

Директор
ГБОУ СК «Гимназия № 25»


Е.В.Лагутина
«30» августа 2023 года

**Программа
по противодействию и профилактике вредных привычек**

2023 г.

Содержание программы:

1. Паспорт программы.	3
2. Пояснительная записка.....	3
3. Цели и задачи реализации программы.....	6
4. Принципы реализации программы.....	6
5. Сроки и этапы реализации программы.	7
6. Направления реализации программы.....	7
7. Содержание программы.....	7
8. Основные этапы программы профилактики.....	8
9. Основные функции субъектов профилактической деятельности при организации работы по профилактике зависимостей.	9
10. Формы и методы профилактической работы:	10
11. Основные мероприятия по профилактике злоупотребления ПАВ.....	10
12. Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность.....	14
13. Контроль реализации программы.....	14
14. Заключение.....	15
Приложения.....	16

1.Паспорт программы

Наименование программы: «Программа по противодействию и профилактике вредных привычек».

Цель программы: создание условий для реализации в образовательном учреждении эффективной программы антинаркотического воспитания; формирование у обучающихся стойкой негативной установки по отношению к употреблению психоактивных веществ как способу решения своих проблем или проведения досуга.

Срок реализации программы: 2023 – 2026 год.

Ожидаемый результат: уменьшение факторов риска употребления ПАВ; вовлечение подростков, молодежи и их семей в общественно значимую деятельность; установление социальных связей с органами системы профилактики употребления ПАВ.

2.Пояснительная записка

Выражение «болезнь легче предотвратить, чем лечить» верно, в отношении употребления ПАВ, однако, как показывает практика наших дней, и предотвратить это явление не так-то просто.

Профилактика как система мер, направленных на предотвращение болезни, требует осознанного научного подхода, согласованных продуманных действий специалистов различных сфер (медиков, педагогов, психологов, работников правоохранительных органов), значительных финансовых и материальных затрат, а самое главное - пристального внимания и постоянных действий со стороны государства.

Сегодня уже совершенно очевидно, что решить проблему употребления ПАВ в нашей стране даже при использовании уже существующего мирового опыта будет нелегко. Это следует и из анализа сегодняшней ситуации с распространением алкоголизма, табакокурения наркомании и из анализа непосредственно самих причин приобщения людей к наркотикам.

Среди причин, называемых самими подростками, способствующих их приобщению к употреблению ПАВ, называются следующие:

- конфликты в семье;
- желание все попробовать в этой жизни;
- от скуки;
- желание расслабиться; снять напряжение;
- желание не быть белой вороной в компании сверстников;
- по глупости, т.е. по незнанию;
- желание испытать кайф;
- назло родителям;
- под давлением более старших или авторитетов;
- это сейчас модно.

Конечно, это далеко не полный список причин, но даже из него видно, что важнейшие из них носят социально-психологический характер.

Но, по большому счету, заболит человек наркоманией или нет, зависит от того, насколько он способен самостоятельно осознать опасность приобщения к наркотикам и принять правильное решение в отношении их употребления. Для него также важна способность понимать самого себя, осознавать свои потребности и найти способы их удовлетворения без употребления психоактивных веществ.

Если говорить о системе первичной профилактики табако-, нарко- и алкогольной зависимости, то именно эти направления психолого-педагогической работы с подростком должны стать приоритетными. Профилактическую работу, направленную на личность подростка, необходимо вести силами родителей, педагогов, психологов. Но, как опять-таки показывает опыт, эта работа может быть достаточно эффективной и в том случае, когда она осуществляется силами самих подростков.

Это объясняется несколькими причинами. Значительная часть молодежи весьма низко оценивает эффективность проводимых профилактических мероприятий и критически относится к деятельности, осуществляемой в данном направлении различными государственными и общественными организациями; профилактическая деятельность в большинстве случаев сводится к санитарному просвещению или информированию; профилактическая работа ведется разными структурами, слабо координирующими свою деятельность, для многих из них профилактика не является первоочередной задачей; существуют серьезные проблемы кадрового обеспечения профилактической работы, не хватает материальных и финансовых ресурсов; к профилактической работе слабо привлекаются сами подростки и молодежь. Профилактическая работа не рассматривается некоторыми представителями молодежных структур как первоочередная и важная. Выходом из сложившейся ситуации могло бы стать создание профилактических программ нового поколения и развитие новых, нетрадиционных подходов в профилактике. Одним из таких подходов могло бы быть привлечение к профилактической работе подростков.

Подростковый период всегда рассматривается как критический, кризисный в жизни человека. Происходит коренная перестройка организма человека, формируется мировоззрение и новая система связей и отношений с окружающим миром. Подростку приходится задавать себе и самому отвечать на такие сложные вопросы: «Кто я?», «Зачем я в этом мире?», «В чем смысл моей жизни, что в ней ценно, а что нет?». Подросток пытается отделиться от семьи, ослабить детскую зависимость от родителей и делает первые шаги в сторону своей автономизации. Стремясь к независимости, подростки одновременно подвержены влиянию своей референтной группы. Табак, алкоголь и наркотики ими воспринимаются как атрибуты взрослой жизни.

Нередко ребята начинают их употреблять в группе сверстников или более старших ребят, неосознанно следующих сложившимся традициям и стереотипам поведения взрослых в отношении употребления психоактивных веществ. Именно потому, что подростки склонны отрицать авторитет взрослых, а общение со сверстниками проходит в более доверительной обстановке и информация воспринимается с меньшим сопротивлением, возникла идея привлечения к

проведению профилактической работы самих подростков.

Принадлежность ребят, проводящих занятия со сверстниками, к одному поколению, способность говорить на одном языке, их успешность и привлекательный имидж, компетентность и доступность - все это увеличивает положительный эффект профилактической работы.

В настоящее время темпы и масштабы распространения наркомании позволяют говорить уже даже не об эпидемии, а о пандемии наркомании.

Для того, чтобы остановить распространение этой опасной социальной болезни, необходима, как уже было сказано, целая система мер государственного и общественного воздействия. Эта система мер станет эффективна в том случае, если она будет опираться на научные исследования и обоснования причин возникновения этого явления и будет носить предупреждающий, превентивный характер.

И в этом случае целесообразно основные усилия сосредоточить именно на первичной профилактике наркоалкогольной зависимости, а не на ликвидации последствий распространения наркомании, хотя и последнее, тоже важно. Под первичной профилактикой зависимости подразумевается комплекс мероприятий, направленных на предупреждение заболевания.

И в случае подростковой наркологии это - предотвращение аддитивного поведения подростков в целом, а не только алкоголизма и наркомании.

Первичная профилактика зависимостей от психоактивных веществ (ПАВ) направлена не на наркоманов, а на здоровых детей и детей из группы риска.

3. Цели и задачи реализации программы

Цель: Создание условий для реализации в гимназии эффективной программы антинаркотического воспитания, формирование у обучающихся стойкой негативной установки по отношению к употреблению психоактивных веществ как способу решения своих проблем или проведения досуга.

Задачи:

- предупреждение возникновения у обучающихся установки на желание попробовать наркотики, алкоголь, табак;
- привлечение родителей к решению вопросов профилактики вредных привычек;
- обеспечение условий для организации и проведения мероприятий, направленных на формирование у подростков стремления к ведению здорового образа жизни;
- создание информационного поля по профилактике ПАВ.

4. Принципы реализации программы

Программа профилактики употребления ПАВ реализуется на основе следующих принципов психолого-профилактической профилактики:

Комплексность. Согласованное взаимодействие специалистов гимназии, межведомственное взаимодействие и координация различных профилактических мероприятий в русле единой целостной программы комплексной профилактики. Вопросы предупреждения курения, использования детьми, подростками и молодежью алкоголя наркотиков и токсических веществ должно рассматриваться в качестве звеньев единой системы воспитания.

Добровольность. Добровольное участие молодежи и подростков, их родителей во всех мероприятиях. Принуждение может привести к совершенно противоположным результатам.

Аксиологичность - формирование у детей и молодежи мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, законопослушности, уважении к человеку, государству, окружающей среде и др., которые являются ориентирами и регуляторами их поведения.

Позитивность и конструктивность. Педагогическая профилактика должна носить не запрещающий, а конструктивно-позитивный характер. Важно сформировать у ребенка представление о недопустимости употребления ПАВ и показать ему, как без помощи ПАВ сделать жизнь прекрасной, интересной и счастливой.

Последовательность (этапность) – разделение целей и задач профилактики на общие стратегические и частные (этапные), невозможность реализации профилактических программ одномоментно, по типу разовых кампаний. Для обеспечения последовательности реализации системной профилактики в нее обязательно должен входить социально-психологический мониторинг, ориентированный не только на оценку субъективных и объективных факторов

распространения наркотиков, но и на формирование структур и элементов системы сдерживания распространения, системы социально-психологической поддержки.

Гармонизация общественных, групповых и личных интересов. Процесс ведения такой сложной работы предполагает паритет интересов социума и интересов конкретной личности.

5. Сроки и этапы реализации программы

Выполнение программы рассчитано на 2023-2026 год (на 3 учебных года: 2023/2024, 2024/2025, 2025/2026).

Реализация программы осуществляется на базе ГБОУ СК «Гимназия № 25»

6. Направления реализации программы

Работа с педагогическими кадрами:

- информирование по проблеме наркозависимости и её первичной профилактики;
- индивидуальная работа, консультирование.

Работа с учащимися:

- мероприятия по профилактике табакокурения, токсикомании, т.д.;
- тематические встречи и встречи со специалистами (юрист, нарколог, др.);
- организация и проведение индивидуальной работы (собеседование, интервью, др.).

Работа с родителями:

- участие в проведении родительских собраний и школьных мероприятий;
- информационно-консультативная работа.

Совместная работа с правоохранительными, медицинскими и другими заинтересованными органами по профилактике зависимости в подростковой среде:

- ведение разъяснительно – просветительской работы с подростками и родителями;
- проведение рейдов по выявлению каналов распространения и потребления психоактивных веществ;
- организация занятий для подростков по изучению их прав, обязанностей и ответственности.

7. Содержание программы

Первичная профилактическая работа состоит из двух блоков.

1. Информационно-просветительский блок проводится в гимназии и включает в себя работу с детьми и подростками и их родителями или другими значимыми лицами. Работа проводится в рамках учебной деятельности, в рамках изучаемых предметов: окружающего мира, литературы, физкультуры, истории,

ОБЖ, биологии, классных часов, на родительских собраниях. Возможно, в рамках развития социального партнерства привлечение медицинских работников, работников правоохранительных органов и других заинтересованных людей. Работа в этом блоке включает распространение информационно-демонстрационного материала пропагандистского характера.

2. Практический блок включает в себя несколько этапов:

Диагностический (Проведение мониторинга в гимназии). Основные методы работы на данном этапе: тестирование, анкетирование, интервью. Цель данного этапа – информационный контроль над динамикой процесса профилактики, а также выявление детей «группы риска».

Проведение мероприятий, в которых поощряется любое творческое самовыражение детей, подростков, педагогов и родителей: тренинги, практические семинары, родительские собрания, игровые занятия, деловые и ролевые игры, спортивные соревнования, праздники здоровья, выпуск информационных листков и газет о здоровом образе жизни, плакатов, мини – книжек, открыток, посвященных проблеме здорового образа жизни, создание социальных проектов, создание лучшего рекламного ролика, выставки творческого самовыражения: стихи, рисунки, поделки, использование аудиовизуальных материалов и наглядных пособий, индивидуальные консультации среди детей и подростков, педагогов и родителей.

8. Основные этапы программы профилактики

Этапы	Возраст	Характеристика
1	7-9 лет 9-11 лет	Формирование представления о здоровье, его значении, об основах здорового образа жизни; освоение навыков безопасного поведения (в том числе связанных с наркотизацией окружающих), развитие навыков самоконтроля. Формирование комплексного представления о здоровье, расширение знаний о негативном воздействии ПАВ на организм человека; формирование устойчивости к негативному давлению среды.
2	11-13 лет	Выработка специальных навыков высокой самооценки себя как личности; необходимость принятия установки “не делай, как другие” по отношению к ПАВ; расширение знаний о негативном воздействии наркотических веществ на организм (свойства, механизм действия, мифы о безопасности ПАВ).
3	14-17 лет	Освоение навыков отказа и навыков пошагового общения в ситуациях, связанных с ПАВ, выработка умения находить выход в конфликтной ситуации (“умей сказать – НЕТ!»).

9. Основные функции субъектов профилактической деятельности при организации работы по профилактике зависимостей

Администрация гимназии осуществляет контроль и координацию профилактической работы в гимназии в целом.

Учителя-предметники и классные руководители, благодаря более тесному взаимодействию с детским коллективом, обладают возможностью наиболее комплексного подхода к решению проблемы (организация внеклассных мероприятий, работа с родителями, психолого-педагогической службой гимназии), обеспечивают организацию профилактической работы на уроке.

Педагог - психолог обеспечивает

- психологическую поддержку педагогического процесса (выявление и предотвращение различных ситуаций риска, возникающих в ходе учебно-воспитательного процесса, позитивное разрешение конфликтных ситуаций);
- психологическое консультирование и сопровождение семей учащихся;
- организационно целостную психологическую помощь детям группы риска, в том числе направление ребенка и его родителей к тому специалисту, который может оказать им квалифицированную помощь вне гимназии.

Социальный педагог несет ответственность

- за привлечение к совместной деятельности различных заинтересованных организаций, установление с ними постоянных и действенных контактов;
- систематическую работу с семьями школьника (особенно с семьями детей «группы риска»).

Органы ученического самоуправления создают общешкольное волонтерское движение, проводят социологические опросы, участвуют в антинаркотических мероприятиях.

БИЦ обеспечивает информационно-методическую базу профилактической работы.

Правоохранительные органы

- работают с детьми и родителями по вопросам правовой ответственности за употребление, хранение и распространение наркотических средств и психотропных веществ;
- осуществляют юридическое консультирование по проблемам наркомании;
- обеспечивают взаимодействие гимназии с комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав, отделением профилактики правонарушений несовершеннолетних;
- организуют первичный профилактический учет детей и подростков, замеченных в приеме наркотиков.

Инспектор по делам несовершеннолетних органов внутренних дел профилактическую деятельность строит по трем основным направлениям: работа с учащимися, родителями и педагогическими коллективами. Среди основных задач – профилактика правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков.

10. Формы и методы профилактической работы

1. Беседы.
2. Лекции.
3. Классные часы.
4. Встречи с интересными людьми.
5. Просмотр видеофильмов, профилактических видеороликов.
6. Педагогические, профилактические советы.
7. Конкурсы рисунков, видеоклипов, др.
8. Акции.
9. Диагностические исследования.
10. Индивидуальная работа с учащимися «группы риска».
11. Спортивные мероприятия.
12. Волонтерская работа.
13. Трудоустройство и занятость в летнее и каникулярное время.

11. Основные мероприятия по профилактике злоупотребления ПАВ

№ п/п	Содержание	Сроки	Ответственные
1	Составление базы данных по обучающимся, имеющим отклонения в поведении, и семьям, находящимся в социально опасном положении, неблагополучного характера с целью последующей помощи им. Выявление детей «группы риска».	Август-октябрь 2023 года	Социальные педагоги
2	Привлечение обучающихся к культурно-досуговой деятельности.	В течение учебного года, ежегодно	Классные руководители, социальные педагоги, руководители кружковой, секций, педагоги дополнительного образования
3	Изучение нормативных документов по профилактике наркомании, токсикомании и употребления ПАВ администрацией гимназии, классными руководителями,	Ежегодно, сентябрь	Администрация гимназии, классные руководители, социальный

	социальными педагогами. Ознакомление с планом работы.		педагог
4	Мониторинг «Твой выбор». Выявление подростков, склонных к употреблению ПАВ или вовлечённых в употребление.	Ежегодно, октябрь-ноябрь	Социальные педагоги, классные руководители
5	Анкетирование обучающихся 5, 10 классов с целью контроля уровня адаптации к новым условиям обучения	Ежегодно, сентябрь-октябрь	Психологи, классные руководители
6	Представление на педагогическом совете результатов анкетирования (адаптация обучающихся)	Ежегодно, октябрь	Администрация гимназии, психологи, социальные педагоги
7	Выпуск информационных листовок, видеороликов, газет, памяток, посвящённых Дню борьбы с курением	Ноябрь	Социальные педагоги, актив гимназии (Совет старшеклассников)
8	Проведение недели «Мы против наркотиков». Беседы, акции, просмотр видеороликов, оформление выставок, стендов, анкетирование.	Ежегодно, февраль	Социальные педагоги, классные руководители, БИЦ
9	Проведение социально-психологического тестирования среди обучающихся, направленного на раннее выявление немедицинского потребления наркотических средств.	Ежегодно, апрель	Заместитель директора по ВР, социальные педагоги
10	Цикл бесед и классных часов: - «Подросток и закон», - «Правонарушения и ответственность за них», - «Уголовная ответственность несовершеннолетних», - «За здоровый образ жизни», - «Правда и мифы о наркотиках», - «Правда и ложь об алкоголе», - «Здоровье – это жизнь», - др.	Ежегодно, в течение учебного года (по Программе воспитания, по плану работы классного руководителя)	Заместитель директора по ВР, классные руководители
11	Проведение спортивных мероприятий, направленных на пропаганду ЗОЖ	Ежегодно, в течение года (по Программе	Заместитель директора по ВР, учителя

		воспитания, по плану работы ШСК)	физической культуры, актив гимназии (Совет старшеклассников)
12	Участие в городских и краевых соревнованиях по лёгкой атлетике, футболу и др., всероссийских соревнованиях	Ежегодно, в течение года (по плану работы ШСК)	Учителя физической культуры, руководители спортивных секций
13	Профилактика вредных привычек на уроках ОБЖ, химии, биологии и др..	Ежегодно, в течение года	Учителя-предметники, классные руководители
14	Беседы для родителей: - «Отклонения у подростка, употребляющего наркотики», - «Признаки злоупотребления химическими веществами», - «Что делать, если вы найдёте ребёнка в состоянии наркотического кризиса?», - др..	Ежегодно на родительских общешкольных и классных собраниях (по Программе воспитания, по плану работы классных руководителей)	Заместитель директора по ВР, классные руководители, социальные педагоги, психологи, приглашённые специалисты
15	Мероприятия, посвящённые профилактике и борьбе со СПИДом	Ежегодно, декабрь	Заместитель директора по ВР, классные руководители
16	Проведение тематических встреч, бесед с целью разъяснения административного и уголовного законодательства, административных последствий за употребление спиртных напитков, табакокурения	Ежегодно, декабрь, май	Социальные педагоги, инспектор ПДН
17	Участие в педагогическом совете (Выступление на тему «Пути сохранения физического, психологического и социального здоровья обучающихся гимназии»)	Ежегодно, февраль	Заместитель директора по ВР, социальные педагоги, психолог, мед.работник
18	Конкурс творческих работ обучающихся «Мы за ЗОЖ», «Вред наркотиков», др..	Ежегодно	Социальные педагоги
19	Выставка книг, периодических	Ежегодно,	БИЦ

	изданий, пр.	февраль	
20	Оформление стенда гимназии по профилактике вредных привычек	Ежегодно, февраль	Социальные педагоги, мед.работник
21	Индивидуальные беседы по профилактике наркомании с обучающимися, состоящими на различных видах учёта («Миф о наркотиках», «Не попади под чужое влияние», «Последствия употребления наркотиков», др.).	В течение учебного года	Социальные педагоги, психолог
22	Подготовка и распространение специальных материалов антинаркотической направленности: буклеты, брошюры.	В течение учебного года	Заместитель директора по ВР, социальные педагоги, классные руководители, актив гимназии
23	Проведение заседания Совета профилактики правонарушений.	1 раз в четверть	Заместитель директора по ВР, социальные педагоги
24	Агитационная, просветительская работа «Мы за ЗОЖ!»	В течение учебного года	Социальные педагоги, актив
25	Помощь в организации летнего отдыха детей, состоящих на разных видах учёта, находящихся в социально опасном положении, детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей	Ежегодно, май-август	Социальные педагоги
26	Организация занятости детей, состоящих на разных видах учёта, находящихся в социально опасном положении, детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в каникулярное время	Ежегодно, октябрь-ноябрь, декабрь-январь, март-апрель	Социальные педагоги
27	Круглый стол («Анализ реализации программы, подведение итогов, разработка мероприятий на новый учебный год»)	Май, 2026 год	Заместитель директора по ВР, социальные педагоги, психолог

12. Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность

1. Уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психотропных веществ среди обучающихся.
2. Формирование навыков здорового образа жизни и эффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у подростков и молодежи.
3. Развитие системного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами.

13. Контроль реализации программы

На входе и выходе работы с участниками профилактической работы проводится анкетирование, опросы, сбор отзывов и предложений (примерная анкета прилагается), проведение анализа, корректировка программы с учётом анализа. Внутренний мониторинг проводит администрация. Результаты обсуждаются один раз в год. Координация деятельности по Программе осуществляется на педагогическом совете в конце учебного года.

Показатели результативности программы.

Для оценки эффективности программы главным критерием является развитие личности ребенка, сформированность у него стойкого нравственного иммунитета к негативным факторам жизни. Это определяется:

- фондом знаний о вреде психоактивных веществ;
- высоким развитием личных качеств учащихся;
- умением принимать решения в разных условиях;
- успешностью обучающегося;
- физическим и психическим здоровьем.

Качественный анализ эффективности программы осуществляется мониторингом успешности воспитательной работы, уровнем воспитанности школьников.

Критерии отслеживания эффективности предложенной программы

- Изменение количества детей, попадающих в «группу риска» и стоящих на учете. Изменение представленности причин, по которым дети попадают в «группу риска».
- Уровень конфликтности в подростковой среде.
- Изменение отношения к возможному приему ПАВ.
- Появление у подростков устойчивых интересов.
- Уровень и степень добровольной вовлеченности родителей, детей и других людей в мероприятия.
- Оптимизация внутрисемейных отношений.

Дальнейшее развитие Программы

1. Создание методического материала по первичной профилактике употребления ПАВ.
2. Создание в гимназии банка презентаций о профилактике вредных привычек.

14. Заключение

В процессе реализации программы необходимо создать условия для эффективной реализации комплексной профилактической программы. Создание условий мы рассматриваем через расширение имеющихся ресурсов и привлечение новых: интеллектуальных, материальных, профессиональных (образовательных, медицинских, правоохранительных, психотерапевтических), правовых, организационных, управленческих, духовных, нравственно-волевых, информационных, технологических. Реализация данной программы будет способствовать преодолению информационно-просветительского подхода в антинаркотическом воспитании. В процессе эксперимента произойдет смена традиционной профилактики через разовые мероприятия на систематическую антинаркотическую работу, которую следует рассматривать как важную воспитательную и психологическую помощь учащимся в формировании у них ценностей здорового образа жизни. Успешная реализация программы подготовит и привлечет к участию в психолого-педагогической профилактике не только отдельных специалистов, а весь коллектив гимназии, учащихся и их родителей.

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? а) отрицательное б) нейтральное в) положительное
5. Почему Вы курите?
6. В твоей компании девушки (юноши) курят? а) да б) нет в) не знаю
7. Как ты к этому относишься? а) положительно б) безразлично в) отрицательно г) другое
8. Девушка (юноша), с которой(ым) ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься? а) положительно б) отрицательно в) безразлично г) другое.
9. Хотел(а) бы ты, чтобы твоя жена (муж) курил(а)? а) да б) нет в) 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 и) другое (указать)
14. Как вы считаете, что нужно сделать, чтобы подростки перестали употреблять ПАВ (алкоголь, курение, наркотики)? а) заниматься спортом б) заниматься любимым делом в) посещать кружки, секции г) создать отряд правопорядка из подростков д) выпускать газету, направленную против вредных привычек е) Что-то еще (указать)

Анкета, направленная на изучение характера отношения подростков к ПАВ

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 не сравнимое 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

18. 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.

Рекомендации по учету в работе с родителями психологических особенностей школьников разного возраста

Для того чтобы родители понимали мотивы поведения и поступков детей, понимали причины, побуждающие ребенка употреблять ПАВ, родителям необходимо знать его возрастные психологические особенности.

Возрастные особенности младших школьников (1-4 классы)

Работа с младшими школьниками по предупреждению употребления ПАВ имеет свою специфику, определяемую, с одной стороны, организацией обучения в начальной школе (один учитель, сравнительно небольшая нагрузка, возможность осуществлять воспитание учащихся в тесной связи с обучением и т.п.), а с другой - психологическими особенностями младших школьников. В связи с этим следует учитывать следующие факторы, определяющие особенности профилактической работы с учащимися начальных классов.

1. Учитель - непререкаемый авторитет для младших школьников. Поэтому не только отдельные его высказывания, но и стиль поведения, отношение к тому или иному предмету оказывают воздействие на учащихся. Негативное мнение учителя о курении, приеме алкоголя и наркотиков особенно среди подростков и молодежи, должно многократно повторяться, иллюстрироваться житейскими примерами, наблюдениями, обосновываться ссылкой на авторитетные для ребенка мнения.

2. Младшие школьники обычно воспринимают мир в полярных категориях: "хорошо - плохо", "правильно - неправильно", "плохой человек - хороший человек" и т.п.

3. Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка облачаться в "одежды темного цвета", противопоставляться всему светлому, доброму, приятному, полезному.

4. Образность мышления ребенка позволяет ему увидеть то, что говорит учитель, взрослый, более ярко, фантастично, сказочно.

5. Стимуляция представлений ребенка - важный элемент его воспитания и развития. Рассказывая младшему школьнику о чем-то, учителю, родителю надо периодически делать паузы, давать ученику возможность самому представить тот или иной образ.

6. Склонность ребенка к игре обуславливает необходимость максимально активного использования игровых форм и методов работы, касающихся профилактики употребления ПАВ.

7. Большая, чем у старшеклассников, связь младших школьников с родителями определяет возможности использования этого пути для формирования негативного отношения к употреблению ПАВ.

8. У учащихся младших классов почти отсутствует ощущение определенной "разорванности" картины мира, к которому приводит свойственная основной и старшей школе предметная разобщенность. Поэтому учителю, родителям предоставляется больше возможностей связать курение, как и другие вредные привычки, со всем, что воспринимается ребенком в негативном контексте. Общими чертами младших школьников являются: восприимчивость, внушаемость, податливость, большая подражаемость, любознательность, которые в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного субъективного

восприятия ПАВ, или даже способствовать формированию установки на "престижность" их потребления с уже осознанным намерением ощутить то, что ощущают взрослые, и тем самым как бы уравнивать себя с недоступным ранее взрослым.

Неуспешная учебная деятельность, конфликтные отношения с учителем и низкий статус в классе приводит к депривации потребности в признании, что вызывает к жизни неадаптивные защитные механизмы. При пассивном типе поведения появляются замкнутость, лень, апатия, уход в фантазии. При активном поведении защита может оборачиваться агрессией, компенсируя школьную неуспешность в других сферах, в том числе в асоциальной деятельности.

К концу обучения в начальной школе в классе могут образовываться группы детей (чаще мальчиков), которые утверждают себя через некоторое противостояние требованиям и мнению учителя. В этом возрасте детей уже начинает интересовать все, что связано с ПАВ. Это выступает как запретный и неизвестный мир и, как все незнакомое и запретное, вызывает особое любопытство.

Немаловажным фактором приобщения к вредным привычкам может стать и то обстоятельство, что младшему школьному возрасту присущ так называемый этап естественного саморазрушающего поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Главным образом это касается мальчиков. Ребенок с удовольствием демонстрирует "чудеса храбрости": не думая о последствиях, перебегает дорогу прямо перед мчащейся машиной, забирается на крышу, совершает множество других "подвигов". В том случае, если у ребенка недостаточно сформированы функции самоконтроля, стремление к риску может провоцировать отклоняющееся поведение.

Предупреждение употребления ПАВ у детей младшего школьного возраста, основанное на разъяснении вредных последствий для организма, затруднено отсутствием у детей базисных знаний из области анатомии и физиологии человека, поэтому у них складывается абстрактное, лично незначимое отношение к курению и приему алкоголя. Это обуславливает определенные требования к ранней профилактике вредных привычек. Например, чтобы сообщить детям о вредном воздействии табачного дыма на дыхательную систему человека, необходимо в образной и доступной форме объяснить, как функционирует эта система и почему ее нужно беречь, и не стремиться раньше времени предлагать учащимся информацию, которую они будут подробно изучать в последующих классах.

Основным направлением работы по предупреждению употребления ПАВ должно стать обоснование необходимости сохранения и поддержания здоровья в любом возрасте, условием чего является отказ от вредных привычек.

Такая постановка вопроса создает основу для формирования здорового образа жизни в целом. А вот запугивание последствиями курения не только перестает со временем восприниматься детьми, но и формирует у них неосознанный страх за здоровье курящих родителей.

Таким образом, основные задачи предупреждения развития вредных привычек у младших школьников - разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного здорового образа жизни и несовместимости с этим употребления ПАВ, а также рассмотрение причин курения взрослых и вреда от пассивного курения.

Возрастные особенности младших подростков 5-6 класса

Возраст 10-11 лет - пограничный между детством и отрочеством. В 11 лет начинается перестройка организма, ребенок становится импульсивным, проявляет негативизм, для него характерны частая смена настроений, ссоры со сверстниками, бунты против родителей.

Психологические особенности учащихся 5-6 классов. В связи с началом этапа полового созревания происходят следующие изменения: дети чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Все эти особенности объективны, и они быстро пройдут и не окажут отрицательного влияния на учебу, взаимоотношения со взрослыми, если учителя и родители найдут целесообразные, щадящие методы и формы взаимодействия с ребенком. Именно в этом возрасте проявляется не подкрепленное еще реальной ответственностью "чувство взрослости" - особая форма самосознания, возникающая в переходный период и определяющая основные отношения младших подростков с миром.

"Чувство взрослости" проявляется в противоречивом желании "быть взрослым":

- с одной стороны - стремление утвердить себя как старшего, выросшего; потребность в равноправии, уважении и самостоятельности; требование серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых;
- с другой стороны - повышенная зависимость от взрослых, "прилипчивость" к классному руководителю, плач, капризы, желание оказаться в ситуации опеки и зависимости.

Пренебрежение этими требованиями, неудовлетворенность их потребностей обостряет негативные черты подросткового кризиса. Если взрослые не предлагают детям средств реализации их чувства взрослости, оно все равно проявится, но самым невыгодным образом - уверенностью подростка в несправедливости и необъективности взрослых: учителей, родителей.

В знак протеста против диктата родителей подростки могут делать все "назло": пропускать уроки, курить, дружить с теми, с кем запрещают родители. В более острых ситуациях подростки могут убежать из дома, начинают употреблять спиртные напитки, наркотики, токсические вещества.

Склонность к фантазированию, к некритическому планированию своего будущего. Результат действия становится второстепенным, на первый план выступает свой собственный авторский замысел.

Стремление экспериментировать, используя свои возможности, - едва ли не самая яркая характеристика младших подростков. Если взрослые не предоставляют младшим подросткам развивающих культурных форм такого экспериментирования, то оно реализуется лишь в самой поверхностной и примитивной форме - в экспериментах со своей внешностью, в первых пробах курения, употребления спиртных напитков и т.д.

Сообщество взрослых ожидает от подростков способности понимать других людей и сосуществовать с ними на принципах равноправия и терпимости. Эта способность человека называется децентрацией, именно она создает условия для возможного понимания другой культуры, другой эпохи, другого мировоззрения. У школьников она только начинает формироваться в подростковом возрасте, при

умелом построении диалога она может окрепнуть и стать личностным образованием. Но развитие этой способности не терпит суеты, требует осторожности и ненавязчивости. Речь идет о создании ситуаций, которые учат подростков принимать разные точки зрения.

Младшие подростки характеризуются резким ростом познавательной активности и любознательности, возникновением познавательных интересов.

В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни - это период "зенита любознательности". Проявления любознательности поверхностны и практически не имеют связи со школьной программой. Эта любознательность отражает увеличившийся интерес школьника к окружающему миру. Подросток ощущает свои возросшие возможности, что имеет существенное значение для "подпитки" чувства взрослости. В это время интересы еще достаточно неустойчивы, легко меняются. Специфика интересов заключается в потребности подростка в общении со сверстниками: общие увлечения дают повод для общения, определяют его содержание и средства. В значительной части случаев подросток интересуется тем, чем интересуются его друзья. С этим связана и характерная для подростков "мода на интересы", когда какое-либо увлечение как бы внезапно охватывает весь класс, параллель, а иногда и всю школу. Подобная "мода" может причудливо соединять в различные комбинации самые разные интересы - от достаточно возвышенных до простых и даже вредных. Известны случаи, когда младшие школьники начинают курить вследствие появившейся в школе "моды на курение".

Своеобразной чертой подростковых интересов является безоглядность увлечения, когда интерес часто случайный и ситуативный, вдруг приобретает сверхценный характер, становится чрезмерным.

Возрастные особенности подростков 7-8 классы

13 лет - начало длительного и одного из важных периодов развития человека, - "возраст второго рождения личности". В психологическом облике 13-летнего подростка во многом сохраняются "детские черты" и наиболее полное воплощение получают те линии развития, которые прослеживаются на протяжении предподросткового и младшего подросткового возраста.

Признаки наступления переломного момента между детством и пубертатной стадией:

- настроение характеризуется повышенной лабильностью, постоянными переходами между веселостью и грустью, унынием с чувством неудовлетворенности собой и окружающим миром;

мир психических переживаний становится пронизанным парадоксальностью: уверенность в себе сменяется робостью и застенчивостью; чрезмерная активность - пассивностью; эгоизм чередуется с альтруистичностью; тяга к общению - с замкнутостью;

- проявляется повышенная чувствительность к критическим замечаниям сверстников и взрослых (не родителей), к тому, как на него смотрят, и что о нем говорят; подросток становится легко возбудимым, раздражительным и одновременно незащищенным, ранимым;

- общее снижение работоспособности с чувством физического недомогания,

которое может сопровождаться проявлениями вегето-сосудистой дистонии, функциональными нарушениями со стороны отдельных соматических систем - дыхания, пищеварения, кровообращения и пр.

Потребность в общении со сверстниками становится одной из центральных потребностей подростка. Принадлежность к группе играет существенную роль в самоопределении подростка и в определении его статуса в глазах ровесников. Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто принимающее форму группового давления. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны высока, то курение может стать той минимальной жертвой, которую готов принести подросток, чтобы быть принятым в компанию. Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте - важнейшая проблема для профилактики употребления ПАВ, а информирование о их вредных последствиях имеет только вспомогательное значение.

Следует также иметь в виду повышенную потребность подростков в эмоциональном насыщении, "жажду ощущений", причем новых и сильных, с чем бывают связаны весьма рискованные формы поведения: курение, первое знакомство с другими психоактивными веществами.

Негативную роль в приобщении подростков к ПАВ могут сыграть и некоторые характерологические особенности подростков, такие как акцентуация характера. Подростковый возраст - критический период проявления различных акцентуаций. В этом возрасте особенно резко проявляется характер, некоторые из его свойств, не будучи сами по себе патологическими, тем не менее, повышают вероятность психической травмы или отклоняющегося поведения. Психологи определяют акцентуацию, как чрезмерное заострение некоторых личностных черт. Подростки с акцентуациями характера составляют группу "повышенного риска", так как они податливы к определенным пагубным влияниям среды. Акцентуация требует дополнительного внимания со стороны родителей и педагогов, поскольку в подростковом возрасте акцентуированные черты могут провоцировать приобщение к курению, алкоголю и даже наркотикам.

По статистике именно у учащихся 7-8 классов происходит первое серьезное приобщение к табакокурению.

Именно в этих классах в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого "пика" интереса к курению, необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов, медицинских работников и родителей.

Таким образом, предупреждение табакокурения у подростков необходимо проводить с учетом их возрастнo-психологических особенностей. Одна из самых эффективных форм такой работы - проведение групповых дискуссий на темы, связанные с курением. На дискуссиях подростки обучаются четко формулировать аргументы против курения, а также активно использовать их в ходе обсуждения. В результате этого происходит формирование группового мнения, направленного против табакокурения и других вредных привычек, связанных с употреблением ПАВ.

Другая форма предупреждения табакокурения в подростковом возрасте -

проведение ролевых игр, во время которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников. Подростки знают, что труднее всего бывает отказаться не только группе, но и ближайшему другу, который настойчиво предлагает курить. Проведение такого рода тренингов показало, что основная ошибка подростков - хаотическая и разноплановая аргументация своего отказа закурить, недостаточное уважение к своему мнению, нечеткость собственной позиции.

13 лет - начало длительного и одного из важных периодов развития человека, - "возраст второго рождения личности". В психологическом облике 13-летнего подростка во многом сохраняются "детские черты" и наиболее полное воплощение получают те линии развития, которые прослеживаются на протяжении предподросткового и младшего подросткового возраста.

Признаки наступления переломного момента между детством и пубертатной стадией:

- настроение характеризуется повышенной лабильностью, постоянными переходами между веселостью и грустью, унынием с чувством неудовлетворенности собой и окружающим миром;

- мир психических переживаний становится пронизанным парадоксальностью: уверенность в себе сменяется робостью и застенчивостью; чрезмерная активность - пассивностью; эгоизм чередуется с альтруистичностью; тяга к общению - с замкнутостью;

- проявляется повышенная чувствительность к критическим замечаниям сверстников и взрослых (не родителей), к тому, как на него смотрят, и что о нем говорят; подросток становится легко возбудимым, раздражительным и одновременно незащищенным, ранимым;

- общее снижение работоспособности с чувством физического недомогания, которое может сопровождаться проявлениями вегето-сосудистой дистонии, функциональными нарушениями со стороны отдельных соматических систем - дыхания, пищеварения, кровообращения и пр.

Потребность в общении со сверстниками становится одной из центральных потребностей подростка. Принадлежность к группе играет существенную роль в самоопределении подростка и в определении его статуса в глазах ровесников. Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто принимающее форму группового давления. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны высока, то курение может стать той минимальной жертвой, которую готов принести подросток, чтобы быть принятым в компанию.

Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте - важнейшая проблема для профилактики употребления ПАВ, а информирование о вредных последствиях табакокурения, алкоголизма имеет только вспомогательное значение. Следует также иметь в виду повышенную потребность подростков в эмоциональном насыщении, "жажду ощущений", причем новых и сильных, с чем бывают связаны весьма рискованные формы поведения: курение, первое знакомство с другими психоактивными веществами. Негативную роль в приобщении подростков к табакокурению, алкоголизму могут сыграть и некоторые характерологические особенности подростков, такие как акцентуация характера.

Подростковый возраст - критический период проявления различных акцентуаций. В этом возрасте особенно резко проявляется характер, некоторые из его свойств, не будучи сами по себе патологическими, тем не менее, повышают вероятность психической травмы или отклоняющегося поведения.

Психологи определяют акцентуацию, как чрезмерное заострение некоторых личностных черт. Подростки с акцентуациями характера составляют группу "повышенного риска", так как они податливы к определенным пагубным влияниям среды. Акцентуация требует дополнительного внимания со стороны родителей и педагогов, поскольку в подростковом возрасте акцентуированные черты могут провоцировать приобщение к курению, алкоголю и даже наркотикам. По статистике именно у учащихся седьмых-восьмых классов происходит первое серьезное приобщение к табакокурению. Именно в этих классах в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого "пика" интереса к курению, необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов, медицинских работников и родителей.

Таким образом, предупреждение табакокурения у подростков необходимо проводить с учетом их возрастнo-психологических особенностей. Одна из самых эффективных форм такой работы - проведение групповых дискуссий на темы, связанные с курением.

На дискуссиях подростки обучаются четко формулировать аргументы против курения, а также активно использовать их в ходе обсуждения. В результате этого происходит формирование группового мнения, направленного против табакокурения и других вредных привычек, связанных с употреблением ПАВ. Другая форма предупреждения табакокурения в подростковом возрасте - проведение ролевых игр, во время которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников.

Подростки знают, что труднее всего бывает отказать не только группе, но и ближайшему другу, который настойчиво предлагает курить. Проведение такого рода тренингов показало, что основная ошибка подростков - хаотическая и разноплановая аргументация своего отказа закурить, недостаточное уважение к своему мнению, нечеткость собственной позиции. Основная задача в работе с подростками - отработка социальных навыков (умения побеждать в споре, не поддаваться на уговоры и т.п.). Основная задача в работе с подростками - отработка социальных навыков (умения побеждать в споре, не поддаваться на уговоры и т.п.)