

бюджетное общеобразовательное учреждение г. Омска «Лицей №145»

СОГЛАСОВАНО: на заседании
психолого-педагогического консилиума лицея
Председатель ППк Филатова А.А. _____
Протокол № 6 от «24» 11 2025 года

УТВЕРЖДАЮ:
Директор БОУ г. Омска «Лицей №145»
Н.В. Лоскутова _____
приказ № 320 от «24» 11 2025 г



Тренинговая программа по профилактике аддиктивного поведения среди подростков с выявленным риском вовлечения в аддиктивное (зависимое) поведение на основе соотношения факторов риска и факторов защиты по методике ЕМ СПТ (8 кл)

Подготовили:
педагог – психолог Курочкина Н.Н.

Омск, 2025

Пояснительная записка

В настоящее время в Омской области наблюдается рост количества детей и подростков, склонных к асоциальному поведению, а значит, возникла необходимость в проведении специальных методик и диагностик по выявлению детей группы риска и последующей работы с ними. Проводимая методика ЕМ СПТ предназначена для выявления латентной и явной рискогенности социально-психологических условий, формирующих психологическую готовность к аддиктивному (зависимому) поведению у лиц подросткового и юношеского возраста. Данная методика осуществляет оценку вероятности вовлечения в аддиктивное поведение на основе соотношения факторов риска и факторов защиты, воздействующих на обследуемых. Выявляет повышенную и незначительную вероятность вовлечения в зависимое поведение. Таким образом, выявленным подросткам группы риска необходимо повысить адаптивные возможности, сформировать позитивное отношение к самому себе и окружающим, развить навыки конструктивного общения, способности к адекватной оценке своего поведения в проблемной ситуации за счет мнений других, терпимость к различным мнениям.

Федеральные государственные стандарты образования ставят задачу развивать всестороннюю личность, адаптированную к жизни в социуме, у которой сформированы и развиты навыки жизненной компетентности, это возможно только при создании психологического комфорта в адаптивном образовательном учреждении. Учитывая выше сказанное, данная тренинговая программа является актуальной для адаптивных образовательных учреждений. Содержание программы:

Тренинговая программа построена с учетом требований следующих документов:

- Конституции Российской Федерации.
- Конвенции о правах ребенка.
- Закона Российской Федерации «Об образовании».
- Закона Российской Федерации «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» № 120-ФЗ от 24.06.1999г.
- ФГОС ОВЗ.

Тренинговая программа направлена на достижение следующих целей:

1. развитие коммуникативных компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными потребностями и возможностями ребенка учитывая его индивидуальные особенности развития;
2. осуществлять психолого-социальную коррекцию, направленную на формирование положительного образа «Я» формирование адекватной самооценки, снижение уровня тревожности, повышение социальной активности, формирование навыков саморегуляции.

Задачи:

1. осуществление психолого-педагогической помощи подросткам, испытывающим трудности в школьной адаптации;
2. формирование жизненных навыков социальной компетентности и жизнестойкости;
3. формирование умения контролировать свои эмоции, развивать у детей эмпатию, толерантность к окружающим;
4. формирование навыков эффективного общения у подростков;
5. формирование критического отношения к психо - активным веществам: алкоголю, наркотикам, наркотикам, табакокурению;
6. повышение психологической защищенности детей и подростков, поддержка и укрепление психологического здоровья подрастающего поколения.

Принципы программы:

- гуманизма и оптимизма с требованием «Не навреди» учитываем, что исследование детской и подростковой психики не только выявляет закономерности ее развития, но и вызывает свое влияние на него, последствия которого исследователь должен предусматривать, обеспечивая позитивный развивающий эффект;
- единства сознания и деятельности сознание образует внутренний план деятельности ребенка и подростка, а изменение деятельности способствует формированию нового уровня сознания;
- принцип развития-характеристика психического явления возможна при все стороннем изучении и на основании этого перспектив изменения;

• принцип комплексного подхода предполагает обязательно использовать систему взаимосвязанных друг с другом методов изучения и воздействия.

Функции программы:

1. восстановительная - восстановление тех положительных качеств, которые преобладали у детей и подростков до дезадаптации;
2. компенсаторная – формирование у детей и подростков стремления компенсировать ситуации неуспеха в одной сфере успехом в увлекающей его деятельности;
3. стимулирующая – активизация положительной социально-полезной деятельности детей и подростков, оказание эмоциональной поддержки.
4. коррекционная – исправление отрицательных качеств, использование методов коррекции поведения (убеждение, примеры, тренинги, психотерапевтические методики, консультирование).

Прогнозируемый результат:

Психологически здоровая, социально адаптированная личность, способная самостоятельно решать личные проблемы и проблемы общества.

Прогнозируемый результат мы будем оценивать по итогам прохождения СПТ.

Педагогические показатели - повышение мотивации учения, успеваемость, дисциплина, включенность во внеклассные занятия, улучшение показателей развития, уровня обученности, снижение педагогической запущенности.

Основные средства и методы работы:

Социально-психологические тренинги, психогимнастика, упражнения, ролевые игры.

Сроки реализации: Тренинговая программа рассчитана на 3 тренинга по 90 мин.

Методическое обеспечение: Техническое оборудование (компьютер, мультимедийная техника).

Участники: Подростки группы риска по СПТ, подростки 8 классов. Педагоги-психологи.

Тренинговая программа по профилактике аддиктивного поведения среди подростков

1. Вводное занятие (90 минут)

1. Занятие №1. Употребление психоактивных веществ: Мифы и реальность

«Принятие правил работы» (10 минут)

Вводное слово психолога. Упражнение-приветствие. Мини-лекция.

ИГРА: «Проблемные вопросы»

1. Существует ли проблема наркомании в нашем обществе?
2. Сталкивались ли с этой проблемой вы или ваши близкие?
3. Что вы чувствовали, когда сталкивались с этой проблемой?
4. Насколько опасна проблема наркомании среди молодежи?
5. Как проблема наркомании может повлиять на будущее Земли?
6. Знаете ли вы тех людей, которые погибли от наркотиков?

ИГРА «Спорные утверждения»

2. Для проведения игры необходимо четыре листа бумаги с написанными на них утверждениями:

3. «Совершенно согласен»
4. «Согласен, но с оговорками»
5. «Совершенно не согласен»
6. «Не имею точного мнения»

Эти листы прикрепляются по четырем сторонам комнаты
Упражнение «Марионетка».

Выбирается тройка участников. Им дается задание: двое должны выполнять роль кукловода — *Мозговой штурм «Почему люди употребляют наркотики?».*

-Перед вами на доске 3 листа бумаги. Вы должны выйти к доске и написать на этих листах:

- Причины, по которым люди начинают употреблять наркотики
- Последствия, т.е. к чему приводит употребление наркотиков

Альтернатива, т.е. чем можно заменить употребление наркотиков полностью управлять всеми движениями куклы-марионетки (третьего участника).

Рефлексия. Образ нездорового человека, последствия употребления ПАВ (плакат)

2. Занятие № 2. Умение сказать «нет»! Реклама здорового образа жизни (90 минут)

Цель: создание условий для формирования навыков отказа от употребления ПАВ.

Задачи: информирование о механизмах возникновения зависимости; формирование умения противостоять давлению окружающей среды; выработка умения говорить «нет».

Упражнение «Умей сказать «НЕТ!»

Упражнение проводится в парах. Каждой паре игроков предлагается разыграть ситуацию, в ходе которой один из них предлагает другому что-то вредное для здоровья, а второй должен убедительно отказаться. Затем проводится обсуждение: что было труднее — убеждать или отказываться?

Примерные ситуации для разыгрывания:

- твой друг предлагает тебе покурить за углом школы, пока не видят учителя и другие ребята;
- ты отдыхаешь в компании, где ребята пьют пиво. Кто-то решает угостить и тебя;
- вы с другом идете по улице. К вам подходит незнакомый человек и предлагает угостить конфетами, которые по виду больше напоминают таблетки;
- Один твой знакомый говорит: «Я колюсь, и ничего!» Он предлагает тебе тоже уколиться «для настроения»;
- у тебя появился новый друг (подруга), старше тебя. Он (она) приглашает тебя погулять, провести время по-взрослому - с сигаретами и алкоголем. Ты - самый младший в компании и они начинают подначивать тебя: «Ты, что маленький? Слабак? Не уважаешь нас?».

Мозговой штурм «Чем ребенку (подростку) твоего возраста можно заменить склонность к употреблению ПАВ?»

Упражнение 2 «Реклама – двигатель здорового образа жизни»

Для упражнения понадобится ватман, карандаши, краски и кисти.

Педагог-психолог: ребята, давайте представим, что вы все сотрудники крупного рекламного агентства. Вам дали ответственное задание — придумать такой рекламный плакат, взглянув на который люди обязательно захотят вести здоровый образ жизни и откажутся от вредных привычек. Ваше задание на этом ватмане нарисовать рекламный плакат. Можете приступить. По окончании упражнения происходит его обсуждение, воспитанники делятся мнениями, ощущениями от выполненного задания.

Упражнение 3 «Пропаганда».

Для упражнения понадобятся карточки «Слова для пропаганды»

Эти листы прикрепляются по четырем сторонам комнаты
Упражнение «Марионетка».

Выбирается тройка участников. Им дается задание: двое должны выполнять роль кукловода – *Мозговой штурм «Почему люди употребляют наркотики?».*

-Перед вами на доске 3 листа бумаги. Вы должны выйти к доске и написать на этих листах:

- Причины, по которым люди начинают употреблять наркотики
- Последствия, т.е. к чему приводит употребление наркотиков

Альтернатива, т.е. чем можно заменить употребление наркотиков полностью управлять всеми движениями куклы-марионетки (третьего участника).

Рефлексия. Образ нездорового человека, последствия употребления ПАВ (плакат)

2. Занятие № 2. Умение сказать «нет»! Реклама здорового образа жизни (90 минут)

Цель: создание условий для формирования навыков отказа от употребления ПАВ.

Задачи: информирование о механизмах возникновения зависимости; формирование умения противостоять давлению окружающей среды; выработка умения говорить «нет».

Упражнение «Умей сказать «НЕТ!»

Упражнение проводится в парах. Каждой паре игроков предлагается разыграть ситуацию, в ходе которой один из них предлагает другому что-то вредное для здоровья, а второй должен убедительно отказаться. Затем проводится обсуждение: что было труднее – убеждать или отказываться?

Примерные ситуации для разыгрывания:

- твой друг предлагает тебе покурить за углом школы, пока не видят учителя и другие ребята;
- ты отдыхаешь в компании, где ребята пьют пиво. Кто-то решает угостить и тебя;
- вы с другом идете по улице. К вам подходит незнакомый человек и предлагает угостить конфетами, которые по виду больше напоминают таблетки;
- Один твой знакомый говорит: «Я колюсь, и ничего!» Он предлагает тебе тоже уколоться «для настроения»;
- у тебя появился новый друг (подруга), старше тебя. Он (она) приглашает тебя погулять, провести время по-взрослому - с сигаретами и алкоголем. Ты - самый младший в компании и они начинают подначивать тебя: «Ты, что маленький? Слабак? Не уважаешь нас?».

Мозговой штурм «Чем ребенку (подростку) твоего возраста можно заменить склонность к употреблению ПАВ?»

Упражнение 2 «Реклама – двигатель здорового образа жизни»

Для упражнения понадобится ватман, карандаши, краски и кисти.

Педагог-психолог: ребята, давайте представим, что вы все сотрудники крупного рекламного агентства. Вам дали ответственное задание – придумать такой рекламный плакат, взглянув на который люди обязательно захотят вести здоровый образ жизни и откажутся от вредных привычек. Ваше задание на этом ватмане нарисовать рекламный плакат. Можете приступать. По окончании упражнения происходит его обсуждение, воспитанники делятся мнениями, ощущениями от выполненного задания.

Упражнение 3 «Пропаганда».

Для упражнения понадобятся карточки «Слова для пропаганды»

Педагог-психолог: ребята, я думаю, каждый из вас знает, что такое пропаганда и в чем ее цель. Происходит обсуждение. Хорошо, «рисующими рекламными агентами» вы уже были, а теперь побудете «говорящими рекламными агентами». Вы можете разделиться на три группы, а я раздам вам специальные карточки (из набора «Слова для пропаганды»). Ваша задача создать пропагандистскую речь или листовку на тему «Здоровый образ жизни» или «Я против вредных привычек», но чтобы в вашей речи (листочке) обязательно присутствовали слова, указанные в карточках. Если задание понятно, то на его выполнение я даю вам 5 минут. Ребята готовят задание, а потом озвучивают свои речи для всех. Затем снова обсуждение задания (речи, листовки).

Рефлексия -Заповеди сильной личности (Я выбираю жизнь)

3.Итоговое занятие (90 минут)

Цель: получение обратной связи от участников группы.

Задачи: предоставление возможности учащимся высказать свое мнение по итогам проведения данной программы.

«Вопросы и ответы» (20 минут)

Упражнение используется в конце тренинга или его части для того, чтобы вспомнить пройденный материал.

«Изменения» (20 минут)

«Какой был тренинг» (20 минут)

«Подведение итогов» (20 минут)

Упражнение используется для завершения тренинга, дает возможность вспомнить изученное, задуматься над тем, как полученные знания будут применяться в реальной жизни.

«Аплодисменты по кругу» (10 минут)

Инструкция:

Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Литература:

1. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - Л.,1988.
2. Битенский В.С. Клинические и терапевтические аспекты наркоманий в подростковом возрасте.: Автореф. дисс. д-ра мед. наук.-М.,1991.
3. Битенский В. С. Фармо-психореабилитация подростков с девиантной и аддиктивной деятельностью//Неврологический вестник. -Казань,1994.
4. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении.-М.,1996.
5. Бокий Н.В., Рыбакова Т.Г. Семейная психотерапия в профилактике рецидивов алкоголизма//Сб. науч. трудов-Л.: Из-во ин-та им.В.М.Бехтерева.,1983.
6. Вассерман Л.И., Беребин М.А., Косенков Н.И. О системном подходе к оценке психической адаптации.//Обозр. психиат. и мед. психол.-1994. -№3.
7. Володин В.Д., Иванец Н.Н., Пелипас В.Е. Профилактика наркоманий//Профилактика заболеваний и укрепление здоровья.-1999.-№1.
8. Сурженко Л.А. Трудная ситуация. Как поступить, если... Пособие по выживанию в семье, школе, на улице. - СПб.: Питер, 2016.