

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Лицей № 9»

УТВЕРЖДЕНО

Директор Лицея № 9



И.В. Малашенко

2021г.

ПРОГРАММА  
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ  
НАРКОТИЧЕСКИХ и ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ  
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМИ  
НА 2021-2023 г.г.

## **Пояснительная записка.**

### *Наименование программы.*

Комплексная программа по профилактике употребления психоактивных веществ в подростковой среде.

### *Актуальность программы.*

Общество, в котором мы живем, характеризуется крайней степенью социальной и политической нестабильностью. Неуверенность в завтрашнем дне, неспособность части населения, а особенно подростков и молодёжи, активно справляться с жизненными трудностями – вот те предпосылки, которые обеспечивают наркомании и алкоголизму прочные позиции в обществе.

Применение в современной жизни новых технологий привело к тому, что в жизни нового поколения появились незнакомые ранее виды психоактивных, наркотических веществ, которые также активно распространяются в подростковой, молодёжной среде.

Молодёжь оказывается в группе риска по заболеванию СПИДом, подвергается воздействию криминальных лидеров, может быть вовлечена в совершение преступлений. Важно научить ребят уверенно, осознанно ответить НЕТ на предложение употреблять психоактивные вещества (ПАВ).

В современном мире подростки часто оказываются предоставлены сами себе, их воспитанием некогда заниматься родителям. Определённые трудности связаны и с возрастными особенностями: подростки склонны отрицать авторитеты взрослых, а общение со сверстниками проходит в более доверительной обстановке.

Родители, педагоги, медицинские работники и общественность должны стать наиболее активными субъектами профилактики отклоняющегося поведения и употребления ПАВ подростками.

Данная программа направлена на обучение сознательному отказу от употребления психоактивных веществ, формирование ценностного отношения к себе и к собственному здоровью, умение выходить из проблемных ситуаций, формирование уверенности в себе, развитие способностей к сотрудничеству и лидерских качеств.

### Цели и задачи программы:

Целью данной программы является создание условий для формирования мотивации здорового образа жизни в школьной среде и первичная профилактики употребления психоактивных веществ.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

- информирование подростков о пагубном воздействии психоактивных веществ на организм человека и последствиях употребления ими;

- информирование подростка о службах помощи, досуговых центрах;
- создание условий для личностного роста подростков и самореализации
- формирование у подростков навыков ответственного поведения, навыков сознательного отказа от ПАВ в ситуации давления группы;
- создание условий для формирования позитивного отношения к себе и окружающему миру.

### **Основные направления работы**

1. Информирование и просвещение учеников, их родителей и других значимых лиц.
2. Освоение знаний по проблеме профилактики ПАВ, интерактивных форм работы с участниками программы.
3. Проведение творческих мероприятий по профилактике ПАВ.
4. Формирование актива среди участников, педагогов и родителей по пропаганде здорового образа жизни.

### **Сотрудничество**

Программа строится с таким расчётом, чтобы объединить семью, школу, общество в целом едином стремлении передать детям и подросткам навыки эффективных коммуникаций там, где они живут, учатся, работают.

Любое отдельно взятое учреждение не в состоянии обеспечить полноценную профилактику употребления алкоголя, ПАВ и курения. Поэтому для проведения программы существенны объединённые усилия и привлечение в образовательное учреждение специалистов в области профилактики правонарушений, органов внутренних дел и здравоохранения, представителей общественных организаций.

### **Предполагаемые результаты.**

Программа включает в себя обучение эффективному общению, уверенности в себе, умению управлять своими чувствами, выбору друзей и построению позитивных отношений со сверстниками, укреплению связи с семьей и другими значимыми взрослыми, решению возникших проблем, критическому мышлению.

Показателем эффективности программы является:

- повышение процента занятости детей, активно участвующих в общественной деятельности школы.
- увеличение процента самостоятельности детей в роли организатора собственной внеурочной деятельности в активно-положительном (творческом, культурном, спортивном и пр.) использовании досуга.
- повышение уровня воспитанности учащихся, социальной адаптации и предотвращение дезадаптации подростка.
- положительная мотивация на здоровый образ жизни.

## Содержание программы.

Первичная профилактическая работа состоит из двух блоков.

1. Информационно-просветительский блок проводится в образовательном учреждении и включает в себя работу с детьми и подростками и их родителями или другими значимыми лицами. Работа проводится в рамках классных часов, на родительских собраниях, а также в рамках специальных образовательных программ. В рамках развития социального партнёрства возможно привлечение медицинских работников, работников правоохранительных органов и других заинтересованных ведомств.

2. Практический блок

Цель – информационный контроль над динамикой процесса профилактики, а также выявление детей группы риска

Проведение мероприятий, в которых поощряется любое творческое самовыражение детей, педагогов и родителей:

- тренинги, практические семинары
- родительские собрания и конференции
- диспуты и дискуссии
- игровые занятия
- деловые и ролевые игры
- спортивные соревнования
- праздники здоровья
- выпуск информационных листовок и газет о здоровом образе жизни, плакатов, открыток
- проведение конференций и круглых столов, посвященных проблеме здорового образа жизни
- проведение КВН
- выставки творческого самовыражения: стихи, сочинения, рисунки, поделки

- использование аудиовизуальных материалов и наглядных пособий
- индивидуальные консультации среди учащихся, педагогов и родителей.

### Раздел 1. Формирование ценностных ориентаций у подростков.

цель – формирование действенной установки у учащихся на отказ от приема употребления ПАВ.

тема 1. Общение. Внутренние ресурсы личности.

Понятие общения. Виды и стили общения. Формирование личностных установок детей.

Практическая работа: ролевые игры, направленные на снижение коммуникативной агрессии.

Упражнение «Мой личный герб». Составление личного герба на основе собственных ресурсов в повышении самооценки и уверенности в своих силах. Вывод о том, что в каждом человеке существует множество ресурсов, которые в трудную минуту можно использовать в виде самопомощи и поддержки самого себя.

тема 2. Оказание помощи подросткам в преодолении деструктивного поведения, в овладении действенных навыков при отказе в употреблении ПАВ

Понятие деструктивное поведение. Саморазрушающее поведение детей и подростков.

Практическая работа: ролевые игры, направленные на приобретение навыков сдерживания вовлечения подростков в прием наркотических средств за счёт выстраивания конструктивных отношений со сверстниками. Выработка рекомендаций по предупреждению употребления ПАВ несовершеннолетними, обучению навыкам конструктивного сопротивления вовлечению в употребление ПАВ.

### раздел 2. Оказание психологической помощи подростку с учётом его индивидуальности.

цель: развитие у подростков представлений о позитивном поведении при решении проблемных вопросов

тема 1. Психологическая поддержка как фактор первичной профилактики употребления ПАВ.

Принципы и способы оказания поддержки; сосредоточение на достоинствах ребёнка; работа по повышению его самооценки, помощь в приобретении веры в себя и в свои способности; помощь в формировании позитивного «Я» подростка.

Практическая работа: психологическая игра по проигрыванию ситуаций, в которых уместно применить навыки психологической поддержки детям и подросткам.

тема 2. Знание возрастных, физиологических, индивидуально-психологических особенностей подростков как основы эффективного воспитания здоровых привычек и социально важных навыков.

Понятие темперамента: его типы и свойства, особенности проявления темперамента, учёт типа нервной системы ребёнка в организации взаимодействия с окружающими.

Практическая работа: проведение диагностики у подростков по выявлению типа темперамента, определение индивидуальных особенностей членов семьи.

тема 3. Формирование образа «Я» у подростка.

Самооценка, виды. Симптомы низкого самоуважения ребёнка. Локус контроля. Положительное отношение к себе - основа психологического выживания. Способы повышения самооценки у детей. Дружба, хорошие отношения, доверие как способы укрепления самооценки и психического здоровья.

Практическая работа: диагностика самооценки по методике, анализ результатов.

тема 4. Воспитание навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками.

Основные закономерности процесса общения и его структура. Защита от манипуляций. Конфликты и умение их разрешать. Помощь подросткам в налаживании межличностных контактов во взаимодействии со сверстниками. Роль родителей в формировании положительной среды вокруг подростка.

тема 5. Приёмы и методы организации помощи подросткам в преодолении кризисных ситуаций.

Понятие о кризисных ситуациях в жизни детей. Условия воспитания психически здорового человека, способного справляться с собственными проблемами и жизненными трудностями.

Групповое обсуждение темы «Как найти выход из безвыходной ситуации?». Обсуждение примеров, связанных с острыми переживаниями участников.

### Раздел 3. Помощь подросткам в успешной ориентации во внешнем мире.

цель: оказание помощи подросткам в формировании способности противостоять неблагоприятным воздействиям окружения, манипулированию.

тема 1. оказание помощи подросткам в приобретении навыков самоконтроля и саморегуляции.

Эмоции и чувства. Аффект. Управление эмоциями и чувствами.

Практическая часть: психодиагностическая работа по выявлению способности к самоконтролю. Обучающие упражнения на приобретение навыков самоконтроля и саморегуляции.

тема 2. Развитие навыков личной безопасности подростка.

Личная безопасность. Правила безопасности. Ограничения, виды ограничений. Запрет, нарушение запрета. Правила и способы обеспечения безопасности подростков. Связь ситуации, мыслей, чувств, поведения. Изменение собственных мыслей как способ изменения отношения к ситуации.

Практическая работа. Обобщение группового опыта по оказанию помощи подросткам в развитии навыков личной безопасности. Работа с примерами ситуаций, направленная на выявление негативных мыслей и обучение трансформирования их в позитивные. Психологическая игра «Береженого Бог бережет».

тема 3. Формирование умения у детей и подростков противостоять негативному влиянию сверстников, взрослых.

Представление о манипулятивном общении в подростковой среде. Способы развития у подростков умения распознавать манипуляции в общении со стороны сверстников или взрослых. Способы противостояния негативному давлению со стороны окружающих.

Практическая работа с использованием ролевых игр и упражнений по обучению навыкам эффективного поведения в ситуации группового давления, манипулирования.

### **Перечень ключевых слов:**

**Потребности** – фундаментальные качества человека, выражающие его нужду в чём-либо и служащие источником жизненной активности

**Желание** – переживание, отражающее потребность и выраженное в конкретных образах и словах

**Интерес** – проявление познавательной потребности на уровне осознания целей

**Самоутверждение** – процессы управляемого самой личностью осознания и завоевания места в обществе, соответствующего представлениям личности о себе

**Самооценка** – оценка самого себя, своих качеств на основе сравнения с внутренними и внешними эталонами, критериями

**Адекватный** – равный, соответствующий

**Влияние** – процесс и результат изменения индивидом или социальной группой поведения других людей, их позиций, оценок, установок. Механизмом направленного влияния являются убеждение и внушение.

**Внушаемость** – субъективная готовность подвергаться и подчиняться внушающему воздействию, связанная с низкой самооценкой, стеснительностью, доверительностью, повышенным уровнем тревожности. Ситуативные факторы повышенной внушаемости: экстремальность ситуации, некомпетентность в обсуждаемом вопросе, групповое давление, дефицит времени для принятия решения.

**Социальное положение** – та роль, позиция, которую исполняет человек в официальной (неофициальной) иерархии группы

**Социальные притязания** – та роль и тот статус, к которым человек стремится, считая их более соответствующими своим способностям

**Комплекс неполноценности** – совокупность качеств, самооценка которых болезненно занижена, переживание личностью по поводу своих мнимых и реальных недостатков

**Лидер** – ведущий; человек, который способен пробудить интерес к делу, увлечь, повести за собой

**Конфликтогены** – слова и действия, которые могут унижить человека, обидеть, оскорбить его

**Рефлексия** – сосредоточение сознания человека на самом себе, на своих образах, мыслях, чувствах

## Календарный план

№ п/п	Мероприятия	сроки	ответственные
1	Развитие ученического самоуправления: ✓ привлечение заинтересованных обучающихся к самостоятельной организаторской деятельности ✓ развитие волонтерского движения ✓ разработка планов работы совета старшеклассников ✓ разработка новых методов работы	в течение учебного года	зам. директора по ВР классные руководители
2	проведение профилактических акций: «Спорту – да! Курению – нет!» «Всемирный день без табака» «Компьютерная зависимость и интернет-зависимость» «Здоровым быть модно» «Спасибо – НЕТ»	в течение учебного года	зам. директора по ВР классные руководители
3	Участие в проведении международной акции, посвященной Дню борьбы со СПИДом	декабрь	зам. директора по ПВ классные руководители
4	Проведение конкурса рисунков, плакатов и буклетов на тему пропаганды ЗОЖ	в течение учебного года	зам. директора по ПВ классные руководители
5	Классные часы, посвященные теме профилактики зависимостей, вредных привычек. Пропаганда здорового образа жизни	в течение учебного года	зам. директора по ВР классные руководители
6	Организация тематических лекций и бесед с привлечением узких специалистов: врачи, сотрудники полиции, МЧС, специалисты территориальной КДНиЗП, Красногорского суда	в течение учебного года	зам. директора по ПВ классные руководители
7	Организация просмотра фильмов, презентаций, видеороликов	в течение учебного года	зам. директора по ПВ зам. директора по ВР классные руководители
8	Проведение общешкольных родительских собраний с приглашением специалистов	1 раз в полугодие	зам. директора классные руководители

			мед. сотрудник
9	Работа с неблагополучными семьями: посещение по месту проживания, оказание помощи (информационная, социальная, педагогическая и пр.), вовлечение учеников и их родителей в школьные дела	в течение учебного года	зам. директора по ПВ классные руководители
10	проведение индивидуальных профилактических бесед с детьми, состоящими на внутришкольном учете, учете ПДН, КДНиЗП, УИИ	в течение учебного года	зам. директора по ПВ классные руководители
11	участие во всероссийских, региональных и муниципальных мероприятиях, конкурсах (в том числе дистанционно)	в течение учебного года	зам. директора по ВР классные руководители
12	трудоустройство несовершеннолетних в период летних каникул	май-август	зам. директора по ПВ классные руководители
13	организация оздоровления и отдыха детей	май-август	зам. директора по ПВ зам. директора по ВР классные руководители
14	проведение спортивных мероприятий	в течение учебного года	зам. директора по ВР учителя физкультуры
15	Работа Совета профилактики	в течение учебного года	зам. директора по ПВ классные руководители