотропных веществах». Давайте посмотрим, как закон определяет, что такое наркотики, психотропные вещества, кто по закону является наркоманом, и что такое наркомания.

Итак, у вас в кармане нашли какое-то вещество… К примеру, сухую траву или порошок белого цвета. Ясно, что к ответственности человека будут привлекать только в том случае, если это вещество окажется наркотиком. А вещество признаётся наркотиком, если оно соответствует *трём критериям*: медицинскому, социальному и юридическому.

Тема 8. ПРОБЛЕМА ОТКАЗА В ГРУППЕ РОВЕСНИКОВ

Трудно представить себе мир без наркотиков. Масштаб этой проблемы ошеломляет: распространение и торговля наркотиками одна из прибыльных сфер бизнеса. Ни одно государство не может быть защищено от ужасной беды. И в эти сети, попадают слишком много детей. Для некоторых подростков неотъемлемой частью жизни - увы, становятся наркотики и алкоголь. Почему на этот путь встает все больше молодых и умных ребят? Как можно избежать

влияния пагубных привычек, ведущие к смерти. Что значит **отказаться от наркотиков** и вести нормальную жизнь.

Каждый по-своему находит эту дорогу, ведущую в пропасть и наполненную горькими страданиями и бедой. В наше время миллионы подростков занимаются тем, что колются, глотают, нюхают и курят. Для одних это способ уйти от проблем, другие из любопытства пробуют кокаин и марихуану. А третьи пытаются разогнать тоску и справиться с депрессией. Но попробовав, хоть раз многие уже не могут отказаться от такого удовольствия, ради приятных ощущений.

«Пьянство и наркомания» становятся все более обычным явлением среди молодого поколения. Этот бич продолжает губить человеческую жизнь. По

результатам исследования почти 25% молодых ребят от 10 до 17 лет пробовали наркотики. Как не стать жертвами наркомании и найти веские причины от них отказаться. Во-первых, не надо пасовать перед жизненными проблемами и тяжелыми ситуациями. Свои проблемы не нужно прятать под видом принятия различных веществ. Тренируйте свое эмоциональное развитие, путем преодолений трудностей. Любая победа над неудачами вырабатывает умение справляться с нехорошим положением дел.

Порой, все начинается с так называемых слабых наркотиков, как марихуана (анаша, конопля, гашиш). Она воздействует на физическое и психическое состояние человека, особенно сильно оказывает влияние на головной мозг. В ее составе более 400 химических соединений. Дым марихуаны, состоящий из смол, является пагубным для организма. Нужно ли вдыхать токсические вещества, которые вызывают заболевание легких и горла. Имейте смелость сказать **наркотикам – нет!**

Какие причины вызывают интерес молодых ребят к наркотикам? Это:

1. Хочется выглядеть взрослым и брать ответственность за свое решение.
2. За компанию или увидев по телевизору понравившегося героя, принимавшего наркотики с приятным видом.
3. Нормальный отдых не дает удовлетворения.
4. Назло кому то.
5. Элементарное любопытство.

Труднее всего отказаться от давления сверстников, а еще близкого друга, который предлагает попробовать. Если не изменить окружение, вероятность стать наркоманом возрастает. У каждого из нас есть право быть свободной личностью. И если друзья подталкивают вас к принятию наркотиков, то уважают ли они ваши права? Будьте настойчивы в своем отказе, дайте решительный отпор: «Я не буду курить, мне не нужны неприятности».

Развивайте чувство ответственности, хоть и бывает трудно, иначе расплата за это будет вся ваша жизнь.

Тема 9. МОЙ ВЫБОР

Как отказаться от зла?

Поверь: Наркотики не бывают «на какое-то время»

Если «ДА», то на всю жизнь, короткую и неполноценную.

Если «НЕТ», то со временем поймешь, как ты был прав, отказавшись!

Тебе пытаются предложить наркотики?

5 способов отказаться:

1. Послать этого человека (лучше сделать это молча).

2. Отказаться, не вступая в переговоры. Повернуться и молча уйти.

3. Не спорить с ним и не читать лекций о вреде наркотиков - это уже бесполезно.

4. Если наркотик тебе предложил друг, то он тебе не друг.

5. Если наркотик предлагают в компании, не сменить ли тебе компанию?

10 причин по которым ты должен отказаться:

1. Наркотики не дают человеку мыслить самому за себя.

2. Наркотики толкают людей на кражи и насилия.

3. Наркотики дают фальшивое представление о счастье.

4. Наркотики часто приводят к несчастным случаям.

5. Наркотики разрушают семьи

6. Наркотики уничтожают дружбу.

7. Наркотики приводят к уродству детей

8. Наркотики являются источником многих заболеваний,

9. Наркотики являются препятствием к духовному развитию

10. Наркотики делают человека слабым и безвольным.

20 способов сказать «НЕТ»:

1. Не похоже, чтобы мне стало от этого хорошо.

2. Я не собираюсь травить организм.

3. НЕТ, не хочу неприятностей.

4. Когда мне понадобится это, я дам тебе знать.

5. Мои родители меня убьют.

6. Я таких вещей боюсь.

7. Когда-нибудь в другой раз.

8. Эта дрянь не для меня.

9. НЕТ, спасибо, у меня и так хватает неприятностей с родителями.

10. Я за витамины!

11. Я и без этого превосходно себя чувствую.

12. НЕТ, спасибо, у меня на это бывает аллергическая реакция.
13. НЕТ, мне понадобятся все мозги, какие есть.
14. НЕТ, спасибо. Это опасно для жизни
15. Ты с ума сошел? Я даже не курю сигареты.
16. НЕТ. Я это пробовал, и мне не понравилось.
17. Мне не хочется умереть молодым.
18. НЕТ, когда-нибудь я могу захотеть иметь здоровую семью.
19. Я хочу быть здоровым.
20. Это мне ничего не дает.

Поздравь себя. Отказ от пробы наркотика - единственный и самый надежный способ не попасть на смертельный лохотрон, который называется «наркозависимость».

Тема 10. ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗАВИСИМОСТИ

Зависимость и привычка. Очень часто люди, потребляющие ПАВ, говорят о том, что у них нет зависимости от наркотика, а лишь привычка, подобная таким, какие бывают у всех нормальных здоровых людей. У каждого из нас есть привычки. Часто мы даже не отдаем себе отчет в том, что те или иные действия совершаем не по своей воле, а действуя в рамках определенного «ритуала». В подавляющем большинстве случаев, для того чтобы ответить на вопрос, откуда взялась та или иная привычка, как сложился тот или иной ритуал, нам придется приложить некоторые, иногда довольно значительные усилия. Мы не замечаем своих привычек, они живут внутри нас, в определенное время или в определенной ситуации подавая сигнал - «пора!». И ритуал исполняется. Так происходит до тех пор, пока мы живем

«в ладу» с привычкой, неосознанно подчиняем ей часть себя. В качестве платы мы получаем покой, умиротворение, положительные эмоции.

Что же происходит, если по какой-то причине ритуал нарушается? Привычка тут же «оживает», приобретая черты капризного ребенка, надоедливой маленькой занозы, способной начисто испортить настроение. И часто, для того чтобы не входить в конфликт с этим всегда несговорчивым персонажем нашего внутреннего мира, мы идем «на мировую» и исполняем ритуал, принося во имя этого маленькие, порой незаметные жертвы.

Поскольку на свете нет людей, полностью свободных от привычек, давайте проделаем следующее несложное *упражнение.* Оно поможет лучше почувствовать предмет разговора и сделает дальнейшие рассуждения более понятными и близкими.

1. Вспомните о каком-нибудь ритуале, который исполняете ежедневно. Лучше не останавливаться на лежащих «на поверхности», таких, как утренний

туалет. Подумайте немного подольше и вспомните. Может быть, это окажется привычка почитать перед сном или необходимость во что бы то ни стало не пропустить вечерний выпуск новостей.

2. Теперь «рассмотрите» свою привычку повнимательнее. Отметьте про себя, из чего складывается ритуал, какие действия вы выполняете? Какова их последовательность? Замечаете ли вы, как проделываете те или иные действия в рамках ритуала?

3. У каждого из нас были такие случаи, когда привычный ритуал исполнить не удавалось. Что вы ощущаете в такие моменты? Попробуйте нарисовать свой «эмоциональный портрет» в эти минуты. Запишите пришедшие в голову мысли.

4. Вернитесь к моменту нарушения ритуала. Постарайтесь вспомнить, какие попытки вы предпринимаете, для того чтобы «умилостивить» свою привычку. На какие уступки готовы пойти. Раньше встать? Опоздать на работу? Отказаться от еды, общения с домочадцами, потратить последние деньги? Результат запишите рядом с «эмоциональным портретом».

Вполне возможно, что то, что у вас получилось в результате, весьма напоминает портрет зависимого человека, а среди жертв оказалась работа, сон, еда, покой в доме. То есть, по сути, принципиальной разницы между привычкой и зависимостью нет. Действуют одни и те же психологические механизмы: «ритуал - нарушение - жертва - покой».

Но как бы там ни было возможные «жертвы» никогда не выходят за рамки разумного и допустимого. Что же является фактором, ограничивающим разрушительные возможности привычки? Вряд ли любительница шоколадок станет красть их в магазине или отнимать у детей на улице. Также дикой любому нормальному человеку покажется мысль о том, что невозможность посмотреть в урочное время очередную серию любимой «мыльной оперы» может подтолкнуть человека к проявлению серьезной агрессии или насилию. От подобных поступков его удерживает воля. Этот важнейший компонент личности позволяет на основе сложившейся у человека системы ценностей управлять его поступками, регулировать настроение и эмоциональное состояние - держать себя в руках.

И воля и ценностные ориентиры формируются на основе воспитания и жизненного опыта. То есть накапливаются в процессе освоения действительности. Каждый прожитый день приносит человеку новый опыт и умение регулировать свои желания и потребности, соразмеряя их с общепринятыми нормами и требованиями внутреннего «я». Умение управлять своими желаниями, одно из важнейших черт разумного человека, в значительной степени, если хотите, следствие тренировки.

Эмоциональное состояние человека в любой момент находится где-то в промежутке между восторгом и депрессией, радостью и горем, покоем и безумием. Совершено естественно, что мы стремимся проводить как можно больше времени, находясь в состоянии со знаком «плюс». Для этого у каждого есть свои способы - результат поиска, итог взросления. Умение создавать себе хорошее настроение, радоваться, справляться с трудностями, вера в будущее не позволяют нам скатываться в уныние и погружаться в тоску при столкновении с жизненными трудностями. Так, при помощи внутренних ресурсов, собственного жизненного багажа, человек удерживает себя в «белой полосе» и выкарабкивается из «черной».

Наркотики позволяют изменять настроение и вызывать к жизни положительные эмоции, не прибегая к внутренней работе. Легкое счастье, бесконечная радость, и не нужно никаких усилий, чтобы почувствовать себя счастливым. Причем, ощущение счастья может быть при первых пробах наркотиков очень и очень сильным. Многие наркоманы, для которых еще не наступило время знакомства с оборотной стороной романа с наркотиком, совершенно искренне говорят о том, что минуты наркотического опьянения были самыми лучшими в их жизни.

Познавая искусственное счастье, подросток очень скоро понимает его преимущества. Не нужно воспитывать себя, не нужно, шаг за шагом преодолевая трудности, расти и взрослеть. То есть у человека, употребляющего наркотики, не происходит той самой тренировки воли и накопления жизненного опыта, которые позволяют человеку «удерживаться на плаву».

«Забрасывая» себя в царство синтетического счастья, ребенок хочет достичь все больших и больших результатов - хорошего ведь не может быть слишком много. Быстрый и легкий переход в иной мир, изменение собственного сознания становится необходимым ритуалом. В какой-то момент психика и эмоциональная сфера устают от экстремальных нагрузок, которые им приходится выдерживать, когда человек находится в состоянии наркотического опьянения и испытывает эйфорию. Эта «усталость» приводит к тому, что со временем изменяется «стартовая точка», из которой человек начинает двигаться в благостное лоно наркотика. Жизнь без наркотиков все чаще протекает уже не в хорошем или даже нормальном состоянии, а сопровождается подавленностью и депрессией - организм мстит за проделанное над ним насилие. Так начинается сползание к смертельно опасной черте. В какой-то момент, не прибегая к наркотику, человек не в состоянии удерживать себя от впадения в непроходимую тоску - сказывается отсутствие тренировки и опыта управлять собой, не прибегая к использованию

допинга. Наркоманы говорят: «Сначала ищешь наркотик, чтобы было хорошо, а потом - чтобы не было так плохо».

Из-за отсутствия сдерживающих факторов привычка перерастает в зависимость - человек уже не может справиться с потребностью исполнить ритуал - чем тяжелее переживать его нарушение, тем на большие жертвы готов пойти зависимый. Разрушаются социальные связи, привязанности, в соответствии с новыми потребностями перестраивается система ценностей. На этом этапе помимо психологических факторов, начинают работать биологические. Химические вещества, определенным образом встраиваясь в обмен веществ, формируют и на этом уровне своеобразный ритуал, при нарушении которого, человек испытывает физические страдания. Круг замыкается. Для борьбы с зависимостью необходима воля, а каждый новый прием наркотика, как и вся «карьера» наркомана, способствует ее полному угнетению. На этом этапе человеку уже не вырваться из порочного круга без посторонней помощи. Он прочно увяз и не имеет сил для борьбы с все более и более порабощающей его зависимостью.

Резюме: Несмотря на то, что привычка и зависимость при кажущейся непохожести имеют в своей основе одно и то же - ритуал, между ними существует и принципиальная разница. Она заключается в том, какова степень подчинения человека этому ритуалу. Можно сказать, что зависимость - это процесс сознательного подавления воли, что гораздо серьезнее, чем то, что мы привыкли называть распущенностью. И одними репрессиями и ограничениями зависимому человеку не поможешь - оказавшись в западне, он может принести в жертву последнее, что у него остается - собственную жизнь. Для того, чтобы вернуться к нормальной жизни, жертва наркотика первые шаги в этом направлении может пройти, только опираясь на руку, способную оказать помощь и разорвать бесконечную череду тоски, отчаяния и безысходности.

Этапы развития любой зависимости можно включает в себя 6 основных стадий:

1 стадия – начало употребления.

Чаще люди начинают употребление в молодом возрасте. Как наиболее распространенные причины первого опыта употребления называются любопытство, влияние авторитетных личностей, жажда новых впечатлений, стремление к подражанию и желание принадлежности группе.

2 стадия – экспериментирование.

Начинается экспериментирование с разными видами наркотиков и других психоактивных веществ (ПАВ). Употребление чаще всего происходит с намерением достичь эйфоризирующий эффект.

3 стадия – социальное употребление.

Складывается определенная форма употребления вещества. Употребление происходит в определенных группах и ситуациях.

4 стадия – привычное употребление.

Употребление становится привычным, употребляющий стремится (не всегда полностью осознанно) подыскать друзей, употребляющих то же вещество. Возникает потребность в наркотике и озабоченность тем, чтобы он был всегда доступен. Для достижения желаемого эффекта приходится принимать большие дозы.

5 стадия – чрезмерное употребление.

Начинаются проблемы во взаимоотношениях, неприятности на работе, финансовые проблемы и проблемы с законом, что приводит к еще большему употреблению из-за стремления «снять» стресс, создается «порочный круг». Наркотик принимается для облегчения и устранения проявлений абстиненции, «ломки», а не для достижения эйфории.

6 стадия – болезненное пристрастие.

Утрачивается контроль над употреблением наркотика или другого ПАВ. Употребление продолжается, не смотря на явные отрицательные последствия (разрушение отношений, потеря работы, угроза уголовного преследования, проблемы со здоровьем). Человек перестает видеть связь между своим употреблением ПАВ и возникающими отрицательными последствиями.

При развитии зависимости от наркотических веществ эти этапы могут проходить довольно быстро, и часто за помощью человек обращается, находясь на последнем из них.

В картине **химической зависимости** можно выделить три основных группы проявлений болезни:

1. Синдром измененной реактивности:

• изменение защитных реакций организма: например исчезает рвота, снижается или исчезает зуд.

• изменение толерантности: появляются возможность переносить более высокие дозы ПАВ и потребность в более высоких дозировках для достижения прежних эффектов.

• изменение формы потребления: факты приема ПАВ учащаются, изменяются пути введения (например, от курения или интраназального употребления героина переходят на в/венное его употребление).

• меняется форма опьянения: в примере с опиатами седативный эффект сменяется активизирующим.

2. Синдром психической зависимости.

• навязчивое влечение: постоянные мысли о ПАВ, влечение определяет настроение и эмоциональный фон, происходит подъем настроения в предвкушении приема, неудовлетворенность при отсутствии ПАВ, неадекватно положительная оценка всего, связанного с наркотизацией (знакомых, ситуаций) и чрезмерно отрицательное отношение ко всем и ко всему, что мешает наркопотреблению. Этот признак один из ранних и именно из-за него очень часто усилия пациента и врача остаются безрезультатны.

• психический комфорт только в интоксикации (после употребления ПАВ): восстановление психических функций, улучшение внимания, работоспособности и др. по сравнению с состоянием трезвости.

3. Синдром физической зависимости.

• непреодолимое (компульсивное) влечение к ПАВ: определяет поведение, достигает уровня жизненных потребностей (голод, жажда) и способно периодически вытеснять их. Занимает все содержание сознания на настоящий момент.

Сопровождается вегетативными проявлениями (дрожь, расширение зрачков, влажность кожи, сухость во рту).

• потеря количественного и ситуационного контроля: употребление в ситуациях и местах, где употребление изначально не планировалось и ранее не практиковалось, употребление более высоких доз, в большем количестве, чем ранее планировалось, случаи передозировок.

• возможность достижения физического комфорта только в интоксикации (после употребления ПАВ): улучшение физического самочувствия после приема доз не вызывающих эйфорию.

• абстиненция (состояние отмены): физические и психические расстройства, возникающие в ответ на выведение ПАВ из организма (специфичны для каждого ПАВ).

Тема 11. ПРИЧИНЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

Вопрос: почему люди употребляют наркотики?

Наркомания – это не болезнь в обычном смысле этого слова. Это – особое состояние души. Поэтому и причины, по которым люди начинают принимать наркотики, нельзя объяснять только привязанностью к какому-то химическому веществу. Эти причины подробно исследованы врачами, психологами и социологами, и о них непременно нужно сказать.

• **Недостаток любви и душевного тепла.** Это главная причина наркомании среди подростков. Следует помнить, что ни дорогие игрушки, ни деньги на развлечения, которыми пытаются откупиться от своих детей чрезмерно занятые родители, не могут заменить детям родительской любви. И

очень часто ребенок начинает сам искать такие «заменители», нередко приходя к наркотикам.

• **Любопытство.** Почти все подростки пробуют алкоголь или наркотики. Если ребенок только «экспериментирует», он обращается к наркотикам редко, всего несколько раз, а потом останавливается. Здесь очень важно, чтобы экспериментирование, первая из четырех стадий развития наркотической зависимости, не перешло в регулярное употребление.

• **Нажим со стороны ровесников.** Обычно среди друзей есть такие, кто употребляет наркотики. Иногда их давлению противостоять достаточно сложно.

• **Эксперимент над сознанием.** Эта мотивация характерна для интеллектуальной молодежи.

• **Бунтарство.** Иногда употребление наркотиков является формой выражения протеста против ценностей, исповедуемых родителями или насаждаемых в обществе.

•**Отсутствие внутренней дисциплины и чувства ответственности.** Это когда отношение к жизни основано на эгоизме, нет чувства ответственности перед собой и обществом. Подростки действуют импульсивно, совершают поступок прежде, чем успеют подумать, во всем ищут удовольствий и не желают выполнять какие-либо обязанности.

• **Отсутствие мотивации.** У некоторых подростков отсутствует интерес к каким-либо занятиям, вещам, событиям. Они равнодушны к школе и не имеют никаких увлечений. Они живут сегодняшним днем, не проявляют интереса к будущему, какие-либо личные достижения не имеют для них ценности.

• **Серьезные внутренние конфликты:** ощущение несчастья, неудовлетворенность, депрессия, тревога, скука, неуверенность в себе. Эти симптомы характерны для тех, у кого низкая самооценка. Они несчастны дома, ощущают отчужденность, изоляцию в семье.

• **Проблемы социализации.** Такие подростки трудно вступают в общение, у них мало друзей, нет близкого друга. Они не ладят с властями, начиная со школьных учителей, у них плохие отношения в семье, непрестанные столкновения с близкими и родственниками.

• **Проблемы неуверенности в себе.** Люди, имеющие низкую самооценку, часто ощущают незащищенность, страдают отсутствием уверенности в себе. На этой почве может развиться пристрастие к алкоголю и наркотикам.

• **Желание расширить круг общения и повысить свою популярность.** Некоторые подростки, испытывающие трудности во взаимодействии с

ровесниками или с противоположным полом, полагают, что наркотики раскрепощают и облегчают общение.

• **Стремление побороть депрессию.** Некоторые используют наркотики или алкоголь в порядке самолечения. Наркотики приносят временное облегчение депрессии, ощущения безнадежности, несчастья.

Тема 12. НАРКОТИКИ И ПОВЕДЕНИЕ. ПОСЛЕДСТВИЯ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

Признаки наркотического опьянения. В условиях широкого распространения наркомании каждому современному человеку не только полезно, но и необходимо знать признаки наркотического опьянения, чтобы вовремя обнаружить их у кого-либо из окружающих. Это позволит более правильно оценивать таких людей и более рационально строить с ними отношения (к примеру, решая такой вопрос: можно ли доверять данному человеку?).

Неожиданные изменения направленности интересов подростка и круга его общения, не связанные с объективными причинами (переходом в другую школу, переездом в другую местность), в сочетании с появлением друзей или подруг, о которых вы ранее не знали.

Странные особенности поведения: периодически и без видимых причин чрезмерная возбужденность или заторможенность, агрессивность или пассивность, колебания настроения.

Изменения внешнего облика: возросшая неряшливость, непонятный запах от одежды, волос, кожи лица, рук, изо рта. Особенно выдают человека, который употребляет наркотики, глаза: их блеск или затуманенность, суженные зрачки, мало реагирующие на изменение освещенности.

Появление у подростков различных предметов, которых вы ранее не видели: упаковки от таблеток; ампулы; кусочки фольги; чайная ложечка в его вещах или чужие чайные ложечки в доме, обычно с закопченной внешней стороной; а также носимые с собой предметы, которые могут быть использованы в качестве жгута (резинка, провод, пояс, ремень и т.д.); кусочки каких-то растений.

Признаки «лекарственной» заинтересованности подростков: исчезновение из домашней аптечки некоторых препаратов (димедрол, тазепам к т.д.), а также повышенный интерес к средствам бытовой химии (разного рода клеи, бензин, ацетон и др.); признаками наркотической заинтересованности подростка являются также появляющиеся в его речи специфические слова, список которых приводится ниже. Появление таких слов в речи ребенка,

подростка, в частности, в его разговорах с товарищами, должно настораживать взрослых.

О чем говорит закон

Само по себе употребление наркотических средств без назначения врача не является уголовным преступлением. Уголовная ответственность наступает за склонение к употреблению наркотических средств (ст. 230 УК РФ) и за организацию либо содержание притонов для употребления наркотических средств (ст. 232 УК РФ).

Согласно статье 230 УК РФ склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок от двух до пяти лет (в зависимости от степени тяжести вины). Согласно статье 232 УК РФ организация либо содержание притонов для потребления наркотических средств или психотропных веществ наказывается лишением свободы на срок до четырех лет. Те же деяния, совершенные организованной группой, наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет.

Уголовная ответственность распространяется на такие виды преступлений, как хищение и вымогательство наркотических средств (ст. 229 УК РФ), незаконное выращивание растений, содержащих наркотик (ст. 231 УК РФ), незаконная выдача или подделка рецептов на наркотическое средство (ст. 233 УК РФ).

Уголовный кодекс РФ даже для лиц, совершивших преступление оставляет возможность избежать уголовное наказание: «Лицо добровольно сдавшее наркотические средства или психотропные вещества или активно способствовавшие предотвращению 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».

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ У ПОДРОСТКОВ

Эти упражнения помогают участникам определить причины и опасность для человека такого явления, как «зависимость», в том числе, зависимость от наркотика.

Упражнение «Вопросы»

Цель: выяснить информированность аудитории, спланировать информационный блок.

Ведущий обдумывает вопросы, и на их основе определяет необходимый объем информационных блоков.

Каждый участник пишет на листке бумаги вопрос(ы), на которые он хотел бы получить ответ в ходе бесед. Листочки с вопросами отдаются ведущему.

Игра «Спорные утверждения»

Эта игра решает несколько задач:

- стимулируется активность группы;
- участники слышат альтернативное аргументированное мнение;
- происходит формирование собственных, менее дискриминационных позиций;
- появляется возможность продемонстрировать собственную позицию;
- двигательная активность во время игры позволяет восстановить внимание группы.

Комментарий: Иногда в ответственный момент подростки не могут подобрать подходящих еж для объяснения своих идей. Поэтому, задавая вопросы, постарайтесь точно выяснить, что на самом деле они имеют ввиду, отвечая тем или иным образом. Еще одним сложным моментом этой игры является «стадное чувство» - когда участники ходят друг за другом, не стремясь задуматься и выработать свое собственное мнение. Чтобы преодолеть это, нужно оговорить такой вариант заранее.

Можно использовать следующие утверждения;

1. Легкие наркотики безвредны.
2. Наркомания - это преступление.
3. Наркотики повышают творческий потенциал.
4. Наркомания —это болезнь.
5. У многих молодых людей возникают проблемы с законом из-за наркотиков.
6. Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент.

7. Наркомания излечима.

8. Многие подростки начинают употреблять наркотики «за компанию».

9. Люди, употребляющие наркотики, очень часто не осознают, что зависят от них.

10. Наркоман может умереть от СПИД.

11. Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.

12. По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет.

13. Наркоман может умереть от передозировки.

14. Продажа наркотиков не преследуется законом.

15. Наркомания неизлечима.

Упражнение «Ассоциации»

Цель: определить уровень знаний участников группы. Создать основу для более глубоко содержания работы и дискуссий.

Материалы: ручки; листы бумаги на каждого участника.

В игре обязательно участвует вся группа. В ходе игры определяется исходное отношение группы к проблеме.

Дается задание: «назовите одно, два слова, которые приходят на ум, когда вы слышите «наркотики», «наркомания», «психоактивные вещества (ПАВ)».

Игра может быть проведена в двух вариантах – устно и письменно.

1. Участники по кругу высказывают одну-две ассоциации, которые у них вызывает выражения «наркотики», «наркомания», «психоактивные вещества (ПАВ)».

2. Участники получают по небольшому листку бумаги, на котором записывают свои ассоциации.

При любом варианте игры результаты записываются на ватман и обсуждаются.

Ассоциации бывают разные, чаще всего они отражают личностное отношение человека к этой проблеме, даже неосознаваемое.

Игра «Сюрприз»

Цель: выяснить и обсудить мотивы начала потребления наркотиков.

Материалы: непрозрачная коробочка, морковка (или другой самый обычный предмет).

Ведущие кладут в непрозрачную коробочку или мешочек морковку. Участникам говорят, что то, что там лежит — «нельзя», «плохо», «запрещено», но ведущие этим пользуются регулярно и очень довольны. Коробочку кладут посередине круга. При этом ведущий говорит о том, что каждый участник может проявить себя по отношению к этой коробочке, как хочет.

Обычно больше половины участников выражают свое любопытство и заглядывают внутрь (ведущий им объясняет, что они не разглашают «секрет»). Всем напоминают, что то, что лежит в коробочке — это «плохо», «нельзя», но, несмотря на это, многие не захотели принять это во внимание.

После этого по кругу ведущий спрашивает у участников, что они чувствовали, когда коробочка стояла в центре комнаты, ведущие «рекламировали товар», а часть участников заглядывала в коробочку, проявляя любопытство. После этого ведущий предлагает участникам обсудить способы подачи информацию по наркомании и влияние любопытства на поведение человека.

После этой игры целесообразно привести результаты исследований, которые показывают реальные причины начала употребления наркотиков.

Упражнение «Высказывания»

Цель: мотивация подростков к получению информации; развитие способности аргументировать и конструктивно участвовать в дискуссии; формирование навыка высказывать собственное мнение.

Материалы: карточки с высказываниями на каждого участника.

Спектр полученных высказываний даст приблизительное представление об аспектах наркомании и ее профилактики. Предложенные утверждения должны отражать мнения, интересы и условия жизни участников группы, чтобы они могли идентифицировать себя с этими высказываниями. Настоящая дискуссия состоится лишь в том случае, если высказывания будут содержать провоцирующие тезисы, спорные моменты.

Участники группы получают по листу с подготовленными утверждениями. Им дается 10—15 мин., на раздумья. Высказывания, с которыми участники согласны, помечаются.

При подведении итогов обсуждаются высказывания, по которым участники затрудняются принять решение. Это касается тех высказываний, о которых участники недостаточно информированы, они требуют дополнительной информации, чтобы иметь возможность согласиться с высказываниями или опровергнуть его.

Возможные высказывания:

Люди, употребляющие наркотики, опасны, т.к. они совращают других.

Наркотики —это повседневность для подростков.

Алкоголь хуже, чем гашиш.

Алкоголь —это средство, от которого можно стать зависимым.

Подростки принимают «лекарство», чтобы успокоиться перед «контрольной» или экзаменом.

Если человек пьет и курит осознанно в умеренных дозах, то у него не возникнет зависимости.

Человек, убегающий от конфликтов, скорее подвергается возможности стать наркоманом.

Доводы учителя, который курит, но запрещает ученикам, выглядят неубедительно.

Иметь возможность достичь состояния опьянения —одна из радостей жизни.

Ученики, принимающие наркотики, нуждаются в понимании своих друзей и взрослых.

Упражнение «Провокационные тезисы»

Цель: выяснить, актуальна ли тема наркомании для подростков, и оценить их базовый уровень информированности.

Ведущий предлагает разбиться на две команды и обсудить несколько предложенных высказываний. При этом 1-ые номера высказываются «за», 2-ые — «против». После обсуждения разъясните спорные моменты (можно использовать статистические данные). Провокационные тезисы.

Проблему наркомании решить нельзя, т.к. нет общества, свободного от наркотиков.

Только у людей, живущих вне общества, возможны проблемы с наркотиками.

Наркоманам нельзя помочь.

Милиции следовало бы принимать более решительные меры в отношении наркоманов.

Молодежь слишком мало информируют о наркотиках.

Тому, кто стал наркоманом, не повезло.

Наркотики нужно легализовать.

Каждый человек хоть раз в жизни пробует наркотик.

«Насвай» помогает бросить курить.

От марихуаны не развивается зависимость.

Упражнение «Мифы»

Цель: информировать участников, развеять мифы.

Материалы: таблички с надписями «да» —«нет».

Таблички прикрепить на противоположные стены. Зачитывается спорное утверждение, предлогается участникам встать возле одной из табличек («да» или «нет»). Каждый участник должен обосновать свою точку зрения. После обсуждения разъясняются спорные моменты (можно использовать статистические данные).

Мифы:

Наркомания —вредная привычка.

Достаточно 1 раз уколоться —и станешь наркоманом.

Все наркоманы и проститутки —конченые люди.

Марихуана безвредна.

Наркомания неизлечима.

Нельзя дружить с наркоманом.

У каждого есть своя собственная зависимость.

«Чистые наркотики безвредны».

Легализация наркотиков приведет к снижению преступности.

Не сам наркотик, а его запрет приводит к несчастью.

Человек имеет право осознанно употреблять наркотики. Этим он не приносит вреда окружающим.

Продажа наркотиков, контролируемая врачами, сможет с наименьшими потерями предотвратить привыкание к наркотикам.

Упражнение «Что такое зависимость»

Цель: выявить уровень знаний участников; выяснить, как участники определяют понятие «зависимость»; дать определение зависимости.

Материалы: листы бумаги, ручки на каждого участника, лист ватмана, маркер. Участникам предлагается записать на листах бумаги ассоциации, которые возникают, когда они слышат слово «зависимость».

После чего участники по кругу произносят записанные ими ассоциации, а ведущий на листе ватмана записывает их так, чтобы варианты не повторялись (варианты, которые повторяются, можно отмечать «галочками»). В результате обсуждения, педагог подводит группу к правильному определению понятия «зависимости», разъясняет его смысл.

Игра «Марионетка»

Цель: определить, что может чувствовать человек, когда им кто-то управляет, когда он не свободен.

Участники должны разбиться на тройки. Каждой тройке дается задание: два участника должны играть роль кукловода — полностью управлять всеми движениями куклы-марионетки, один участник будет играть роль куклы. Каждый участник должен побывать в роли куклы. Для каждой тройки расставляются два стула на расстоянии 1,5—3 метра. Цель «кукловодов» — перевести «куклу» с одного стула на другой. При этом человек, который играет «куклу», не должен сопротивляться тому, что с ним делают «кукловоды». Очень важно, чтобы на месте «куклы» побывал каждый участник.

Обсуждение:

Что чувствовали участники во время игры, когда были в роли «куклы»?

Понравилось ли им это чувство, комфортно ли им было?

Хотелось ли что-либо сделать самому?

Комментарий: Данное упражнение при качественном исполнении (когда «марионетки» не двигаются самостоятельно) дает возможность участникам испытать на себе зависимость от другого человека, давление чужой воли. Но это не значит, что у всех участников оно вызовет негативные чувства. Поэтому в конце необходимо обсудить чувства участников, объяснить особенности пассивной и активной жизненной позиции в различных ситуациях. Проводя обсуждение, ведущий выясняет, почему у участников могли возникнуть те или иные чувства.

Чем проще и четче будет дана инструкция участникам, тем больше вероятность того, что игра вызовет эмоциональный отклик у участников.

«Обсуждение историй»

Цель: определить, какими стратегиями выхода из сложных ситуаций владеют участники группы; найти наиболее эффективные.

Материалы: листы бумаги, ручки на каждого участника.

Предложите участникам написать мини-сочинение (из 5-7 предложений) на тему:

«Что будет, если ... мне будет очень плохо»,

«Что будет, если ... я буду очень одинок»,

«Что будет, если ... я серьезно заболею»,

«Что будет, если ... класс отвернется от меня»,

Вся группа пишет сочинение на одну тему. Это даст возможность более подробно обсудить каждое сочинение.

Обсуждение

Чем заканчивались истории?

Какие выходы были предложены?

Сколько было позитивных, сколько негативных окончаний историй (в %)?

Есть ли наиболее эффективный выход из ситуации? Какой?

Какие возможные стратегии могут быть наиболее эффективными?

Ролевая игра «Семья»

Цель: принять личное участие в решении проблемы, найти возможные стратегии выхода.

Материалы: для того, чтобы ролевая игра прошла более естественно, можно заранее подготовить некоторые атрибуты для членов семьи.

Группа делится на две подгруппы. Каждая подгруппа должна придумать историю семьи, где кто-то страдает зависимостью от психоактивных веществ. Вся группа участвует в написании истории, распределении ролей. Задача

каждого участника — найти способы решения проблемы и подумать, как лично он может повлиять на ситуацию.

Группа разыгрывает ситуацию. После этого необходимо обсудить игру и выбрать наиболее приемлемые способы решения проблемы.

Ролевая игра «Предотвращение употребления наркотиков»

Цель: приобретение практических навыков. Игра дает возможность каждому участнику самому найти решение задачи, находясь в роли «большого начальника», формирует собственный масштабный подход к преодолению проблемы, позволяет приобрести опыт создания социальных проектов.

Участники делятся на 2 микрогруппы. Одна представляет администрацию школы, другая —администрацию города.

Примеры ролей для участников:

1)администрация школы: директор, завуч, завхоз, учителя;

2)администрация города: мэр, его заместитель, председатель комитета по делам молодежи, представитель органов управления МВД и т.д.

Ведущий помогает распределить роли между участниками. Задача участников игры: находясь в избранной для себя роли, предложить творческое решение проблемы наркотиков в рамках школы, двора, одного города. Результатом игры становиться проект «администрации школы», «администрации города».

С позиции практической целесообразности лучше ограничить масштаб до уровня: «свой двор», «своя школа». Ведущий предлагает участникам продумать не только то, что можно сделать, но и кто будет это делать, откуда можно взять деньги на эту деятельность, как можно будет оценить эффективность предложенной программы. Несколько лучших проектов можно наградить (если есть такая возможность).

МОЗГОВЫЕ ШТУРМЫ И ДИСКУССИИ

Мозговой штурм «Почему мы говорим о наркомании».

Участникам предлагается разделиться на 3 группы и выработать как можно больше причин, по которым в наше время людям следует знать и говорить о наркомании. После того как все группы доложат результаты своей работы, ведущий инициирует групповую дискуссию целью которой является осознание важности обсуждаемой проблемы.

В некоторых группах любые дискуссии сильно затягиваются, разговор становится все менее и менее содержательным, участники начинают излишне детализировать либо «ходить по кругу»; корректировать этот процесс можно, вовремя делая ремарки по содержанию, и, тем самым возвращая дискуссию в нужном педагогу направлении. Этот совет относится и ко всем остальным дискуссионным формам работы.

Мозговой штурм «Чем подросток отличается от ребенка и взрослого?»

Участникам предлагается разделиться на 2 подгруппы, одна группа обсуждает отличие ребенка от подростка, другая - отличие подростка от взрослого. После чего идет общее обсуждение в группе, делаются выводы о том, что происходит с человеком в подростковом периоде. Необходимо соблюдать правила мозгового штурма, временные рамки.

Выводы: подростковый возраст имеет ряд особенностей - конформность, максимализм, зависимость от возрастной группы. Нельзя подходить к подростку со взрослыми мерками; но каждый подросток сам должен отвечать за свои поступки, и этому можно научиться.

Необходимо объяснить смысл используемых психологических терминов.

Дискуссия «Мой друг зависим от наркотиков»

Цель: выработать несколько различных стратегий поведения, которые позволяют не вступать в созависимые отношения с наркопотребителем; дают возможность сохранить личную безопасность и в то же время помочь близкому человеку.

Ведущий предлагает группе обсудить вопрос «Как следует строить отношения с другом, употребляющим наркотики?». Участники высказывают свои идеи и мысли на заданную тему. Высказывания могут обсуждаться и оспариваться в корректной форме.

Главное, чтобы в результате дискуссии родилась стратегия, которая действительно будет работать. Ведущий направляет ход обсуждения, выявляет нелогичные и дискриминационные моменты, уточняет правильность понимания группой отдельных высказываний.

ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ ОТВЕТСТВЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ.

К этой группе упражнений относятся обычно ролевые игры. Участникам предлагается участие в ситуациях, где требуется умение аргументировано отстаивать свое мнение и навыки отказа.

«Давление группы»

Цель: отработка навыков отказа, выбор наиболее эффективных стратегий отказа.

Материалы: не требуются.

Выбирается доброволец для участия в «главной роли». В инструкции говорится, что будет предложена ситуация, где необходимо будет отказываться от чего-либо. Отказаться нужно 3-мя способами:

агрессивно, уверенно, неуверенно.

Ведущий описывает ситуацию: лидер двора или знакомые просят...

- приготовить наркотик у себя дома,
- сказать родителям, что какая-то вещь находится у него,
- спрятать дома какую-то вещь,
- купить наркотик.

Обсуждение

Как чувствовал себя человек в ситуации давления?

Какой вариант отказа оказался более эффективным (мнение группы и главного героя)?

Что можно было сделать, чтобы отказ был более убедительным?

«Социум»

Цель: определить, как человек делает выбор, что ему в этом может помочь.

Материалы: купоны двух цветов по 10-15 штук каждого цвета.

Из группы для проведения игры выбирается доброволец, затем он выходит за дверь. После этого участники делятся на 2 команды.

Ведущий зачитывает ситуацию. Пока доброволец находится за дверью, одна команда должна приготовить аргументы «за», другая - «против» (5 мин.) Когда команды будут готовы, добровольца приглашают войти в комнату. Ведущий зачитывает эту же ситуацию для добровольца, и дает ему задание внимательно выслушать обе команды. За удачные, на его взгляд, аргументы «арбитр» может присудить команде купон. После выступления обеих команд в его задачу входит принятие решение - присоединиться к одной или другой команде. После этого подсчитываются купоны.

Обсуждение

Трудно ли было сделать выбор арбитру?

Какие приводились аргументы «за» и «против»?

Что может повлиять на выбор человека? (качество приведенных аргументов, его симпатии, ранее существующая установка и т.д.)

Как человек сделал выбор?

«Отказ»

Цель: дать возможность участникам овладеть навыками уверенного поведения, аргументированного отказа в ситуации выбора.

Группа делится на 3 подгруппы. Каждой группе предлагается одна из ситуаций:

•одноклассник (сосед, лидер двора) просит разрешения приготовить наркотик у тебя дома, одноклассник (сосед, лидер двора) просит оставить какие-то вещи,

•одноклассник (сосед, лидер двора) просит солгать его родителям, что какая-то его вещь лежит у тебя.

Задание подгруппам: в течение 7 мин. придумать как можно больше аргументов для отказа в этой ситуации. После этого каждая подгруппа «проигрывает» свою ситуацию перед остальными участниками. Один играет роль «уговаривающего», другой – «отказывающегося». Ведущий предлагает использовать в каждой ситуации 3 стиля отказа: уверенный, агрессивный, неуверенный. Каждый стиль демонстрирует только один участник.

Комментарий: если ведущий чувствует, что роль уговаривающего может быть исполнена участниками недостаточно хорошо, он может сыграть ее сам.

Далее следует обсуждение необходимости приобретения таких навыков, влияния тех или иных форм отказа на дальнейшие отношения. Дискутируется вопрос о сложностях и преимуществах ответственного поведения.

«Шприц»

Участники садятся в круг. Им дается задание придумать 10 вариантов отказа от принятия наркотика и 10 вариантов предложения его попробовать. Ведущий берет шприц и предлагает его участнику, сидящему справа от него, уговаривая его взять шприц. Участник отказывается. Отказ должен быть тактичным, но твердым. Время, отведенное на работу пары — 3 минуты. После этого шприц переходит к участнику, и уже он уговаривает своего соседа попробовать наркотик.

Обсуждение

Легко ли было подбирать достойные отказы?

Какие из произнесенных вариантов были самыми эффективными отказами? Почему?

Как себя чувствовали участники в роли уговаривающего и отказывающего?

Какие еще формы отказа существуют?

«История про...»

Цель: анализ действий, совершаемых героями рассказа. Выяснение взглядов участников на данную проблему. Моделирование наиболее оптимальных стратегий действий участников.

Материалы: история, лист ватмана, маркер.

Всех участников методом простой жеребьевки делят на 3-4 команды) Затем зачитывается история из жизни подростков. Участников просят оценить действия и поведение героев по 10-балльной шкале с точки зрения их эффективности и морально-этических норм. Полученные результаты сводят в одну таблицу и анализируют. Каждая из команд зачитывает полученные в

групповом обсуждении рейтинги, кратко поясняя, что послужило причиной появления именно этого результата.

История про Машу

Коля и Маша любят друг друга. Они учатся в одном классе. Однажды Коля во время дискотеки завел Машу в класс и предложил ей попробовать наркотик. Он объяснил ей, что начал недавно колоться, ему очень нравится, и он хочет, чтобы ей тоже было хорошо. Маша отказалась от предложения и убежала из школы. Всю ночь она думала, что ей делать, и в итоге решила рассказать все своей однокласснице Свете, у которой брат недавно погиб под колесами мотоцикла, за рулем которого был наркоман. Света обещала все устроить и решить проблему. Она рассказывает все классному руководителю, а та — директору школы. Родителей Коли вызывают и рассказывают о сыне. Колю кладут в закрытый стационар на лечение. Никто из класса, даже Маша, не приходит к нему. Только друг Ваня не изменил своего отношения к другу и навещает его. Когда Коля вышел из больницы, он решил, что наркотики он употреблять больше не будет, но и с Машей поддерживать отношения тоже не собирается.

На примере обсуждения историй видно насколько сложно:

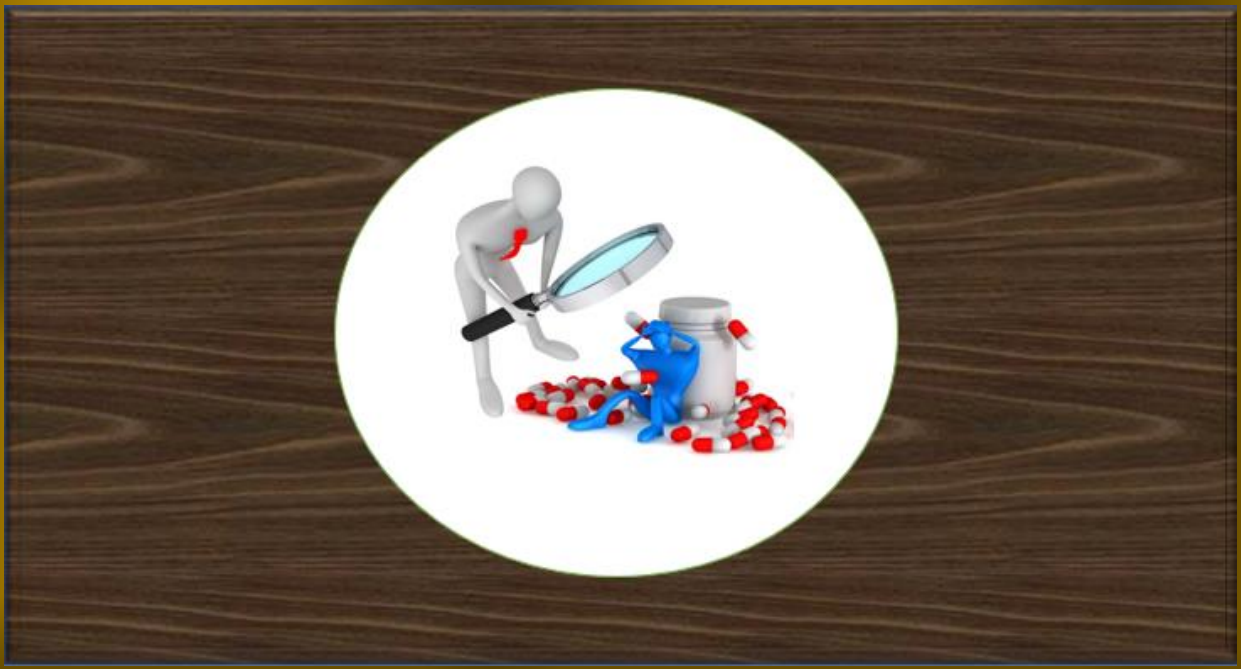
- отказать близкому человеку,
- принять самостоятельное решение,
- сделать правильный выбор,
- определить, какой выбор правильный,
- отказаться от дискриминирующей позиции.

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Перечень психодиагностических методик для выявления обучающихся, склонных к аддиктивному поведению

№	Название, автор	Сфера диагностики	Возраст респондентов
1.	Диагностика социально-психологических установок личности в мотивационно-потребностной сфере О.Ф. Потемкина	Степень выраженности социально-психологических установок	с 16 лет
2.	Тест аксиологической направленности школьников А.В. Капцов	Ценностная сфера	11-18 лет
3.	Определение ценностных ориентаций Методика М. Рокича	Ценностная сфера	14-18 лет
4.	Опросник «Подростковый эгоцентризм – социоцентризм» AES(адаптированный Т.В. Рябовой, А.В. Фокиной)	Аффективно-ценностные компоненты эгоцентризма	от 13 лет
5.	Стиль саморегуляции поведения Миросанова В.И. (детский и подростковый варианты)	Индивидуальные особенности саморегуляции	7-14 лет 14-18 лет
6.	Юношеская копинг-шкала (Adolescent Coping Scale E. Frydenberg, R. Lewis) адаптированная Т.Л. Крюковой	Диагностика выбора человеком способов совладания с трудными жизненными ситуациями	С 14 лет
7.	Тест жизнестойкости адаптация Леонтьев Д.А., Е.И. Рассказова	Способность выдерживать и эффективно преодолевать стрессовые ситуации	С 14 лет
8.	Тест жизнестойкости Мадди (скрининговый) адаптация Е.Н. Осина	Способность выдерживать и эффективно преодолевать стрессовые ситуации	С 14 лет

9.	Опросник «Способы преодоления негативных ситуаций» Гончарова С.С.	Стратегия преодоления трудных жизненных ситуаций	14-17 лет
10.	«Уровень субъективного контроля» Д Роттера, в адаптации Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда)	Сформированность уровня субъективного контроля над разнообразными жизненными ситуациями	С 12 лет
11.	Методика для психологической диагностики копинг-механизмов , адаптация Л.И. Вассермана	Исследование когнитивного, эмоционального и поведенческого копинг-механизмов	С 14 лет
12.	Тест-опросник механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля», адаптация Е. С. Романова, Л.Р. Гребенникова	Определение ведущих механизмов психологической защиты	С 14 лет
13.	Методика многомерной оценки детской тревожности Е.Е. Малкова, под руководством Л.И. Вассермана	Уровень и характер тревожности	7-18 лет
14.	Шкала явной тревожности для детей (CMAS), адаптация А.М. Прихожан	Изучение тревожности как относительно устойчивого образования	7-12 лет
15.	Методика «Диагностика самочувствия, активности и настроения» (САН) В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай, М.П. Мирошников	Оценка самочувствия, активности и настроения	14-18 лет
16.	Методика диагностики субъективной оценки межличностных отношений ребенка Н.Я. Семаго	Оценка межличностных отношений	7-10 лет
17.	Диагностика семейной адаптации и сплоченности (тест Д. Олсона, адаптация М. Перре)	Уровень семейной сплоченности и уровень семейной адаптации	с 12 лет

18.	Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по Фидлеру)	Оценка психологической атмосферы в коллективе по ряду параметров	с 11 лет
19.	Диагностика виктимности (Андронникова О.О., 2003)	Предрасположенность к виктимному поведению	16-18 лет
20.	Методика измерения самооценки Дембо-Рубинштейна (модифицированная А.М. Прихожан)	Диагностика уровня самооценки по шкалам	С 12 лет
21.	Методика диагностики общей самооценки (Г.Н. Казанцева)	Уровень самооценки	С 12 лет
22.	Методика диагностики самооценки мотивации одобрения (Дуглас П. Краун и Дэвид А. Марлоу, перевод и адаптация Ю.Л. Ханин)	Диагностика самооценки мотивации одобрения	С 14 лет
23.	Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел	Склонность к различным формам девиантного поведения	14-18 лет
24.	Диагностический опросник для выявления склонности к различным видам девиантного поведения для учащихся общеобразовательных учреждений	Склонность к различным формам девиантного поведения	14-17 лет
25.	Тест «Склонность к девиантному поведению» Э.В. Леус, А.Г. Соловьев	Склонность к девиантному поведению	12-18 лет
26.	Тест «Склонность к зависимому поведению» В.Д. Менделевич	Склонность к зависимому поведению	С 14 лет

27.	Тест-опросник «Аддиктивная склонность» Юсупов В.В.	Экстпресс-диагностика риска употребления алкоголя, ПАВ и наркотических веществ	С 14 лет
28.	Опросник –анкета для раннего выявления родителями наркотической зависимости у подростков, Завьялов В.Ю.	Выявление наркотической зависимости	Для родителей подростков
29.	Анкета для раннего выявления родителями химической зависимости у подростка Змановская Е.В.	Употребление ПАВ подростками	Для родителей подростков
30.	Методика выявления подростков склонных к наркотизации методом семантического дифференциала А.В. Иванов, С.В. Иванова	Употребление ПАВ подростками	С 14 лет