

Муниципальное бюджетное учреждение
Злынковский центр
психолого – педагогической, медицинской и социальной помощи

«РЕКОМЕНДОВАНО»
Совет МБУ Злынковского центра
ППМС помощи
Протокол № 3
от « 30 » 01 20 24 г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ Злынковского центра
ППМС помощи
Сахнова Г.И. Сахнова
от « 30 » 01 20 24 г.

Рабочая программа
«Профилактика подростковой наркомании»
Социально-гуманитарная направленности

Составитель :
Канышева Г.П.
педагог-психолог

Срок реализации : 1 год
Возраст обучающихся : 15-17 лет

Злынка
2024 г.

Содержание

1. Пояснительная записка: актуальность, обоснованность, цели и задачи программы	3-4
2. Структура и содержание программы	4
3. Сроки и этапы реализации	4-5
4. Методы, используемые при реализации программы	5-6
5. Адресат. Показания и обоснованные критерии ограничения и противопоказания на освоение программы	6
6. Гарантии прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы	6
7. Требования к условиям реализации программы	6-7
8. Ожидаемые результаты реализации программы	8
9. Система организации контроля за реализацией программы	8
10. Система оценки достижений планируемых результатов	8
11. Критерии оценки достижения планируемых результатов	8
12. Литература	9

1. **Пояснительная записка: актуальность, обоснованность, цели и задачи программы**

Молодое поколение России переживает кризисную социально-психологическую ситуацию: меняются стереотипы поведения в обществе, нормативные и ценностные ориентации, непрерывно возрастает интенсивность стрессовых ситуаций, что вызывает состояние психоэмоционального напряжения, увеличение форм саморазрушающего поведения. Без определенных жизненных навыков подростки оказываются не подготовленными ко многим ситуациям социального риска, в том числе таким опасным для здоровья, как употребление психоактивных веществ. В последнее десятилетие для России употребление несовершеннолетними и молодежью алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую угрозу здоровью населения, социальной сфере и правопорядку. Происходит неуклонное "омоложение" употребления ПАВ, возраст приобщения к данным веществам снижается до 8 - 10 лет. Кроме роста числа лиц, злоупотребляющих психоактивными веществами, отмечается увеличение объема негативных медико-социальных последствий. Это возросшая смертность, увеличение в десятки раз числа суицидальных попыток, а также сопутствующих болезней: СПИД, инфекционный гепатит, венерические болезни, туберкулез и другие заболевания.

За последние годы ситуация в области профилактики ПАВ изменилась. От декларативного признания необходимости профилактической активности общество переходит к позиции решительных действий (реализация разнообразных программ, акций и т.п.). Первичная профилактика в зависимости от психоактивных веществ опирается в своей основе на долгосрочную общегосударственную политику, направленную на формирование в обществе непримиримого отношения к употреблению наркотиков и имеет целью предупредить начало употребления ПАВ, усилить факторы защиты, препятствующие началу употребления, и уменьшить факторы риска употребления психоактивных веществ.

Главная отличительная черта профилактической работы - разъяснение подросткам не только медицинских последствий употребления ПАВ, но и последствий социальных. Кроме того, разработка нового специфического подхода к профилактике злоупотребления ПАВ предполагает обучение подростков новым формам поведения, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый и эффективный жизненный стиль.

Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания

На сегодняшний день во всех регионах Российской Федерации в соответствии с приказом министра образования РФ от 23.03.99 N 718 приоритетным направлением в деятельности образовательных учреждений признана комплексная профилактика по предупреждению злоупотребления психоактивными веществами. основополагающим документом, определяющим приоритеты в деятельности органов и учреждений образования в сфере антинаркотической профилактической работы, направленной на предупреждение наркомании, алкоголизма в основных сферах жизнедеятельности детей и молодежи, стала разработанная по приказу Минобразования России Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде. Концепция была одобрена решением коллегии Минобразования России от 08.02.2000 N 3/1 и решением Правительственной комиссии по противодействию злоупотреблению наркотическими средствами и их незаконному обороту от 22.05.2000. Опыт профилактической работы (А.Я. Варга, Н.В. Вострокнутов, Е.А. Кошкина) показал, что крайне быстрая деградация личности людей с наркотической зависимостью и объективная трудоемкость и долговременность восстановительных медико-психолого-педагогических реабилитационных воздействий, имеющих даже при качественном проведении низкую эффективность, требуют смещения основной направленности антинаркотической деятельности с лечения и реабилитации наркозависимых на предупреждение возникновения наркотизации, то есть приоритетной должна являться именно первичная профилактика.

При этом первичная профилактическая помощь должна обеспечиваться не только психологическими методами, ориентированными на развитие личностных ресурсов учащихся, но и методами, направленными на формирование у них ценностного отношения к здоровому образу жизни, воспитание культуры, привитие нравственных и моральных ценностей.

Анализ накопленного опыта в области педагогической профилактики стал ключевым моментом в решении создать такую программу, которая могла бы решить несколько задач. Это занятость детей в досуговое время, организация полноценного отдыха детей. Учитывая особенности и новообразования подросткового возраста, стремление к общению, стремление понять себя и окружающий мир, программа должна включать в себя межличностное общение и предупреждение возникновения у подростка установки на наркотизацию. Нормативно-правовые документы, использованные при составлении программы: Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде, одобренная Министерством образования России и решением Правительственной комиссии по противодействию злоупотреблению наркотическими средствами и их незаконному обороту от 22.05.2000, Федеральный закон "О

наркотических средствах и психоактивных веществах" (1997), Федеральный закон "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" (1999), Федеральный закон "Об образовании" (2012).

Программа предусматривает привлечение специалистов (медицинских работников, сотрудников УВД, госнаркоконтроля и др.), а также осуществление взаимодействия с классными руководителями учащихся, родителями и администрацией образовательных учреждений.

Практическая направленность

Работа по данной программе направлена на сохранение и укрепление здоровья несовершеннолетних и предполагает использование интегративного подхода, который включает как информирование участников по проблеме, так и повышение уровня саморегуляции психоэмоционального состояния у подростков, формирование у них социальных навыков, организацию деятельности, альтернативной потреблению психоактивных веществ.

Работа осуществляется при взаимодействии с образовательными учреждениями, в котором обучаются дети (классный руководитель), а также родителями/законными представителями несовершеннолетних.

Цель программы - сдерживание вовлечения подростков в прием психоактивных веществ за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок, стимуляции личностного роста и творчества у несовершеннолетних.

Задачи:

- информирование подростков о действиях и последствиях злоупотребления психоактивными веществами, причинах и формах заболеваний, связанных с ними;
- стабилизация психоэмоционального состояния (обучение навыкам вербализации своих чувств, преодоления негативных эмоциональных состояний), обучение навыкам саморегуляции, изменение стереотипов эмоционального реагирования;
- развитие внутренних критериев самооценки, формирование позитивного самовосприятия и самоотношения (обретение уверенности в своей жизненной позиции и поступках);
- формирование здорового жизненного стиля.

2. Структура и содержание программы

Занятие включает в себя следующие компоненты:

- введение в тему занятия и разминка : используются ритуалы приветствия, разминочные задания;
- основная часть, которая может быть реализована в 2-х вариантах :
 - 1) если занятие первое в разделе, то используется схема: настрой как подготовка к восприятию нового материала - введение нового содержания- его закрепление;
 - 2) если занятие продолжает изучаемый материал, то схема иная: актуализация предыдущего материала-повторение- углубление, расширение, наполнение новыми знаниями;
- подведение итогов: рефлексия результатов занятия (итоговый круг) : эмоциональное отреагирование , осмысление
- домашнее задание.

При необходимости структура может быть изменена.

Занятие включает следующие типы работы : работа в парах, игры и упражнения-активаторы для психологической разминки, беседа , дискуссии для более глубокого осмысления различных вопросов, относящихся к предмету обсуждения, быстрый круг (опрос участников по очереди), итоговый круг-разновидность быстрого круга, повторение наиболее запомнившегося на занятии, закрепление пройденного, получение обратной связи.

При планировании занятий важно учитывать не только возрастные закономерности, но и проблемы и поведение конкретных детей. Занятия требует наличия определенных методических приемов, которые определяются возрастными особенностями учащихся, дидактическими и психологическими возможностями, задачами конкретного занятия.

3. Сроки и этапы реализации

Программа предназначена для обучающихся 15-17 лет.

Временные границы каждого занятия определяются возрастными , индивидуальными, психофизиологическими особенностями участников, их социальным статусом, медицинскими характеристиками (учащиеся с ОВЗ), спецификой учреждения, сложившимися в учреждениях традициями (рекомендации Минобразования РФ от 10.02.2015 г. , с.135).

Программа может включать в себя не все блоки. В зависимости от анализа ситуации, диагностируемых проблем, возможностей учреждения , желания обучающихся их родителей (законных представителей), набор блоков может варьироваться (рекомендации Минобразования РФ от 10.02.2015 г. , с.135).

Учебный план программы «Профилактика подростковой наркомании»

Цель программы: сдерживание вовлечения подростков в прием психоактивных веществ за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок, стимуляции личностного роста и творчества у несовершеннолетних.

Категория обучающихся : подростки от 12-16 лет.

Срок обучения : 19 занятий по 40 минут

Режим занятий : вторая половина дня, 1 раз в неделю.

№	Наименование блоков	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			теоретических	практических	
Раздел 1 «Я теперь школьник»					
1	Знакомство	1ч	0.2 ч	0.8 ч	анкетирование итоговый круг
2	Основная часть	8 ч	1.6 ч	6.4 ч	итоговый круг домашнее задание
2.1	Личность и индивидуальность . Самоуважение	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	итоговый круг домашнее задание
2.2	Уверенность в себе. Навыки уверенного поведения	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	итоговый круг домашнее задание
2.3	Чувства и эмоции. Способы преодоления стресса	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	итоговый круг домашнее задание
2.4	Принятие решений	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	итоговый круг домашнее задание
2.5	Правила личности и уважение прав других	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	итоговый круг домашнее задание
2.6	Общение. Построение отношений с близкими людьми	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	итоговый круг домашнее задание
2.7	Понятие группового давления. Сопротивление давлению социального окружения	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	итоговый круг домашнее задание
2.8	Наркотики, психоактивные вещества и последствия их употребления Как отказаться от предложенных наркотиков	1 ч	0.2 ч	0.8 ч	итоговый круг домашнее задание
3	Подведение итогов	1ч	0.2 ч	0.8 ч	анкетирование итоговый круг
3.1	Законы распространения наркомании. Итоги курса	1ч	0.2 ч	0.8 ч	анкетирование итоговый круг
Итого		10 ч	3.6 ч	15.4 ч	

4. Методы, используемые при реализации программы

Неотъемлемой частью курса являются занятия, направленные на формирование гармоничной личности.

Эти занятия предваряют ту часть курса, которая посвящена специальным вопросам.

Важной особенностью профилактики психоактивных веществ в данном курсе является то, что эффективная работа невозможна без доверительных отношений между ведущим и участниками. Поэтому идеальный способ - дружеская беседа.

Методы, используемые в программе:

- работа в парах, подгруппах,
- игры и упражнения-активаторы для психологической разминки, сплочения группы, установления доверительных отношений между участниками,
- беседа , дискуссии для более глубокого осмысления различных вопросов, относящихся к предмету обсуждения, составить собственное мнение о нем, высказать свои мысли,
- быстрый круг - опрос участников по очереди, участники получают возможность высказать только свое

мнение,

- итоговый круг- разновидность быстрого круга, повторение наиболее запомнившегося на занятии, закрепление пройденного, получение обратной связи,
- домашнее задание- проверяется на каждом занятии, необходимо для проведения следующего занятия.

5. Адресат. Показания и обоснованные критерии ограничения и противопоказания на освоение программы

Курс рассчитан для подростков 15-17 лет.

Критерии ограничения участия в занятиях:

- отказ родителей (законных представителей) от психологической работы с детьми (родители (законные представители) дают согласие, заключают договор об оказании услуги) ;
- участники, посещающие группу, не должны иметь медицинских противопоказаний, психических расстройств, выраженных акцентуаций характера.

6. Гарантии прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы

Гарантии прав участников программы

Способы, обеспечивающие гарантии прав участников программы:

- соблюдение этического кодекса педагога-психолога службы практической психологии образования России от 26.03.2003 г.;
- соблюдение принципов работы педагога-психолога службы практической психологии образования России:
- принципы : компетентности психолога в области формирования эмоциональной сферы и механизмах социализации, конфиденциальности, ответственности и др.;
- правила безопасности применяемых методик и корректного использования сведений психологического характера (приняты Всероссийским совещанием «Службы практической психологии в системе образования России. Итоги и перспективы» (6-7 июня 2002 г. Москва).- Вестник образования, №7, 1995) ;
- должностные инструкции педагога-психолога ;
- рекомендации Минобразования РФ органам госвласти субъектов РФ в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (Приложение к письму Минобразования РФ, февраль 2015 г).

А также :

- Ознакомление в начале занятий участников с правилами работы в группе, основанными на принципах добровольности, конфиденциальности, взаимоуважения, «здесь и сейчас», «я-высказывания», уважения к говорящему, активности и др.

Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы

Ответственность	
Педагогический коллектив	Реализация субъект-субъектного взаимодействия в образовательном процессе, направленного на формирование благоприятного психологического климата среди учащихся
Родители учащихся	Бережное отношение к психическому здоровью своих детей, соблюдение полученных рекомендаций от педагога
Основные права	
Педагогический коллектив	Повышать квалификацию в сфере психолого-педагогических знаний. Реализовывать психологически безопасные способы взаимодействия с детьми
Родители учащихся	Получать квалифицированное психологическое консультирование по проблемам детей, связанных с компетенцией педагога
Обязанности	
Педагогический коллектив	Соблюдать реализацию благоприятного психолого-педагогического сопровождения детей
Родители учащихся	Информировать педагога об изменениях психологического состояния ребенка

7. Требования к условиям реализации программы

Требования к педагогу, реализующему программу

Занятия может проводить педагог-психолог, имеющие базовое психолого-педагогическое образование, высокие знания законов развития и возрастной психологии, имеющий опыт групповой работы в детской среде. Педагогам необходимо иметь возможность повышать свою профессиональную квалификацию.

Требования к методическому и материально-техническому обеспечению образовательного процесса

Обеспечение специалистов доступом к информационно-методическим источникам по реализации

программы, наличие методических материалов, аудиоматериалов, интернет-ресурсы.

Обеспечение материально-техническими условиями включает :

- санитарно-гигиенические условия образовательного процесса (температурный, световой режимы и т.п.);
- пожарная безопасность, электробезопасность, охрана труда;
- наличие образовательной среды адекватной потребностям развития ребенка и его здоровьесбережения (просторное помещение, позволяющее проводить подвижные игры, эстетические условия, необходимая мебель, компьютерная техника);
- оборудование : бумага формата А4, дидактический , раздаточный материал, цветные карандаши, маркеры, скотч, магниты и т.п.;
- технические средства : компьютер, проектор, принтер, сканер.

Учебно-методический комплекс

1	Психолого-педагогические методики, технологии	<ul style="list-style-type: none"> - игровые (двигательные, коммуникативные, дыхательные и т.п.) ; - психогимнастика ; - нейропсихологические упражнения ; - технические средства обучения ; - личностно-ориентированные (поощрение высказывания учащихся, создание ситуации успеха) , - информационно-перцептивный метод (рассказ, объяснение, наглядный материал); - анкетирование
2	Дидактические материалы	<ul style="list-style-type: none"> - карточки-задания с проблемными ситуациями ; - дидактические игры - слайды
3	Информационное обеспечение	<p>Развитие личностного потенциала подростков. 8—11 классы. Модуль «Управление собой» : методическое пособие / Ю. В. Зарецкий, А. В. Тихомирова.- М. : Дрофа , 2020 г., 74 с. ил. - (Российский учебник).</p> <p>Развитие личностного потенциала подростков. 8—11 классы. Модуль «Я и мой выбор» : методическое пособие / М. В. Киктенко. - М. : Дрофа, 2019. - 55, [1] с. : ил. - (Российский учебник).</p> <p>Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании: Наглядно-методическое пособие / СБ. Белогуров, В.Ю. Климович. - М.: Центр «Планетариум», 2002. - 96 с.</p> <p>«Психологическая коммуникация. Эмоциональный интеллект» Соловьева Дарья МАУ ДО «Центр детского творчества», г. Сыктывкар, ж. «Справочник педагога-психолога. Школа» 2021-2022 гг.</p> <p>Смирнова Е.Е. Познаю себя и учусь управлять собой. Программа уроков психологии для младших подростков (10-12 лет).-СПб.: Речь, 2007</p> <p>Микляева А.В. Я- подросток. Мир эмоций. Спб.: Речь, 2003</p> <p>Чистякова М. Психогимнастика. М., 1995</p>
4	Электронный образовательный ресурс	<ul style="list-style-type: none"> - «Психея», http://www.psycheya.ru - ПроШколу.ру , http://www.proshkolu.ru - "Мир Психологии" - http://psychology.net.ru - "Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" - http:// festivalseptember.ru - музыка для релаксации и медиации. - интернет- ресурсы по тематике
5	Система контроля	<p>Формы, средства выявления результата обучения</p> <p>Входящая диагностика. Психологические методики Итоговая диагностика. Психологические методики</p> <p>Периодичность</p> <p>Один раз в начале программы занятий Один раз в конце программы занятий</p>

8. Ожидаемые результаты реализации программы

Занятия обучают и формируют у детей терпение и способность быть эмоционально открытым, восприимчивым, принимающим и помогающим по отношению у другим.

В ходе занятий дети знакомятся с основными психологическими понятиями, получают возможность тренировать элементарные навыки рефлексии.

Программа учит детей замечать проявления психологических факторов вокруг себя, в повседневной жизни, в своем поведении и поведении окружающих.

Подготовка обучающихся к самореализации в обществе в качестве полноценных граждан, способных оказывать позитивное влияние на социально-экономическую и общественно-политическую ситуацию в городе.

- Уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психотропных веществ среди детей, подростков и молодежи.
- Формирование навыков здорового образа жизни и высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у подростков и молодежи.
- Развитие системного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами.

9. Система организации контроля за реализацией программы

Промежуточная оценка достижения планируемых результатов состоит из подведения итогов каждого занятия, осмысления нового материала, при выполнении упражнения «итоговый круг», где участники могут выразить свои эмоции, их интенсивность на происходящее.

Кроме того, с учетом специфики курса, на каждом занятии предусмотрено домашнее задание, которое необходимо выполнять и проверять на каждом занятии, т.к. оно необходимо для проведения следующего занятия.

10. Система оценки достижений планируемых результатов

С целью оценки динамики эффективности проведенной работы, оценки воздействия занятий на эмоциональное состояние учеников в конце каждого занятия, согласно его структуры, подводят итоги: эмоциональное отреагирование, осмысление.

Свои отношение к обсуждаемым вопросам, эффективность курса и качество его проведения, удачные и неудачные моменты, выводы на будущее, участники могут сделать в заключительной анкете.

На основании результатов работы, анализа анкет делается вывод об эффективности проделанной работы и фиксируется динамика показателей каждого из участников.

11. Критерии оценки достижения планируемых результатов

Основной критерий оценки достижения планируемых результатов – формирования антинаркотических установок, стимуляции личностного роста и творчества у несовершеннолетних.

Для отслеживания результатов программы используются следующие формы и методы оценки:

Оценка эффективности работы	Цель	Формы
Текущая	Определение степени усвоения полученной информации, овладение навыками на этапе изучения	итоговый круг домашнее задание
По разделам программы	Определение степени усвоения полученной информации, овладение навыками по итогам изучения разделов программы	итоговый круг домашнее задание
Итоговая	Проверка степени усвоения полученных знаний, опыта, навыков поведения	анкетирование

В ходе работы ребята учатся лучше понимать и принимать себя, видеть свои сильные и слабые стороны, ощущать единение с другими людьми. Они активно овладевают знаниями и умениями, способствующими формированию адекватных к различным ситуациям установок, которые помогут снизить риск возникновения ситуаций вовлечения несовершеннолетних в употребление ПАВ, стимуляции личностного роста и творчества у несовершеннолетних.

При условии активного участия в занятиях, школьники могут развить устойчивость к действию стрессогенных факторов, а также сформировать ценности здорового образа жизни и оптимального стиля поведения, улучшить психическое здоровье, развить перцептивные способности (лучшее знание себя, другого человека и тех отношений, которые возникают), умения в сфере общения. Подростки научатся применять навыки, приобретенные на занятиях, в различных жизненных ситуациях. Эти основные навыки включают в себя: принятие решений, решение проблем, творческое и критическое мышление, эффективное общение, навыки личных взаимоотношений, самоосознание, сопереживание, навыками эмпатии, достойно выражать свои чувства, преодолевать трудности в учебе и поведении, развивать свои способности, уметь противодействовать чужому влиянию, а значит- суметь сохранить свое психологическое здоровье.

12. Литература

1. Микляева А.В. Я - подросток. Мир эмоций. Спб.: Речь, 2003
2. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании: Наглядно-методическое пособие / СБ. Белогуров, В.Ю. Климович. - М.: Центр «Планетариум», 2002. - 96 с.
3. Пругченков А.С. Трудное восхождение к себе. Методические разработки и сценарии занятий социально-психологических тренингов.- М.: 1995
4. «Психологическая коммуникация. Эмоциональный интеллект» Соловьева Дарья МАУ ДО «Центр детского творчества», г. Сыктывкар, ж. «Справочник педагога-психолога. Школа» 2021- 2022 гг.
5. Развитие личностного потенциала подростков. 8-11 классы. Модуль «Управление собой» : методическое пособие / Ю. В. Зарецкий, А. В. Тихомирова.- М. : Дрофа , 2020 г., 74 с. ил. - (Российский учебник).
6. Развитие личностного потенциала подростков. 8-11 классы. Модуль «Я и мой выбор» : методическое пособие / М. В. Киктенко. - М. : Дрофа, 2019. - 55, [1] с. : ил. - (Российский учебник).
7. Смирнова Е.Е. Познаю себя и учусь управлять собой. Программа уроков психологии для младших подростков (10-12 лет).-СПб.: Речь, 2007
8. Хухлаева О.В. ,Курилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. М., 2000
9. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. М., 1994
10. Чистякова М. Психогимнастика. М., 1995