Государственное бюджетное образовательное учреждение

«Центр психолого-педагогической, медицинской, социальной помощи семье и детям «Рука в руке»

356871, Ставропольский край, Нефтекумский район,

п. Затеречный, ул. Коммунальная, 17, тел./факс 8(86558) 2-44-45, 2-48-93

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено и рекомендовано к утверждениюпедагогическим советомГБОУ «Центр «Рука в руке»протокол №2 от 22.09.2016 годаприказ № от 22.09.2016года  |  УтверждаюДиректор ГБОУ «Центр «Рука в руке»\_\_\_\_\_\_\_\_\_/И.А. Анисимова/«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2016 г. |

**Дополнительная образовательная программа по профилактике употребления**

**ПАВ в подростковом возрасте**

**«Мы выбираем Жизнь»**

**Составитель:**

 **педагог- психолог**

**Махмудова Е.Г.**

**2016 г.**

**п. Затеречный**

**Пояснительная записка.**

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

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

**Цели данной программы:**

1)      предупреждение употребления психоактивных веществ детьми и подростками;

2)      обучение навыкам ответственного поведения в пользу своего здоровья.

**Задачи:**

1.      Предоставить детям и подросткам объективную научную информацию о психоактивных веществах;

2.      Способствовать формированию положительного «образа — Я»;

3.      Развивать навыки самоуважения;

4.      Научить навыкам анализа чувств и преодоления стресса;

5.      Привить навыки эффективного общения;

6.      Способствовать осознанию детьми и подростками своих ценностей;

7.      Сформировать навык принятия обоснованных решений;

8.      Сформировать навыки постановки и достижения цели;

9.      Сформировать навыки сопротивления социальному давлению.

***Цели первичной профилактики наркозависимости:***

1.      Предотвращение употребления подростками ПАВ

1. Формирование у подростков здорового образа жизни

***Задачи:***

1. Формирование позитивного отношения подростков к себе
2. Формирование ответственности за свое поведение
3. Формирование у подростков негативного отношения к наркотикам и их употреблению

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

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

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

***Критерии отслеживания эффективности  программы***

Предлагается два способа отслеживания эффективности

1.      Отслеживание эффективности всей программы в целом. Критерии:

1.1.     Появление у подростков устойчивых интересов

1.2.     Повышение успеваемости

1.3.     Изменение количества подростков, стоящих на учете

1.4.     Изменение количества детей, состоящих в «группе риска»

1.5.     Изменение представленности причин, по которым дети попадают в «группу риска»

2.      Формы отслеживания: анкетирование, тестирование, опросы экспертов, сочинения, наблюдение, социометрия.

***Целевая группа:***учащиеся с7 по 11 классы.

Ожидаемые результаты:

1. Формирование негативного отношения к психоактивным веществам у подростков.

2. Популяризация и внедрение в воспитательный процесс наиболее эффективных моделей профилактики зависимости от психоактивных веществ.

3. Повышение уровня развития умений и навыков:

а) уверенного позитивного поведения;

б) конструктивного общения между собой и со взрослыми;

в) отстаивания и защиты своей точки зрения;

г) осознанного и уверенного умения сказать  курению «Нет».

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

***Учащиеся должны знать:***

- болезни, связанные с применением ПАВ;

- причины и последствия ПАВ (табакокурения, алкоголизма, наркомании);

- вредное влияние ПАВ на организм человека.

***Учащиеся должны уметь:***

- применять полученные знания на практике;

- уметь говорить «Нет»;

- вести активный здоровый образ жизни.

***Учащиеся должны приобрести навык:***

- работы в коллективе;

- высказывания своих мыслей;

- изучения научной литературы.

**Ожидаемые результаты.**

* Общая осведомленность подростков о проблемах и влиянии наркотических и психотропных веществ на становление личности.
* Уменьшение факторов риска, приводящих к безнадзорности, правонарушениям и злоупотреблению ПАВ в подростковой среде.
* Формирование у подростков нравственных качеств, чувства эмпатии, представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни.
* Обучение навыкам социально поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношениях с подростками.
* Выработка навыков противостояния группе.
* Удовлетворение разнообразных дополнительных запросов детей во внеурочное время.
* Способность подростка дифференцировать свои эмоциональные состояния и распознавать эмоциональные состояния окружающих.
* Умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать свое поведение.
* Формирование и укрепление антинаркотических установок (неприятие любых форм наркотизации, понимание употребления ПАВ как угрозы внутренней стабильности, здоровья, социального благополучия, установка на отказ от пробы вещества).
* Безопасное поведение в ситуациях, связанных с возможностью неблагоприятного воздействия на здоровье ребенка ПАВ (например, немедицинское употребление лекарственных средств, пассивное курение), а так же ситуациях опасности от лиц в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
* Безопасное поведение в ситуациях, связанных с риском вовлечения ребенка в наркотизацию (пробы ПАВ).
* Развитие коммуникативных способностей учащихся.

**Основные мероприятия по реализации программы для учеников 7 класса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование мероприятие** | **Форма проведения** | **Сроки проведения** | **Ответственный** |
| **1** | **Занятие 1. Правила групповой работы** | Занятие с элементами тренинга | сентябрь | Педагог-психолог |
| **2** | **Занятие 2. Я – неповторимый человек** | Занятие с элементами тренинга | октябрь | Педагог-психолог |
| **3** | **Занятие 3. Наши чувства** | Занятие с элементами тренинга | октябрь | Педагог-психолог |
| **4** | **Занятие 4. О чем говорят наши движения** | Занятие с элементами тренинга | ноябрь | Педагог-психолог |
| **5** | **Занятие 5. Как справится с плохим настроением** | Занятие с элементами тренинга | ноябрь | Педагог-психолог |
| **6** | **Занятие 6. Множество решений** | Занятие с элементами тренинга | декабрь | Педагог-психолог |
| **7** | **Занятие 7. Решение и здоровье** | Беседа | декабрь | классные руководители |
| **8** | **Занятие 8 . Вкусы и увлечения** | Беседа | январь | классные руководители |
| **9** | **Занятие 9. Нужные и ненужные лекарства** | Беседа | январь | классные руководители |
| **10** | **Занятие 10. Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор** | Беседа | февраль | классные руководители |
| **11** | **Занятие 11. Опасные и безопасные ситуации** | Беседа | февраль | классные руководители |
| **12** | **Занятие 12. Правда об алкоголе** | Беседа | Март | классные руководители |

 **Основные мероприятия по реализации программы для учеников 8 класса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование мероприятие** | **Форма проведения** | **Сроки проведения** | **Ответственный** |
| **1** | **Занятие 1.** . Что такое характер | Занятие с элементами тренинга | сентябрь | Педагог-психолог |
| **2** | **Занятие 2.** Как правильно дружить | Занятие с элементами тренинга | октябрь | Педагог-психолог |
| **3** | **Занятие 3.** Как сказать «Нет!» | Занятие с элементами тренинга | октябрь | Педагог-психолог |
| **4** | **Занятие 4.** Учусь взаимодействовать **.** | Занятие с элементами тренинга | ноябрь | Педагог-психолог |
| **5** | **Занятие 5.** Учись оценивать себя сам | Занятие с элементами тренинга | ноябрь | Педагог-психолог |
| **6** | **Занятие 6.** Я становлюсь увереннее | Занятие с элементами тренинга | декабрь | Педагог-психолог |
| **7** | **Занятие 7.** Агрессия и гнев | Занятие с элементами тренинга | декабрь | Педагог-психолог |
| **8** | **Занятие 8 .** Вредные привычки | Беседа | январь | классные руководители |
| **9** | **Занятие 9.** Наркомания – страшная болезнь | Занятие с элементами тренинга | январь | Педагог-психолог |
| **10** | **Занятие 10.** Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор | Беседа | февраль | классные руководители |
| **11** | **Занятие 11.** Что такое психоактивные вещества | Беседа | февраль | классные руководители |
| **12** | **Занятие 12.** Правда об алкоголе | Беседа | Март | классные руководители |

 **Основные мероприятия по реализации программы для учеников 9-11 класса**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Номер занятия** | **Наименование мероприятие** | **Форма проведения** | **Сроки проведения** | **Ответственный** |
| 1 | 1 занятие | Анкетирование при входе в программу. | Анкетирование | Сентябрь-октябрь | Педагог-психолог |
| 2 | 2 занятие | Биологические факторы риска Мотивы потребления наркотиков. | Практическое занятие | сентябрь | Педагог-психолог |
| 3 | 3 занятие |   « Курение-дело серьезное!». | Тренинг | октябрь | Педагог-психолог, Социальный педагог |
| 4 | 4 занятие |    « Как влияет курение на молодой организм».  | Тренинг | октябрь | Педагог-психолог |
| 5 | 5 занятие | « Скажи «нет!» ПАВ!».  | Тренинг | ноябрь | Педагог-психолог |
| 6 | 6 занятие | Тест «АССОЦИАЦИИ» Участники игры записывают пришедшие в голову слова-ассоциации на заданную тему.  | Тестирование | ноябрь | Педагог-психолог |
| 7 | 7 занятие | Тест «ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ…»  | Тестирование | декабрь | Педагог-психолог |
| 8 | 8 занятие | «Социологического опроса» | Опрос | январь | Педагог-психолог |
| 9 | 10занятие | Советы, как бросить курить.  | Лекция | февраль | Педагог-психолог |
| 10 | 11 занятие | Мини – лекция о вреде алкоголизма и наркотической зависимости  | Лекция | Март | Социальный педагог |
| 11 | 12 занятие | «Молодежь против наркотиков» | Тренинг | Март | Педагог-психолог |
| 12 | 13 занятие |  «Умей противостоять зависимостям»  | Тренинговое занятие | апрель | Педагог-психолог |
| 13 | 14 занятие |  «Пути достижения жизненных целей»  | Тренинговое занятие | апрель | Педагог-психолог |
| 14 | 15 занятие |  «Профилактика алкоголизма в подростковой среде». | Классный час | Май | Социальный педагог |
| 15 | 16 занятие |  «Заблуждение о безвредности пива»  | Классный час | Май | Социальный педагог  |
| 18 | 17 занятие |  «Пиво - молодежный напиток?»  | Классный час | Июнь | Социальный педагог |

**Программа родительского просвещения по профилактике табакокурения, алкоголизма и наркомании в подростковом возрасте**

Семья наряду со школой, сверстниками, СМИ и др. играет роль важного, возможно, самого важного фактора в борьбе с распространением табакокурения, алкоголизма и наркомании среди подростков. Многочисленные исследования, проведенные в последние годы, показали, что именно ситуация, сложившаяся в семье во многом определяет, насколько велика вероятность приобщения подростков к ПАВ (факторы риска и защитные факторы). Современные модели, на основе которых строятся в настоящее время наиболее эффективные профилактические программы, выделяют семью, как отдельный субъект профилактической работы.

**Основные направления профилактической помощи семье**

-Психолого-педагогическое просвещение – формирование у родителей потребности в психолого-педагогических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития и развития своих детей.

-Оказание помощи семье в случае, если ребенок начал курить, принимать алкоголь и наркотики.

-Предупреждение вовлечения детей в раннее употребление ПАВ (табакокурение, алкоголизм и наркомания)

-Индивидуальные консультирования родителей по актуальным вопросам семейного воспитания.

-Формирование из родительского актива групп поддержки для родителей «проблемных» семей.

-Установление взаимодействия с родителями подростков группы риска.

-Социальное вмешательство в семью при наличии асоциального образа жизни родителей.

-Проведение родительских собраний, семинаров, «Школы для родителей».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Программа просвещения родителей «Профилактика употребления ПАВ детьми»**  | **Аудитория**  | **Описание занятия**  |
| **Тематические всеобучи**  |
| «Психологические особенности подросткового возраста»  | 5-9 классы  | Беседа с презентацией Основные темы: характеристика возраста: умственное, эмоциональное и социальное развитие, основные проблемы возраста, нарушение отношений с семьей как фактор девиантного поведения.  |
| «Идеальные родители, идеальные дети»  | 1-9 классы  | Беседа с презентацией Обсуждение качеств «идеальных» детей и родителей; научить родителей открыто выражать свои чувства по отношению к поступкам ребенка. Изучение рекомендаций психологов: как стать идеальным родителем.  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Компьютерная зависимость»  | 5-9 классы  | Беседа с презентацией Основные темы: плюсы и минусы Интернета, уход от реальности как тревожный признак, симптомы психологической зависимости от компьютера, рекомендации по организации времени пребывания за компьютером.  |
| «Факторы риска и факторы защиты подростковой зависимости»  | 5-9 классы  | Причины, условия формирования, генетическая предрасположенность к употреблению ПАВ, личностные, семейные, макросоциальные факторы риска и защиты от употребления ПАВ.  |
| «Детская агрессия»  | 1-5 классы  | Лекция с презентацией Причины, виды, влияние семейного воспитания, способы работы с агрессией ребенка.  |
| «Родители, ваш ребенок и закон»  | 7 -9 класс  | Что такое наркотики, ответственность детей, родителей, как вести себя с ребенком, если узнали, что он употребляет ПАВ, куда обратиться за помощью.  |
| «Защита детей от жестокого обращения»  | 1-9 классы  | Беседа с презентацией. Знакомство родителей с законодательными актами, защищающими детей от жестокого обращения. Ответственность за жестокое обращение с детьми.  |
| «Подростковый суицид»  | 6-9 классы  | Беседа с презентацией Основные темы: признаки и характер подросткового суицида, взаимоотношения со своим ребѐнком, личность подростка и понимание его проблем.  |
| «Вопросы родителей о ПАВ»  | Беседа с презентацией Основные темы: Что рассказать ребенку о ПАВ, как поощрять ребенка к откровенному общению, как влияют семейные ценности на формирование умения отказывать окружающим, как научить ребенка отказывать окружающим, почему важна семейная профилактика употребления ПАВ, что делать, если у ребенка сформировалась зависимость от ПАВ. Тематика лекций для родителей. 1. ―Стоит задуматься, или Крайне тревожная статистика‖. 2. ―Опасные заблуждения, или Что мы думаем о наркотиках‖. 3. ―Наркотики и подросток, или Педагогические проблемы становления личности подростка‖. 4. ―Формирование пристрастия к наркотикам, или почему подростки принимают наркотики‖. 5. Этапы приобщения к наркотикам, или Как становятся наркоманами‖. 6. ―Семья и наркотики, или Влияние дисгармоничных семейных отношений на подростковую наркоманию‖. 7. Наркотики и их жертвы, или Что нужно знать о наркотиках‖. 8. В преддверии опасности, или Как распознать наркоманию‖. 9. ―Целевая программа ―Школа без наркотиков, или Что может современная школа‖. 10. Профилактика наркомании, или всем миром на борьбу с дурманом‖.  |
|  |
| «Какой стиль воспитания выбрать?»  | 1-4 классы 5-8 классы  | Анкетирование, авторитарный, попустительский, демократический, хаотичный и стили семейного воспитания и их влияние на развитие личности ребенка.  |
| «Хотите видеть ребенка успешным – помогите ему»  | 1-4 классы  | Причины, по которым уроки нравятся и не нравятся. Об успехах в школе, об интересе к школе, об отношениях в школе.  |
| «Поведение детей в зеркале семейных отношений»  | 5-8 классы  | Конфликт и конфликтная ситуация, причины, неконструктивные и конструктивные пути выхода из конфликта.  |
| «Сквернословие»  | 3-9 классы  | Причины, разбор конкретных случаев, пути противостояния сквернословию.  |
| «Профориентация»  | 8-9 классы  | Основные темы: правила выбора профессии. Ошибки выбора профессии. Анализ «Хочу», «Могу», «Надо» ребенка при определении его на профессиональный путь.  |
| Родительский всеобуч «Как общаться с ребенком?»  | **Тематика:** 1. Как наладить нормальные отношения с ребенком? 2. Безусловная любовь (что такое воспитание, результаты неприятия ребенка). 3. Помощь родителей: как ее вводить и как давать ребенку больше самостоятельности. 4. Если ребенок не слушается (тон и руководящие указания, как избегать конфликтов, как воспитываться в детях ответственность). 5. Как научиться слушать ребенка (правила активного слушания, три результата активного слушания). 6. Чувства родителей (как сказать о своем переживании, Я - высказывание). 7. Как разрешать конфликты (причины конфликтов, конструктивные и неконструктивные способы разрешения конфликтов). 8. А как насчет дисциплины (правила о правилах, вопрос о наказаниях, трудные дети и четыре причины стойкого непослушания). 9. «Кувшин» наших эмоций (разрушительные и страдательные эмоции, потребности, самооценка и ее зависимость от воспитания). 10. Ответы на волнующие вопросы родителей. |
|   |
| **Коррекционно-развивающие занятия для родителей**  |
| «Все мы родом из детства»  | 1-5 классы  | Беседа с презентацией: осознание позиции своего ребенка, попытка встать на эту позицию, особенности детского восприятия реальности, значимость эмоциональных отношений.  |
| «Позволить ребенку быть любимым»  | 5-8 классы  | Тренинг (про родительскую любовь): профилактика асоциального поведения, языки любви и разбор конкретных ситуаций.  |
| «Детско-родительские отношения»  | 1-9 классы  | Тренинговые **совместные занятия родителей и детей**. Сплочение, развитие навыков взаимодействия, коррекция негативных эмоций в семье, ресурс семейных отношений.  |
| «Организация работы с девиантными детьми»  | Лекция с презентацией «система работы с трудными детьми», изучение особенностей девиантных детей, анализ себя как профессионала.  |
| «Тренинг педагогической осознанности»  | Занятие направлено на формирования у педагогов личностно-ориентированной позиции по отношению к детям, поиск резервов для более эффективной работы, выделение причин возможных или истинных профессиональных проблем.  |
| «Система работы с трудными детьми»  | В лекции описываются принципы, следование которым способствует налаживанию контакта с трудным ребенком и достижению положительных изменений.  |
| «Подходы к профилактике употребления ПАВ»  | Подходов к профилактике ПАВ среди несовершеннолетних, условия, при которых профилактика оказывается более эффективной.  |
| «Факторы риска, факторы защиты употребления ПАВ»  | Факторы риска приобщения к ПАВ и факторы защиты от ПАВ, которые можно применить к школе и семье, способы реализации факторов защиты.  |
| «Особенности отвергаемых в коллективе детей»  | В лекции приведены особенности отвергаемых детей, роли, которые они выполняют в коллективе, последствия отвержения, психологическая работа, рекомендации учителю и родителю.  |
| «Вопросы здорового образа жизни»  | Знакомство с тренингом как активной формой работы в процессе обсуждения вопросов здорового образа жизни.  |
| «Психологическое здоровье»  | Определение психологического здоровья, значимость для физического здоровья, способы поддержания, техники поддержания психического здоровья.  |
| «Волшебный мир бабочки»  | Направлен на формирование позитивной установки при работе с детьми с аддиктивным поведением. Содержит арт-терапевтические техники, способствует снятию эмоционального напряжения.  |
| «Тренинг по саморегуляции как форма работы с детьми с девиантным поведением»  | Агрессия и эмоциональное напряжение, их влияние на здоровье человека, способы работы со своим состоянием: релаксация, дыхательные техники, изо - техники, визуализация, телесно-ориентирванная терапия.  |
| «Взгляд на проблемного ребенка»  | Арт - терапевтический тренинг, направлен на осознание своего отношения к проблемному ребенку, раскрытие собственных ресурсов в работе с проблемным ребенком, рекомендации по построению работы.  |
| «Техники установления позитивных отношений с родителями и детьми. Развитие коммуникативных навыков»  | Тренинг направлен на развитие умений проявлять педагогический такт в различных условиях воспитательно-образовательной работы в дошкольных учреждений.  |
| «Профилактика и преодоление стрессов»  | Раскрывает теоретические основы по теме «Стресс», предлагаются релаксационные упражнения, упражнения на снятие стресса.  |
| «Секреты эффективной педагогики»  | Понимание своих психологических установок и их связи с профессиональной деятельностью.  |
| «Роль психологической установки в жизни человека»  | Сказкотерапия. Цель занятия: дать установку на успешное взаимодействие с учащимися.  |
| «Конфликт и ученик»  | Основные темы: что такое конфликт, причины конфликтов между учителями и учениками, рекомендации учителю по профилактике конфликтов.  |

**Приложение 1**

**Диагностический инструментарий**

***Анкета «Мое отношение к курению»***

1.**Считаешь ли ты себя свободным человеком?**

а) да

б) нет

в) частично

г) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2.В случае давления со стороны окружающих ты:**

А) предпочитаешь делать то, что от тебя требуют

Б) начинаешь «воевать» со всеми

В) делаешь вид, что согласен, но стараешься поступить по-своему

Г) отстаиваешь свою позицию, пытаешься объяснить ее правильность

Д) не обращаешь внимания

Е) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3.Куришь ли ты?**

А) да

Б) иногда

В) нет

Г) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**4. Сколько сигарет ты выкуриваешь за сутки?**

А) курю не каждый день, а только в некоторых случаях

Б) 1-2 сигареты в день

В) 3-5 сигарет в день

Г) 6-10 сигарет в день

Д) 11-20 сигарет в день

Е) более пачки в день

Ж) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**5.В каком возрасте ты закурил первый раз? Укажи число полных лет.**

А) \_\_\_\_\_\_\_\_ лет

Б) не помню

В) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6.**Как получилось, что ты начал курить?**

А) предложили в компании

Б) начал курить из любопытства, по собственной инициативе

В) начал курить назло родителям (кому-либо еще)

Г) предложил попробовать кто-то из родственников

Д) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7.**Что для тебя курение?**

А) способ поддерживать компанию (курю в основном в компании)

Б) привычка, от которой трудно избавиться

В) затрудняюсь ответить

Г) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**8.Пытаешься ли ты ограничивать количество выкуренных в день сигарет?**

А) да, пытаюсь ограничивать

Б) нет, не пытаюсь

В) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**9.Возникает ли у тебя желание бросить курить?**

А) да, такое желание возникает часто

Б) да, возникает иногда

В) нет, не возникает

Г) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**10.Если ты сам не куришь, как ты относишься к курящим сверстникам?**

А) мне это нравится

Б) для меня не имеет значение, курят они или нет

В) отрицательно

Г) затрудняюсь ответить

Д) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**11.Как ты думаешь, почему твои сверстники курят?**

А) не хотят быть «белой вороной» в компании

Б) хотят казаться взрослыми

В) курят от нечего делать

Г) из чувства протеста

Д) это их успокаивает, приносит удовольствие

Е) затрудняюсь ответить

Ж) твой вариант \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

***Анкета «Мое отношение к ПАВ»***

**1.Ваше образовательное учреждение**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2. Пол:** \_\_\_М; \_\_\_Ж

**3. Возраст:** 15-16 \_\_\_\_ 17-18\_\_\_\_

**4. Ваше отношение к алкоголю, курению, наркотикам?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| отрицательное  | нейтральное  | положительное  |

1. **Почему Вы курите**?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**6. В твоей компании девушки (юноши) курят?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  да  | нет  | не знаю  |

**7. Как ты к этому относишься?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  положительно  | безразлично  |  отрицательно  |  другое  |

**8. Девушка (юноша), с которой (ым) ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  положительно  | отрицательно  |  безразлично  | другое |

**9. Хотел (а) бы ты, чтобы твоя жена (муж) курил (а)?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  да  | нет  |  не знаю  |

**10. Откуда вы получаете информацию о вреде ПАВ (курения, алкоголя, наркотиков)?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| А) не получал Б) от родителей В) в школе  | Г) из газет, журналов Д) от друзей  | Е) от сотрудников милиции Ж) от наркологов  | З) другое (указать)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**11. Что из перечисленного достаточно часто имеет место в вашей школе или классе?**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| А) оскорбление личности Б) драки В) воровство  | Г) курение в здании или около школы Д) вымогательство денег  | Е) употребление алкоголя Ж) употребление наркотиков  | З) другие антиобщественные поступки (какие)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  |

**12. После уроков ты посещаешь:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| А) факультативы в школе Б) курсы В) спортивную секцию  | Г) кружки Д) не занимаешься ничем  | Е) другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  |

**13. Для досуга и активного отдыха учеников в вашей школе проводят:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| А) дискотеки Б) классные вечера В) «День здоровья»  | Г) «Смотр строя и песни» Д) спортивные соревнования Е) походы  | Ж) «День самоуправления» З) ничего не проводят  | З) другое (указать)\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  |

**14. Как вы считаете, что нужно сделать, чтобы подростки перестали употреблять ПАВ (алкоголь, курение, наркотики)?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| заниматься спортом * заниматься любимым делом
* посещать кружки, секции
 | создать отряд правопорядка из подростков * выпускать газету, направленную против вредных привычек
 | Что-то еще (указать)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  |

**Анкета, направленная**

**на изучение характера отношения подростков к наркомании**

Предложенная анкета не является «тестом», в ней нет «хороших» и «плохих» ответов. Важно, чтобы Вы выразили свое личное мнение. Вам предлагается ряд вопросов. Тот ответ, который Вы считаете наиболее приемлемым для себя, нужно подчеркнуть. Заранее благодарим вас за участие.

АНКЕТА

1. Что такое, на Ваш взгляд, «здоровый образ жизни»?

а) не пить, б) не курить, в) заниматься спортом,

г) не употреблять наркотики, д) полноценно питаться

2. Считаете ли Вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?

а) да, частично, в) эта проблема меня пока не волнует, г) нет;

3. Есть ли среди Ваших знакомых люди, употребляющие наркотические вещества?

а) да, б) нет;

4. Если бы вы узнали, что Ваш друг (подруга) употребляет наркотики Вы:

а) немедленно прекратили с ним (с ней) отношения,

б) продолжали бы дружить, не обращая внимания;

в) постарались бы помочь излечиться;

г) попросили бы дать попробовать.

5. Пробовали ли Вы наркотики? Какие?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Хотели бы Вы попробовать наркотическое вещество? Какое?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Наркотик стоит попробовать:

а) чтобы придать себе смелость и уверенность;

б) чтобы легче общаться с другими людьми;

в) чтобы испытать чувство эйфории;

г) из любопытства;

д) чтобы не быть «мокрой курицей» в компании друзей;

е) чтобы показать свою независимость родителям и учителям;

ж) не стоит пробовать в любом случае.

8. Талантливые люди принимают наркотики, чтобы получить приток вдохновения:

а) да, б) нет

9. Наркотик делает человека свободным:

а) да, б) нет;

10. Наркотик избавляет от обыденности жизни:

а) да, б) нет;

11. Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия:

а) да, б) нет;

12. Наркотики бывают «легкими» и «тяжелыми»?

а) да, б) нет;

13. Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет?

а) да, б) нет;

14. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться:

А) да, б) нет; В) если есть сила воли, то да.

15. Наркоманами становятся только слабые и безвольные:

а) да, б) нет.

16. Если бросать, то лучше бросать:

а) постепенно, б) сразу, в) бросить невозможно.

17. В наше время существуют эффективные методы лечения наркомании, которые позволяют человеку снова вернуться к нормальной жизни, стать полноценным членом общества:

а) да, б) нет.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Сообщите, пожалуйста, некоторые данные о себе:

класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Пол ж, м\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ваш возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ!

*Анализ результатов:*

1. Подростки, ответившие положительно на вопрос 5, вероятнее всего имеют опыт употребления наркотических веществ.

2. Для подростков, выбравших вариант г вопроса 4 и вариант а, б, в, г вопроса 6 характерно позитивное отношение к употреблению наркотиков.

3. Подростки, ответившие отрицательно на вопрос 6 и вариант ж вопроса 7 имеют четко сформированное негативное отношение к употреблению наркотиков, положительные ответы на вопросы 9-17 свидетельствуют о недостаточной информированности подростков по проблеме наркомании. Об этом также говорит и крайне негативная позиция в отношении людей, страдающих наркотической зависимостью (выбор варианта а вопроса 4)недооценка масштабов наркомании, низкая значимость здоровья (выбор варианта г , д вопроса 2) и отсутствие комплексного подхода к вопросам здоровья и здорового образа жизни в целом

 ***Используемая литература***

1.    Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. М., Интерпракс, 1994.

2.    Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М., Генезис, 2003.

3.    Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб., Речь, 2003.

4.    Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика, игры, упражнения. СПб., Служба доверия, 1994.

5.    Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности. М., Просвещение, 1991.

6.    Мастеров Б.М. Психология саморазвития: психотехника риска и правила безопасности. М., Интерпракс, 1994.

7.    Киппер Дэвид. Клинические ролевые игры и психодрама. М., «Класс», 1993.

8.    Овчарова Р. В. Технологии практического психолога образования.

9.    Профилактика аддиктивного поведения и случайных отравлений лекарственными препаратами. // Школа здоровья, № 1, 1998.

10.     Формирование жизненных навыков»: программа профилактики поведенческих факторов риска у подростков. Н.А. Паршутин, Т.П. Симонятова. // Школа здоровья № 4, 1999г.

11.     Психология подростка. Учебник под ред. А.А. Реана. СПб: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.

***Рекомендуемая  литература:***

1.    Козлов Н. Философские сказки для обдумывающих житье, или веселая книга о свободе и нравственности. М., Ребус, 1994.

2.    Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения. М., Генезис, 2001.

3.    Леви В.А. Искусство быть собой. М., Знание, 1991.

4.    Маюров А.Н., Маюров Я.А. Табачный туман обмана. Учебное пособие для ученика и учителя.7-11 классы. М.: Педагогическое общество России, 2004.

Белогуров  С.Б. "Популярно о наркотиках и наркоманиях" – М., СПб, 1998

Березин С.В., Лисецкий К.С. Психология ранней наркомании.- Самара, 2000

1.      Битенский  В.С. и др. Наркомания у подростков. Киев .1988

2.      Журавлёва О.В., Зуева С.П., Нижегородова М.Н. Программа «Путешествие во времени». // Работающие программы. Выпуск 4. М., 2000

3.      Игры: обучение, тренинг, досуг / Под ред. В.В. Петрусинского  -М., 1994

4.      Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Тренинг. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. //Практическое руководство для школьного психолога..- М.,1997

5.      Леванова Е.А. Готовясь работать с подростками. – М., 1993

6.      Легальные и нелегальные  наркотики; Практическое руководство по проведению уроков профилактики среди подростков в 2-х частях, СПб, 1996

7.      Личко А.Е., Битенский В.С. Подростковая наркология. – М., 1991

8.      Наркомании и токсикомании у несовершеннолетних и молодежи. Сб. научно-методических материалов под ред. Красильникова Г.Т. Новосибирск, 1995

9.      О концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде //Вестник образования. № 8.2000 г.

10.    Предупреждение подростковой и юношеской наркомании // Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого, И.Б. Орешниковой/ М, Изд-во Института психотерапии, 2000.

11.   Причины распространения и пути профилактики наркомании. // Учебное пособие. Ростов-на–Дону, 2001.

12.  Профилактика наркоманий и токсикоманий у подростков. Кемерово, 1997

13.  Профилактика наркомании и алкоголизма в подростково-молодежной среде // Методическое пособие. М., 2000

14.  Рудестам К.Э. Групповая психотерапия. СПб, 1998

15.  Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Программа формирования эдорового жизненного стиля. // Работающие программы. Выпуск 5.М., 2000.

16.  Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. М., 1999

17.  Фопель К. Психологические группы. Рабочие материалы для ведущего.- М., 1999

18.  Шаг за шагом от наркотиков. // Книга для родителей, СПб., 1999

19.  Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей. Под ред. Л.М.Щипицыной и Е.И.Казаковой, СПб, «Детство-Пресс», 2001.