Нижнетуринский городской округ Свердловская область
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Нижнетуринского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа № 3»
(МАОУ НТГО «СОШ № 3»)

624222 Свердловская область г.Нижняя Тура, ул. Пирогова, 6 тел./ факс: (34342) 2-70-68
E-mail: school3-nt@mail.ru

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МАОУ НТГО «СОШ № 3»
_____И.Ю.Селезнёва
«_07_» ____06_____2024г.

Психолого-педагогическая программа по профилактике рискованного, самоповреждающего поведения и употребления наркотических веществ

«Предупрежден – значит вооружен»

(по результатам проведения СПТ)

Составитель:
педагог-психолог
Малых Анастасия Викторовна

г. Нижняя Тура

1. Пояснительная записка

Актуальность. Стандарты образования в России требуют внимательного отношения к личности каждого обучающегося, создание профилактических программ, направленных на предупреждение ситуаций, препятствующих освоению образовательной программы, здоровому развитию личности. Важно использовать программу психолого-педагогического сопровождения, направленную на формирование у обучающихся адекватного отношения к жизни, убежденности в необходимости вести здоровый образ жизни, укрепление их жизнестойкости и снижение частоты проявления рискованного поведения.

Цель программы – содействие формированию у обучающихся потребности вести здоровый образ жизни, выбирать способы поведения, снижающие проявления рискованного, самоповреждающего поведения и употребления наркотических веществ.

Задачи программы:

- развить у обучающихся навыки осознания себя как уникальной и полноправной личности, со своими взглядами, убеждениями, ценностями, принятия ответственности за свои действия;

- содействовать формированию у обучающихся навыков принятия другого человека как такую же уникальную личность, умений устанавливать контакт и строить отношения на основе взаимопонимания, сотрудничества и поддержки;

- познакомить обучающихся с приемами рефлексии, самоконтроля для снижения тревожности, эмоционально-психического напряжения, приемами самопомощи, взаимопомощи в ситуациях, потенциально опасных с точки зрения реализации стратегий рискового и самоповреждающего поведения;

- содействовать формированию ценностей, направленности на здоровый образ жизни, творческое самовыражение обучающихся, неприятие употребления наркотиков и психоактивных веществ.

Целевая аудитория: обучающиеся 13-17 лет, в том числе, групп «высокого и высочайшего риска», по результатам единой методики СПТ.

Планируемые результаты. В результате реализации программы у обучающихся формируются:

- позитивное отношение себе и окружающему миру в прошлом, настоящем, будущем, система ценностей здорового образ жизни;

- навыки адекватного взаимодействия с окружающими, своевременное видение проблемы, навыки адекватного реагирования в конфликтных ситуациях;

- способность к эмоциональной и поведенческой саморегуляции, сотрудничеству, творческой инициативе, самостоятельности.

Перечень применяемых технологий, методик, диагностик: методики диагностики эмоционального состояния, рискованного, аддиктивного поведения (приложение 2), ЕМ-СПТ, комплект методик диагностики суицидального поведения обучающихся на основе ресурсного подхода (приложение № 3) релаксационные упражнения, игры, методики арт- терапии, видео-терапии, техника мозгового штурма, интерактивные технологии, методики.

Продолжительность программы: 2,5 месяца, 11 занятий с элементами тренинга, по 1 часу, 1 раз в неделю.

Материальное обеспечение: бумага, ватманы, карандаши, фломастеры, мультимедийный проектор, ноутбук.

Сведения об апробации: программа разработана педагогом-психологом Шпаковской Ю.С. и успешно реализуется в ГБОУ «СОШ № 25 им. капитана М.С. Драпушко» города Севастополя с 2022 года.

2. Тематический план

№ п/п	Тема занятия с элементами тренинга	Количество часов
1	Риск и рискованное поведение Входное диагностическое тестирование	1
2	Факторы риска	1
3	Мои проблемы	1
4	«Мне плохо» часть 1.	1
5	«Мне плохо» часть 2.	1
6	Свобода или рабство	1
7	Не оступись, перед тобой пропасть. Часть 1.	1
8	Не оступись, перед тобой пропасть. Часть 2.	1
9	Не иди вслепую по минному полю	1
10	Профилактические игры «Прими решение»	1
11	Обрети уверенность в себе Итоговое диагностическое тестирование	1

3. Обобщенное содержание программы

1. Занятие «Риск и рисковое поведение.

Цель: знакомство обучающихся с понятиями «риск, рисковое поведение».

Задачи:

- содействовать формированию умения отличать оправданный риск от неоправданного;

- оказать влияние на формирование навыков ответственного поведения в ситуациях, связанных с риском для жизни и здоровья.

Методы работы: упражнение «Имя + я люблю», мини-лекция «Риск и рисковое поведение», упражнение «Я и они», ролевая игра «Рисковые ситуации», упражнение «Оправданный риск», упражнение «Ценности», мозговой штурм, упражнение «Собери пословицу», рефлексия, входное диагностическое тестирование.

2. Занятие «Факторы риска».

Цель: повысить уровень знаний участников по таким понятиям, как «риск», «рисковое поведение».

Задачи:

- способствовать формированию модели ответственного поведения в ситуации, связанной с риском для себя и своего здоровья.

Методы работы: упражнение «Интервью», упражнения «Правила группы», упражнение «Рисковое поведение по методу «4 угла», игра «Исполнение желаний», ролевая игра «Разум-воля-любопытство», упражнение «Зато…», упражнение «Рисковое поведение и здоровая альтернатива», рефлексия.

3. Занятие «Мои проблемы».

Цель: обучение осознанию своих проблем и поиску конструктивного способа их решения; развитие рефлексивного мышления; развитие умения адекватно оценивать и разрешать проблемы; рассмотрение зависимого поведения как деструктивного способа ухода от проблем; актуализация собственного опыта решения проблем.

Методы работы: Упражнение «Список проблем» Упражнение «Чему меня

научила проблема», мозговой штурм, рефлексия.

4. Занятие «Мне плохо» часть1.

Цель: формирование навыков самоанализа и наблюдения, через осознание внутренних состояний; актуализация опыта и знаний, относящихся к эмоциональной сфере.

Задачи:

- содействовать формированию навыков контроля над своими эмоциональными состояниями;

- актуализировать развитие способности контролировать аффект;

- поделиться опытом саморегуляции, осознания границ своих возможностей и необходимости своевременного обращения за помощью, осознания важности возможности получить помощь.

Методы работы: Упражнение «О пользе и вреде эмоций», упражнение «Наши эмоции - наши поступки», Упражнение «Твое настроение», Упражнение «Аукцион», рефлексия.

5. Занятие «Мне плохо» часть 2.

Цель: формирование навыков самоанализа и наблюдения, через осознание внутренних состояний; актуализация опыта и знаний, относящихся к эмоциональной сфере.

Задачи:

- содействовать формированию навыков контроля над своими эмоциональными состояниями;

- актуализировать опыт саморегуляции, осознание границ своих возможностей и необходимости своевременного обращения за помощью, осознание важности возможности получить помощь.

Методы работы: мини лекция «Стресс и способы его преодоления», упражнение «Пять моих главных стрессоров», упражнение «Ситуации, вызывающие стресс», мозговой штурм, рефлексия.

6. Занятие «Свобода или рабство?».

Цель: информирование о причинах и механизмах формирования зависимого поведения, его видах, последствиях.

Задачи:

- содействовать осознанию обучающимися несовместимости зависимого поведения и свободы, самостоятельности, полноценной и активной жизни.

Методы работы: игра «Марионетки», методика незаконченных предложений «Зависимость», ролевая игра «Суд над зависимостью», мини лекция «Зависимое поведение», рефлексия.

7. Занятие «Не оступись, перед тобой пропасть».

Цель: осознание собственной уязвимости перед наркотиками.

Задачи:

- информировать об опасности наркотиков, о мотивах их употребления; осознание мифов относительно наркотиков;

- содействовать осознанию последствий употребления наркотиков и формированию личного отношения к употреблению психоактивных веществ.

Методы работы: просмотр видеофильма «Наркотики. Секреты манипуляции», мозговой штурм «К чему ведет проба наркотика и токсического вещества». Тест на предрасположенность к употреблению наркотических веществ Кулинич Г.Г., рефлексия.

8. Занятие «Не оступись, перед тобой пропасть».

Цель: осознание собственной уязвимости перед наркотиками, информирование об опасности наркотиков, о мотивах их употребления.

Задачи:

- содействовать осознанию мифов относительно наркотиков;

- содействовать осознанию последствий употребления наркотиков;

- содействовать формированию личного отношения к употреблению психоактивных веществ.

Методы работы: Групповая дискуссия «Что люди приобретают и что теряют от применения наркотика», упражнение «Послание миру», упражнение «Слепой и поводырь», рефлексия.

9. Занятие «Не иди вслепую по минному полю».

Цель: информирование подростков о конкретных ситуациях, представляющих для них опасность.

Задачи:

- развеять устойчиво действующие в подростковой среде мифы, провоцирующие социальные отклонения в поведении подростков;

- содействовать формированию умения распознавать и оценивать ситуации риска;

- развить критичного мышления; осознание права и необходимости защищать себя, свой выбор, свою индивидуальность;

- развить навыки преодоления стереотипов конформного поведения и подражания социально не одобряемым образцам поведения;

- сформировать психологический иммунитет к негативным внешним воздействиям и способности к бесконфликтному противостоянию негативному внешнему воздействию, действиям, связанным с манипуляциями, провокациями, соблазнами.

Методы работы: упражнение «Моя территория», упражнение «Учимся противостоять влиянию» упражнение-активатор «Поменяйтесь местами», упражнение «Отработка навыков распознавания способов группового давления», игра «Отказ», рефлексия.

10. Занятие Профилактические игры: «Прими решение».

Цель: формирование навыков распознавания приемов манипулирования и представлений о способах противостояния манипулятору.

Задачи:

- научить сопротивляться давлению группы, показать, что находиться в меньшинстве – тоже достойная позиция;

- научить принимать на себя ответственность за собственную жизнь;

- формировать устойчивое убеждение, что не употреблять наркотические вещества – хорошо;

- с помощью ролевой игры закрепить различные способы противостояния манипулятору.

Методы работы: игра «Принятие решения», игра «Незапланированная беременность (16-17 лет), игра «Сопротивление давлению», игра «Снежинки», игра «Лабиринт».

11. Занятие «Обрети уверенность в себе».

Цель: раскрытие сильных сторон характера, помогающих в общении, снятие отрицательных последствий тревожности.

Методы работы: упражнение «Контакты», упражнение «Слова», упражнение «Лесенка уверенности», упражнение «Портрет в лучах солнца», упражнение «Импульс добра», рефлексия, итоговое диагностическое тестирование, подведение итогов.

4. Внутришкольное взаимодействие

В образовательном учреждении все участники образовательного процесса являются партнёрами, которые выполняют определённые функции в профилактической работе:

Администрация ОУ создаёт условия для развития модели позитивной профилактики; осуществляет координацию профилактической работы в целом; организует мониторинг эффективности работы школы по профилактике рискового поведения несовершеннолетних.

Классные руководители организуют и проводят внеклассные мероприятия с учащимися и родителями.

Учителя-предметники организуют образовательный процесс с использованием дополнительных материалов профилактической направленности.

Педагог-психолог выявляет факторы риска у несовершеннолетних; способствует формированию устойчивых защитных механизмов личности ребёнка; проводит тренинги и интерактивные занятия с учащимися, педагогами и родителями; осуществляет просветительскую деятельность, направленную на развитие модели позитивной профилактики; организует психологическое сопровождение детей группы риска.

Педагоги дополнительного образования создают условия для развития альтернативной профилактической деятельности; обеспечивают максимальную занятость несовершеннолетних; организуют работу кружков, секций, клубов по интересам.

Социальный педагог организует досуг учащихся внутри школы; проводит систематическую работу с семьями школьника; привлекает к совместной работе представителей различных заинтересованных организаций;

Медицинский работник обеспечивает работу консультативного пункта для всех субъектов образовательного процесса; принимает активное участие в просветительской деятельности школы.

Органы ученического самоуправления развивают активность школьников; принимают активное участие в волонтёрском движении; участвуют в профилактических мероприятиях.

Библиотекарь обеспечивает информационно-методическую базу профилактической работы.

Родительская общественность принимает активное участие в профилактических мероприятиях школы (просветительская деятельность); способствует развитию альтернативной профилактической деятельности в образовательном учреждении (принимает участие во внеклассных мероприятиях школы).

Деятельность образовательного учреждения по профилактике употребления обучающимися наркотиков и психотропных веществ, а так же, рискового, самоповреждающего поведения несовершеннолетних обучающихся, основанная на социальном партнёрстве, помогает школе качественно и эффективно организовать профилактическую деятельность по четырём направлениям:

- информационно-просветительская деятельность;
- интерактивная деятельность;
- альтернативная профилактическая деятельность;
- мониторинг эффективности работы по профилактике рискового поведения несовершеннолетних.

Информационно-просветительская деятельность – это совокупность информационно-образовательных мероприятий по пропаганде и целенаправленному распространению научных знаний и иных социально значимых сведений, формирующих общую культуру человека, основы его мировоззрения и комплекс интеллектуальных способностей к практической деятельности со знанием дела.

В рамках информационно-просветительского направления учащимся даются знания по формированию отношений и установок о самих себе, об окружающих, об отношениях и установках к принятию ПАВ; представления о правах и обязанностях, ответственности подростков; способы поведения в экстремальных ситуациях; ориентация учащихся на здоровый образ жизни. Для этого можно использовать циклы занятий, лекции, семинары, круглые столы, дискуссии, специальные вставки в учебные дисциплины, элективные курсы, Дни профилактики (с приглашением различных специалистов), тематические стенды, информационные уголки. Необходимая информация о классификации видов рискового поведения для

реализации программы находится в приложении (приложение 1).

Программа предусматривает учет специфики ресурсов и ограничений общеобразовательной организации и реализуется в имеющихся в образовательной организации условиях.

Список литературы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации».

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" (с изменениями и дополнениями) Редакция с изменениями N 732 от 12.08.2022

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05. 2015 г. № 996-р).

4. Александровская Э.М. Психологическое сопровождение подростков в школе. Учебное пособие для вузов./ Э.М. Александровская, Н.И Кокуркина. – М.: Академия. 2002. – 208 с.

5. Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе. /И.А. Баева. –СПб.: Речь. 2002. – 251 с.

6. Демьянов Ю.Г. Основы психопрофилактики и психотерапии./Ю.Г. Демьянов. – СПб: Сфера.2004. – 123с.

7. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: Профилактика зависимостей. 8–11 классы./Т.Г.Кулинич. – М.:ВАКО. 2008 –272 с. – С. 50-53.

8. Ковальчук М.А. Девиантное поведение. Профилактика, коррекция, реабилитация / М.А. Ковальчук, И.Ю. Тарханова. – Москва: Владос-Пресс. КДУ, 2013. – 286 с.

9. Лакреева А. В. Склонность к риску как фактор девиантного поведения подростков Научно-методический электронный журнал «Концепт»/ А. В. Лакреева, Л. В. Варуха. – 2016. – Т. 24. – С. 141-146. URL: http://e- koncept.ru/2016/56427.htm.

10. Осипян Н.Б. Личностные детерминанты проявления рискованного поведения у несовершеннолетних участников групповых преступлений.
URL: https://www.dissercat.com/content/lichnostnye-determinanty-provavleniya-riskovannogo-povedeniya-u-nesovershennoletnikh-uchastn.

11. Платонов Ю.П. Психология конфликтного поведения / Ю.П. Платонов. – Санкт-Петербург: Речь, 2009. – 543 с.

12. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: учебное пособие для студентов, обучающихся по психологическим специальностям / А.Г. Лидерс. – 2-е издание, стереотипное. – Москва : Академия, 2004. – 256 с.

13. Сологуб О. Принятие решения. Профилактическая игра с подростками// Здоровье детей/ О.Сологуб. – 2009. – № 06 (376).
URL: https://zdd.1sept.ru/index.php?year=2009&num=6.

14. Ульянова И.В., Попова Т.А. Рискованное поведение подростков как педагогический феномен // Современные наукоемкие технологии. – 2016. – № 9-2. – С.343-349. URL: https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=36231.

15. Умняшова И.Б. Нормативные основания профилактики различных видов девиантного поведения детей и подростков в системе общего образования [Электронный ресурс] // Психология и право/ И.Б. Умняшова. – 2022. – Том 12. – № 1. – С. 133-146.
URL: https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2022_n1/Umnyashova.