

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЛИЦЕЙ «КОЛЛЕЖ»**

**РЕКОМЕНДОВАНО**

Решением  
педагогического  
совета

протокол от

«28» 08 2024 г. № 1

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора

Л. В. Казакова

«30» 08 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

Е. Ю. Бойко

приказ от

«30» 08 2024 г. № 229/1



**Программа  
психолого-педагогического сопровождения обучающихся  
по профилактике употребления ПАВ**

**на 2024-2025 учебный год**

подготовила  
педагог-психолог  
**ГОСУДАРСТВЕННОГО  
БЮДЖЕТНОГО  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ  
«ЛИЦЕЙ «КОЛЛЕЖ»**  
Керман Т. А.

Донецк, 2024г.

## **Пояснительная записка**

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

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

**Психоактивные вещества (ПАВ)** – химические и фармакологические средства, влияющие на физическое и психическое состояние, вызывающие болезненное пристрастие; к ним относятся наркотики, алкоголь, никотин и другие средства.

**Профилактика злоупотребления психоактивными веществами** – совокупность мероприятий, направленных на предупреждение возникновения и распространения заболеваний, на охрану и укрепление здоровья и нормативного психического и физического развития населения.

**Первичная профилактика злоупотребления ПАВ** – комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих приобщение к употреблению ПАВ, вызывающих болезненную зависимость.

Основная идея программы — формирование гармонично развитой, жизненно компетентной и здоровой личности. Программа сопровождает процесс становления и развития личности учащегося.

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

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

### **Цели программы:**

- 1) предупреждение употребления психоактивных веществ детьми и подростками;
- 2) обучение навыкам ответственного поведения в пользу своего здоровья.

### **Задачи:**

- Предоставить детям и подросткам объективную информацию о последствиях употребления психоактивных веществ.
- Способствовать формированию потребности в здоровом образе жизни.
- Способствовать формированию положительного «образа — Я».
- Сформировать навык принятия обоснованных решений.
- Сформировать навыки сопротивления социальному давлению.

**Целевая группа:** обучающиеся с 5 по 11 класс.

#### **Обучающиеся должны знать:**

- болезни, связанные с применением ПАВ;
- причины и последствия для организма от употребления ПАВ;
- вредное влияние ПАВ на организм человека.

#### **Обучающиеся должны уметь:**

- применять полученные знания на практике;
- уметь говорить «Нет»;
- вести активный здоровый образ жизни.

#### **Обучающиеся должны приобрести навык:**

- работы в коллективе;
- высказывания своих мыслей;
- изучения литературы.

### **Критерии отслеживания эффективности предложенной программы**

1. Уровень и степень добровольной вовлеченности родителей, детей и других людей в мероприятия;
2. Изменение отношения к возможному приему ПАВ;
3. Уровень конфликтности в подростковой среде;
4. Оптимизация внутрисемейных отношений.

**Перечень мероприятий,  
направленных на реализацию целей и задач программы**

<b>№</b>	<b>Мероприятие</b>	<b>Участники</b>	<b>Сроки</b>
<b>Психологическая диагностика</b>			
1.	СПТ	7-11 классы	Сентябрь – октябрь
2	Изучение уровня самооценки, уровня тревожности обучающихся	5-11 классы	ноябрь
3	Изучение типа мышления	9 классы	ноябрь
4	Изучение личностных особенностей обучающихся (Конструктивный тест человека)	9-11 классы	декабрь
5	Изучение личностных особенностей обучающихся проективными методиками	5-11 классы	февраль
6	Изучение эмоционального состояния обучающихся (методика САН)	5-11 классы	март
7	Изучение ценностной сферы личности обучающихся	5-11 классы	апрель
<b>Коррекционно-развивающая работа</b>			
1	Коррекционно-развивающее мероприятие «Наши чувства – наши поступки»	9-11 классы	ноябрь
2	Дискуссия «Причины употребления ПАВ подростками»	5-11 классы	ноябрь
3	Коррекционно-развивающее мероприятие «Как сказать «Нет! внешнему давлению»	5-11 классы	ноябрь
3	Занятие с элементами тренинга «Самоконтроль – ключ к гармонии»	5-11 классы	декабрь
4	Занятие с элементами тренинга «Мой выбор – ЗОЖ!»	9-11 классы	декабрь
	Занятие с элементами тренинга «Внутренние друзья и враги»	5-8 классы	январь
5	Занятие с элементами тренинга «Мои ценности»	9-11 классы	январь
6	Занятие с элементами тренинга «Совладание со стрессом»	5-8 классы	февраль
	Занятие с элементами тренинга «Зависимость – бегство от себя»	10- 11 классы	февраль
7	Занятие с элементами тренинга «Как приручить дракона (развитие умений креативного решения проблемы)	10 - 11 классы	февраль
8	Занятие с элементами тренинга «Скажи « Нет!» ПАВ»	5-8 классы	март

9	Занятие с элементами тренинга «Соблазн» (профилактика алкогольной, наркотической зависимости, формирование ответственного отношения к здоровью)	9 11 классы	апрель
10	Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия с обучающимися группы риска по результатам СПТ	5-11 классы	в течение года
<b>Консультирование</b>			
1	Консультации по результатам диагностики	обучающиеся, педагоги, родители	в течение учебного года
2	Консультации по запросу и по необходимости: - по вопросам самооотношения и самооценки), жизненным стратегиям, помощь в разрешении внутриличностных конфликтов; - повышение ресурсного потенциала обучающихся, чувства уверенности в себе. - по развитию навыков самоконтроля; - по повышению сопротивляемости стрессу; - по трансформации «туннельного» мышления, формирование альтернативных перспектив видения ситуации; - о личной ответственности за себя и свое здоровье; - по профилактике аддиктивного поведения;	обучающиеся, педагоги, родители	в течение учебного года
3	Консультации по вопросам профилактики аддиктивного поведения у обучающихся	педагоги, родители	в течение учебного года
<b>Просвещение и профилактика</b>			
1	Ученический марафон «Шаги к здоровому образу жизни»	обучающиеся, педагоги, родители	май
2	Размещение просветительской и развивающей информации на сайте ОУ, направленной на формирование здорового образа жизни по темам: «Всемирный день психического здоровья», «Всемирный день здоровья», «День инвалидов», «АнтиСПИД» и другое	обучающиеся, педагоги, родители	в течение года
5	Памятки, буклеты по теме «Среда без ПАВ»	обучающиеся, педагоги, родители	в течение года
<b>Учебная деятельность</b>			

1	Мероприятия в рамках работы кружка «Общение и развитие подростков»	9-11 классы	в течение года
<b>Организационно-методическая работа</b>			
1	Анализ диагностических бланков обучающихся	психолог	в течение года
2	Подготовка к практическим мероприятиям, лекториям, развивающим занятиям	психолог	в течение года
3	Разработка просветительской информации, рекомендаций	психолог	в течение года
4	Подготовка отчетности	психолог	в течение года

***Используемая литература:***

1. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. М., Интерпракс, 1994.
2. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М., Генезис, 2003.
3. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб., Речь, 2003.
4. Киппер Дэвид. Клинические ролевые игры и психодрама. М., «Класс», 1993.
5. Овчарова Р. В. Технологии практического психолога образования.
6. Психология подростка. Учебник под ред. А.А. Реана. СПб: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.

***Рекомендуемая литература:***

1. Козлов Н. Философские сказки для обдумывающих житье, или веселая книга о свободе и нравственности. М., Ребус, 1994.
2. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения. М., Генезис, 2001.
3. Леви В.А. Искусство быть собой. М., Знание, 1991.
4. Маюров А.Н., Маюров Я.А. Табачный туман обмана. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. М.: Педагогическое общество России, 2004.
5. Белогуров С.Б. "Популярно о наркотиках и наркоманиях" – М., СПб, 1998
6. Березин С.В., Лисецкий К.С. Психология ранней наркомании.- Самара, 2000
7. Битенский В.С. и др. Наркомания у подростков. Киев .1988
8. Журавлёва О.В., Зуева С.П., Нижегородова М.Н. Программа «Путешествие во времени». // Работающие программы. Выпуск 4. М., 2000
9. Игры: обучение, тренинг, досуг / Под ред. В.В. Петрусинского -М., 1994
10. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Тренинг. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. //Практическое руководство для школьного психолога.- М.,1997

**Приложение:**

## **Памятка педагогам и родителям**

### **Общие признаки начала потребления психоактивных веществ подростками:**

- Снижения интереса к учебе, обычным увлечениям.
- Проявляется отчужденность, эмоционально «холодное» отношение к окружающим, могут усилиться такие черты, как скрытность и лживость.
- Нередко возможны эпизоды агрессивности, раздражительности, которые сменяются периодами неестественного благодушия.
- Компания, с которой общается подросток, зачастую состоит из лиц более старшего возраста.
- Эпизодическое наличие крупных или непонятного происхождения небольших сумм денег, не соответствующих достатку семьи. Появляется стремление занять деньги или отобрать их у более слабых.
- Тенденция общаться по преимуществу с подростками, которые заведомо употребляют наркотики и/или другие психоактивные вещества.
- Повышенный интерес к детям из обеспеченных семей, назойливое стремление с ними подружиться.
- Наличие таких атрибутов наркотизации, как шприцы, иглы, небольшие пузырьки, обложки из-под таблеток, небольшие кулёчки из целлофана или фольги, тюбики из-под клея, пластиковые пакеты от резко пахнущих веществ, наличие специфического химического запаха от одежды и изо рта.
- Изменение аппетита — от полного отсутствия до резкого усиления, обжорства. Периодически тошнота, рвота.
- Наличие следов от инъекций в области локтевых сгибов, предплечий, кистей рук, раздражений на коже, слизистых.
- «Беспричинное» расширение, сужение зрачков.

### **Последовательность действий педагога при подозрении у обучающегося состояния алкогольного или наркотического опьянения:**

1. Удалить учащегося из класса, отделить его от одноклассников.
2. Немедленно поставить в известность руководителей школы.
3. Срочно вызвать медицинского работника школы.
4. В случае, когда состояние подростка может быть расценено как состояние алкогольного или наркотического опьянения, немедленно известить о случившемся родителей или опекунов подростка.
5. Нецелесообразно проведение немедленного разбирательства о причинах и обстоятельствах употребления алкоголя или наркотиков.
6. При совершении подростком хулиганских действий целесообразно прибегнуть к помощи правоохранительных органов.

Трошарица и убогине  
побарито (српски)

Дујини  
30.08  
1904

