

Управление образования Администрации города Новочеркасска  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 22  
(МБОУ СОШ № 22)



Симонова  
Юлия  
Александровна

Подписано цифровой  
подписью: Симонова Юлия  
Александровна  
DN: сп=Симонова Юлия  
Александровна, o=МБОУСОШ  
№22, ou=ИИН 6150929392,  
email=mou22@mail.ru, c=RU  
Дата: 2023.09.07 12:02:28  
+03'00'

**ПРОГРАММА  
по профилактике зависимости от  
психоактивных веществ  
несовершеннолетних  
МБОУ СОШ № 22  
«Я выбираю жизнь!»  
на 2021 -2026 гг.**

Новочеркасск  
2021г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Согласно определению Всемирной Организации Здравоохранения, здоровье – это не только отсутствие психических, физических дефектов, но и состояние полного физического, психического и социального благополучия. На протяжение последних десятилетий под здоровьем стало пониматься совокупность видов поведения и ресурсов, необходимых индивиду для успешной жизнедеятельности и преодоления жизненных проблем. И для ребенка, начинающий свой жизненный путь, здоровье обеспечивает оптимальное прохождение всех основных этапов жизненного цикла.

Первичная профилактика направлена на укрепление здоровья и благополучия, на предотвращение возникновения психических расстройств, включая злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами (ПАВ). Раз первичная профилактика способствует успешному прохождению человеком своего жизненного цикла на основании укрепления здоровья в широком смысле этого понятия, то это не только медицинская или психологическая, а комплексная задача. Она предусматривает повышение человеческой компетентности, доступность разнообразных ресурсов и жизненных навыков преодоления стресса.

И в сфере психического здоровья учащихся возможны два взаимодополняющих подхода: развитие потенциала здоровья и предупреждение нарушений и патологических расстройств.

Проблему профилактики употребления учащимися наркотиков и других психоактивных веществ мы рассматриваем в контексте укрепления здоровья. Это тем более актуально, в связи с тем, что наблюдается отчетливая тенденция к ухудшению психического здоровья как у населения в целом, так и у детей, учащихся нашей школы. Ежегодно в школе проводится медицинское обследование учащихся, результаты которых позволяют сделать вывод, что, к сожалению, около 50% детей имеют различные заболевания. Наиболее распространенными заболеваниями остаются:

- хирургические – сколиоз, нарушение осанки, плоскостопие;
- эндокринологические – задержка полового развития, дистрофия;
- лор – хронический тонзиллит
- неврологические – ВСД;
- гастроэнтерологические – ЮЖВП.

При социологическом обследовании учащихся 5-11 классов установлено, 47% практически здоровых детей нуждаются лишь в известной коррекции эмоционального состояния.

При анализе психического здоровья детей и подростков медико-психологическая служба школы учитывала весь спектр вариантов психического функционирования: от нормальных до патологических. В соответствии с этим контингент детей разделен на группы, каждая из которых предъявляет самостоятельные задачи в плане охраны психического здоровья. Значительную часть составляют дети и подростки, у которых нет

психических нарушений, но вероятность их возникновения достаточно велика в силу действия факторов риска. В первую очередь это дети опекаемые, сироты, а также находящиеся в неблагоприятных семейных и социальных условиях.

Кроме этого социологические исследования показали, что 12% детей склонны к табакокурению, 15,6% - пробовали и иногда употребляют спиртное, 1,0% - пробовали и распространяли наркотики в школе.

Данный факт насторожил педагогический коллектив школы и это явилось основанием для создания Программы укрепления психического здоровья учащихся и профилактики зависимости от психоактивных веществ.

Правовую основу деятельности Программы составляет ряд законодательных актов Российской Федерации. В частности Федеральный закон от 08.01.98. № 3-ФЗ " О наркотических средствах и психотропных веществах" (ст.4 ) включает в число основных принципов приоритетность мер по профилактике наркомании и правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотических средств и психотропных веществ, и стимулирование деятельности направленной на антинаркотическую пропаганду.

Указанный Федеральный закон также определяет наркоманию как заболевание (ст.1) и устанавливает запрет на потребление наркотических и психотропных веществ без назначения врача (ст.40). Ответственность за нарушение данной нормы предусмотрены статьёй 6.9 КоАП РФ.

Кроме того, КоАП РФ устанавливает административную ответственность за совершение таких правонарушений как вовлечение несовершеннолетних в употребление одурманивающих веществ (ст. 6.10); пропаганда наркотических средств (ст.6.13); потребление наркотических средств в общественных местах (ч. 2 ст.20.20); появление в состоянии опьянения несовершеннолетних в общественных местах (ст.20.22).

В соответствии с подпунктом 3 пункта 3 статьи 32 Закона РФ от 10.07.92. № 3266-1 "Об образовании" администрация школы несет ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время образовательного процесса (следовательно, в том числе и за защиту обучающихся от незаконного потребления наркотических и психотропных веществ).

Федеральный закон от 24.06.99. № 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" (ст.1, 2, 5) устанавливает правовые основания для проведения индивидуальной профилактической работы с несовершеннолетними, употребляющими наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача. В соответствии со статьями 14, 21, 23 указанного Федерального закона индивидуальную профилактическую работу с несовершеннолетними данной категории в пределах своей компетенции осуществляют образовательные учреждения.

В связи с вышеизложенным основная ЦЕЛЬ программы заключается в формировании позитивной субкультуры путем создания внеурочной деятельности направленной на профилактику психических нарушений и

дезаптации, предупреждение зависимости, укрепления и развитие психического здоровья, стимуляцию личностного роста и творчества учащихся.

Поставленная цель конкретизируется с помощью выполнения следующих задач:

1. Профилактика зависимости от психоактивных веществ среди учащихся.
2. Профилактика психических расстройств среди учащихся.
3. Укрепление здоровья.
4. Повышение коммуникативной компетенции и приобретение навыков асертивного (утверждающего) поведения учащегося.
5. Развитие способностей к творчеству и творческому самовыражению.
6. Создание условий общеполезной занятости, вовлечения их в занятия физической культурой и спортом.
7. Оказание помощи семьям, находящимся в социально опасных условиях.

Важным компонентом программы должна стать все более расширяющаяся сеть кружков и секций различной направленности, преимущественно охватывающая учащийся контингент.

**Ожидаемые результаты** заключаются в:

- развитии личности учащегося, укрепление в сознании подростков позитивных установок и мотивации на здоровый образ жизни, повышение гражданской ответственности,
- коррекция поведения несовершеннолетних правонарушителей, привлечение их позитивной, социально – значимой деятельности и здоровому образу жизни,
- уменьшение количества несовершеннолетних, состоящих на учете в ПДН и КДН,
- формировании позитивной аутоидентификации, ценностных ориентаций и установок,
- формировании более оптимального стиля поведения,
- усвоении основных жизненных навыков, необходимых для успешной самореализации и противостояния возможному давлению со стороны потребителей ПАВ,
- реальном оздоровлении социального окружения учащегося.

**Принципы программы:**

- приоритет позитивных ценностей;
- реалистический оптимизм;
- дифференцированный подход;
- неразглашение и анонимность;
- предоставление различных преимуществ;
- моральная поддержка;
- взаимодействия с семьей.

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ.

### Работа с учащимися

Работа в программе "Я выбираю жизнь!" предполагает 10 групповых занятий (29 часов) и предназначена для подростков 13-15 лет.

Цель занятий:

- Помочь подросткам осознать временную перспективу жизни, осознать эмоциональную привлекательность будущего без зависимостей, осмыслить свое настоящее через призму будущего;
- создать условия, способствующие приобретению подростками нового положительного социального опыта для личного развития в процессе группового содержательного общения.

#### **Занятие №1**

Цель: выявить ожидания и представления участников о будущем, как они переживаются в настоящем. Осознание участниками понятия временной перспективы.

В начале работы каждый участник оформляет карточку-визитку, где указывает свое настоящее имя или псевдоним. После знакомства вырабатываются правила для группы:

- \* общение по принципу "здесь и теперь" (обсуждаем то, что происходит с тобой в группе);
- \* высказывание суждения только от своего имени;
- \* искренность в общении (говорим только то, что чувствуем или молчим);
- \* конфиденциальность всего происходящего в группе.

За выполнением правил следует следить на каждом занятии.

#### **Упражнение.**

Предлагаются вопросы для обсуждения.

1. Во сколько лет начинается взрослая жизнь?
2. Чем взрослая жизнь отличается от детской?
3. Когда расцвет взрослой жизни, а когда детской?
4. Хотите ли стать взрослыми?

#### **ИГРА "Гости из будущего".**

Итог обсуждения игры:

Подведение участников к пониманию того, что в развитом, счастливом обществе человек может реализовать себя в труде, семье и т.д. Выявление факторов, мешающих полноценной жизни в обществе, в том числе алкоголизм, наркомания, правонарушения.

#### **Занятие № 2**

Цель: выявление и активизация знаний по теме зависимостей, отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и взрослых.

### **Упражнение (разминка)**

**Игра "Полет в будущее".**

**Игра " В открытом будущем"**

Вопросы для обсуждения:

1. Как себя чувствовал, когда распознал соблазн?
2. Какие трудности испытывал при противостоянии?
3. Что помогло успешно справиться с ситуацией?

Создание "книги больших идей" с перечнем способов отказа от соблазна.

Итог игры: Справившись с опасными ситуациями в будущем, мы переносимся в настоящее, чтобы предупредить людей о том, что с ними может произойти, если они не будут улучшать свое настоящее.

### **Занятие № 3**

**Цель:** знакомство с причинами возникновения зависимостей, осознание необходимости удовлетворения жизненных потребностей, как средство профилактики зависимостей.

**Упражнение.**

Вопросы для обсуждения:

1. Что случается с человеком, если его потребности не удовлетворены?
2. Что лежит в основе причин?

Направить ход обсуждения и подвести к пониманию того, что в основе причин, ведущих к зависимости, лежат желания людей, как наиболее предпочтаемые потребности, которые человек по каким – либо причинам не может удовлетворить. Неудовлетворенная потребность не исчезает, а как бы замораживается в человеке, и пока он не поймет и не начнет искать способы удовлетворения "замороженной" потребности, он будет в плену у зависимости.

### **Занятие № 4**

**Цель:** знакомство с эмоциями, эмоциональными состояниями и способами эмоционального удовлетворения; учимся свободно выражать негативные эмоции.

Упражнения "Выражение гнева, ярости", "Выражение страха", "Выражение скуки".

Разыгрывание ситуации. Способы удовлетворения эмоций записываются в "Большую книгу идей"

Задание на дом: Присмотритесь к позам, жестам, выражению лица окружающих вас людей. Попробуйте определить для себя, какую эмоциональную атмосферу они создают. Как удовлетворяют свои эмоциональные потребности? Перенимайте положительный опыт. Выражайте свои собственные чувства, не замораживайте их.

### **Занятие № 5**

**Цель:** знакомство с физическими потребностями человека и способами их удовлетворения.

## **Упражнение 1 "Физические возможности"**

Вопросы для обсуждения:

1. Что такое физические потребности?
2. Какие физические потребности вы удовлетворяете в процессе своей жизни?
3. Могут ли из "замороженных" физических потребностей возникать зависимости и какие?

Подвижные игры: "Жмурки", Пятнашки", "Третий лишний" и т.п.

Вопросы для обсуждения:

1. Какое настроение до игры и после?
2. Какие чувства испытывали во время игры?
3. Получили ли удовлетворение от игры?
4. Что происходило с вашим телом?

## **Упражнение 2 на расслабление (выполняется под музыку)**

После выполнения упражнения записываем в "Большую книгу идей" способы удовлетворения потребностей в движении и расслаблении.

## **Занятие № 6**

**Цель:** знакомство с социальными потребностями и способами их удовлетворения.

Беседа.

Вопросы для обсуждения:

1. Что связывает вас с другими людьми?
2. Какого рода общение доставляет вам удовольствие?
3. Удовлетворены ли вы своей жизнью в школе, во дворе?
4. Если нет, то как бы вы хотели её изменить?
5. Что вам нужно сделать?
6. Каков должен быть ваш первый шаг?
7. Многим ли людям вы доверяете?
8. Если чувствуете себя одиноким и потерянным, то проявляете ли инициативу, чтобы войти в контакт с другими людьми, или плывете по течению?
9. Какие зависимости могут возникать из неудовлетворенных социальных потребностей?

Игры:

В "Большую книгу идей" записываем придуманные игры.

## **Занятие № 7**

**Цель:** знакомство со способами удовлетворения творческих потребностей.

**Игра "Покажи себя в выгодном свете"**

Участники демонстрируют свои умения (было домашним заданием на предыдущем занятии) петь, танцевать, делать забавные рожицы, рисовать, рассказывать, стоять на руках и т. д.

## **Игра "Инсценированная песня"**

Вопросы для обсуждения:

1. В чем можно проявить ежедневное творчество?

## **Занятие № 8**

**Цель:** знакомство с интеллектуальными потребностями и способами их удовлетворения

### **Тематическая беседа**

Вопросы для обсуждения:

- 1Что такое интеллектуальные потребности?
2. Что вы думаете о своих интеллектуальных потребностях?
3. Как вы удовлетворяете их на сегодняшний день?
4. Как бы вы хотели развивать их в будущем?

**Игра " Кто быстрее?" "Кто больше?" (интеллектуальные игры)**

Вопросы для обсуждения:

1. Как можно удовлетворить свои интеллектуальные потребности?

Запись в "Большую книгу идей"

## **Занятие № 9**

**Цель:** знакомство с духовными потребностями и способы их удовлетворения.

Вопросы для обсуждения :

1. Знаете ли вы свои духовные потребности?
2. Если да, то какие они?
3. Как вы их удовлетворяете в настоящее время?

**Экскурсия по желанию учащихся.**

Вопросы для обсуждения:

1. Какие чувства вы испытали?
2. Важны ли они для вас?
3. Появилось ли желание продолжить получение духовного опыта?

## **Занятие № 10**

**Цель:** осознание жизненных целей и путей их достижения.

**Обсуждение.**

1.Выберите те из предложенных те жизненные цели, которые для вас предпочтительны:

- \* Семья
- \* Спокойная жизнь
- \* Хорошие друзья
- \* Риск. Азарт. "Куча событий"
- \* Здоровье
- \* Любимая работа
- \* Жизненные неудачи
- \* Успех

- Интересные увлечения
- Красивая жизнь. Дорогие удовольствия
- Независимость. Самостоятельность
- Любимые дети
- Престижная работа
- Великая цель. Идея
- Жить по совести и морали

Вопросы для обсуждения:

1. Какие цели набрали большинство голосов?  
2. Почему?  
3. Какие цели не получили поддержки?  
4. Почему?
2. Выбираем основные пути, ведущие к достижению жизненных целей:
  - Успехи в школе
  - Техникум
  - ВУЗ
  - Работа временная
  - Основная работа
  - Подрабатывать (честно)
  - Платная подготовка к поступлению
  - Кружки, секции, курсы
  - Служба в армии
  - Свадьба
  - Рождение ребенка
  - Развод
  - Самоподготовка
  - "Балдеж", (пока молодой)
  - Консультации у специалиста (медицинская, психологическая, юридическая)
  - Тюрьма
  - Общественная деятельность
  - Нигде не учиться, не работать
  - Активизировать родных и близких
  - Культурная жизнь (театры, музеи, музыка)
  - Самостоятельное творчество
  - Опека слабых
  - Дорогая покупка
  - Заграничная командировка

Вопросы для обсуждения:

1. Какие пути достижения жизненных целей являются, на ваш взгляд, наиболее эффективными?
2. Почему?

### **Задание на дом:**

1. Составить план на завтра
2. реализовать и проанализировать его по схеме:
  - Чему я научился сегодня?
  - Что или кто доставил мне сегодня радость?
  - Приблизил ли меня этот день к достижению моих целей?
  - Что есть самое лучшее, что я сделал сегодня?

### **Работа с родителями**

Работа с родителями в профилактической программе организуется по обращаемости. Выделяется фиксированный день (по плану работы психолога, социального работника) для консультирования родителей учащихся.

В ходе семейного консультирования и работы группы родителей достигается повышение родительской компетенции через решение ряда задач, как получение психологических знаний:  
о личности;  
об эмоциональном стрессе;  
о психических расстройствах и зависимости от ПАВ у несовершеннолетних;  
о созависимости;  
о способах взаимодействия с окружающими людьми и миром;  
об особенностях семейных взаимоотношений и патогенных форм воспитания;  
о возрастной психологии.

При этом родители дифференцируются на группы, нуждающиеся в различном подходе (нуждающиеся в психокоррекции, неблагополучные семьи, благополучные семьи, родители, в дальнейшем активно участвующие в профилактической работе).

### **Работа с педагогами.**

Профилактическая работа с педагогическим коллективом проводится параллельно с учащимися, вовлеченных в деятельность программы.

Педагоги привлекаются к проведению занятий с учащимися. Проводятся также специальные занятия, посвященные повышению психологической и психокоррекционной компетентности, направленные на выработку у педагогов навыков отказа от употребления ПАВ, ассертивности, коммуникативных умений, психической саморегуляции. Это происходит в ходе лекций, семинаров, тренинговых занятий, индивидуальных бесед.

В итоге должно произойти выстраивание позитивной и поддерживающей системы взаимоотношений педагогов с учащимися, охваченными профилактической программой.

## Работа в досуговой сфере

Включает в себя содействие всем формам позитивной досуговой активности учащихся. Целесообразно вовлечение в сферу профилактических мероприятий всех досуговых клубов города: "Алый парус", ЦДТТ № 1, ЦДТТ № 2, Экологический центр, Туристический центр, спортивные школы и другие общественные организации.

Другое важное направление – вовлечение в сферу профилактическую работу неформальных лидеров и кумиров учащихся. Это может происходить через привлечение в различные мероприятия "трудных детей", предоставления им лидерских позиций, оказывая при этом максимально большое доверия и веры в них.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Кочетов А.И., Верцинская Н.Н. Работа с трудными детьми.- М.: Просвещение, 1986 .
2. Никифоров Г.С., Ананьев В.А., Гурвич И.Н. и др. Психология здоровья/ Под ред. Г.С. Никифорова.- СПб: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2000.
3. Методические рекомендации для организаторов педагогической профилактики наркомании в школе. вып. 3.– Ростов н/Д, 2001.
4. Методические рекомендации для педагогов психологов по организации профилактики наркозависимости в детско – подростковой среде. вып.2. – Ростов н/Д, 2001.
5. Выявление детей и подростков, склонных к аутоагgression.- методические рекомендации.: Ростов н/Д,2002.
6. Миронов Н.Е. Охрана психического здоровья детей и подростков в России. Информационное письмо. – М., 1999.