

Министерство социальной политики Нижегородской области  
Государственное казенное учреждение  
«Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних  
Арзамасского района»

## **Методический сборник**

**«Система межведомственной работы по профилактике потребления несовершеннолетними психоактивных веществ, алкоголя и табака. Внедрение модели медико - социальной реабилитации детей и родителей, страдающих алкогольной зависимостью»**

Министерство социальной политики Нижегородской области  
Государственное казенное учреждение  
«Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних  
Арзамасского района»

**Методический сборник**  
**«Система межведомственной работы по профилактике**  
**потребления несовершеннолетними психоактивных веществ,**  
**алкоголя и табака.**  
**Внедрение модели медико - социальной реабилитации детей и**  
**родителей, страдающих алкогольной зависимостью»**

**Организация – заявитель:**  
**ГКУ «СРЦН Арзамасского района»**

**Социальное партнерство**  
**ГБУЗ НО «Арзамасская районная больница»**

р.п. Выездное, 2015 г.

**Методический сборник в помощь специалистам государственных учреждений  
общественных организаций и других структур, работающих с семьей и  
несовершеннолетними**

*«Система межведомственной работы по профилактике потребления  
несовершеннолетними психоактивных веществ, алкоголя и табака.  
Внедрение модели медико - социальной реабилитации детей и родителей,  
страдающих алкогольной зависимостью»*

р.п. Выездное, 2015 г.

Методический сборник посвящен важной проблеме в современном обществе- потребления несовершеннолетними психоактивных веществ. Специалисты делятся опытом межведомственного взаимодействия Учреждений здравоохранения и государственного казённого учреждения «Социально-реабилитационный центр Арзамасского района» в области первичной, вторичной и третичной профилактики употребления ПАВ.В сборнике также представлены инновационные формы, методы работы, технологии в профилактической работе с несовершеннолетними.

**Рецензент**

????( специалист Министерства социальной политики)

**Редакционная коллегия**

**Е.А. Илюшина, М.И. Суркова, А.В. Селюкина, О.Б. Мочалова, О.В. Усанова,  
К.И. Зюзина, И.В. Шиманова.**

**Ответственный редактор: Е.А. Илюшина.**

## Содержание

### Введение

**Блок 1.** Межведомственная работа по профилактике потребления несовершеннолетними алкоголя, табака.

- 1.1. Система межведомственного взаимодействия, как основа профилактики употребления психоактивных веществ несовершеннолетними.
- 1.2. Организация межведомственной работы ГКУ «СРЦН Арзамасского района» и других структур Арзамасского района по профилактике употребления ПАВ несовершеннолетними.
- 1.3. Формы и методы профилактической работы с несовершеннолетними Арзамасского района
- 1.4. Особенности проведения мероприятий по профилактике употребления ПАВ с несовершеннолетними с учётом их возрастных особенностей.
- 1.5. Организация работы с семьёй.
- 1.6. Психолого – педагогическая диагностика.
- 1.7. Методические рекомендации для педагогов и родителей по выявлению первичных признаков употребления ПАВ.
- 1.8. Алгоритм действия педагогов при подозрении на потребление ПАВ.

**Блок 2.** Внедрение модели медико-социальной реабилитации детей и родителей, страдающих алкогольной зависимостью.

- 2.1. Медико-социальная реабилитация родителей, страдающих алкогольной зависимостью.
- 2.2. Этапы реализации модели.
- 2.3. Использование видео-технологии «Стоп-кадр».

**Блок 3.** Краткая характеристика программного обеспечения:

- 3.1. Социально-реабилитационная программа «Я-лидер»
- 3.2. Коррекционно-развивающая программа с использованием возможностей сенсорной комнаты «Я учусь чувствовать»
- 3.3. Профилактическая программа «Дороги, которые мы выбираем»
- 3.4. Социально-реабилитационная программа «Этот удивительный, знакомый мир»
- 3.5. Психокоррекционная программа «Мы-вместе!»
- 3.6. Социально-реабилитационная программа для родителей, страдающих алкогольной зависимостью «Помоги себе выжить!»

**Блок 4.** Приложения:

- Приложение 1. Изучение осведомленности несовершеннолетних о психоактивных веществах.
- Приложение 2. Выявление несовершеннолетних, склонных к употреблению ПАВ
- Приложение 3. Выявление несовершеннолетних, употребляющих ПАВ
- Приложение 4. Памятки, буклеты для родителей
- Приложение 5. Памятки, буклеты для несовершеннолетних

## Введение

Одним из направлений деятельности ГКУ «СРЦН Арзамасского района является профилактика негативных социальных явлений через формирование навыков здорового образа жизни подростков. Оно представляет собой целенаправленную профилактическую систему мер.

Профилактика для тех, кто никогда не употреблял наркотики и, и для тех, кто имеет опыт употребления, но пытается остановиться, имеет принципиальные различия.

Первичная профилактика является массовой и наиболее эффективной формой работы. Она направлена на предотвращение употребления наркотиков, на создание условий, способствующих сохранению физического и душевного здоровья. Необходимость первичной профилактики признаётся сегодня и врачами, и педагогами, и общественностью. Наиболее эффективными и перспективными программами по первичной профилактики являются программы, ориентированные не на информирование о последствиях, а на реальную помощь подросткам в решении их психологических задач взросления, на формирование жизненно важных навыков общения, разрешения конфликтов, уверенного поведения, самостоятельности, ответственности.

Велика потребность у подростков в общении, они хотят быть услышанными, хотят, чтобы их мнение уважали, выслушивали не перебивая. Поэтому очень важно общаться с ребёнком не равных, но не допускать панибратства, поддерживать, подбадривать неуверенных в себе.

Мы сегодня говорим о межведомственном взаимодействии всех структур по профилактике алкоголизма и наркомании среди несовершеннолетних, об организации данной работы и хорошо понимаем, что работа учреждений социальной защиты, образования культуры, спорта, проводит работу по первичной профилактики и часто работа становится не завершённой, потому что многим нашим детям уже требуется вторичная, третичная профилактика, т.е. нужно медикаментозное лечение, консультации специалистов учреждений здравоохранения и учреждений социальной защиты.

Специалистами Учреждения накоплен огромный опыт работы в данном направлении. В рамках реализации региональных программ «Социальный навигатор: современные эффективные социальные услуги для молодых семей и семей с детьми младшего возраста» «Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Нижегородской области», было приобретено оборудование, которое дало возможность более качественно предоставлять социальные услуги в рамках данного направления работы.

Уважаемые коллеги, в настоящем сборнике мы предлагаем Вам практический материал по работе с несовершеннолетними по профилактике потребления психоактивных веществ, а также внедрению модели медико - социальной реабилитации детей и родителей, страдающих алкогольной зависимостью в социальных учреждениях.

# **Блок 1. Межведомственная работа по профилактике потребления несовершеннолетними алкоголя, табака.**

## **1.1. Система межведомственного взаимодействия как основа профилактики употребления психоактивных веществ несовершеннолетними.**

На протяжении последнего десятилетия отмечается резкий рост употребления психоактивными веществами (ПАВ) именно в молодежной среде. Злоупотребление наркотиками, алкоголем является одной из острейших проблем современной молодёжи.

Регулярное потребление ПАВ имеет страшные последствия - полную биологическую, генетическую и социальную деградацию личности.

Сложившаяся ситуация сопровождается к тому же серьезными негативными социальными, медицинскими, экономическими и правовыми последствиями, придает проблеме особую остроту и актуальность.

Сегодня для абсолютного большинства специалистов, занимающихся профилактикой употребления психоактивных веществ среди молодёжи, совершенно очевидным стал тезис о том, что эффективность профилактической работы определяется уровнем организации межведомственного взаимодействия при её осуществлении. Как бы хорошо ни были организованы профилактические мероприятия специалистами наркологической службы, но если они проводятся в отрыве от организаций и учреждений, работающих с молодёжью (социально-реабилитационные центры, школа, ПДН, молодёжные организации и т.д.) и между ними не существует преемственности в работе, то чаще всего такие превентивные меры будут носить ограниченный и кратковременный характер. В то же время, существует проблема налаживания продуктивных контактов и взаимопонимания между специалистами различных служб и ведомств, определения задач и распределения функций каждого из них для реализации единой цели - предупреждения употребления ПАВ в молодежной среде. Причём организация и проведение совместных профилактических мероприятий играют важную роль не только в массовом масштабе, но и ещё в гораздо большей степени при работе на индивидуальном уровне, когда предпринимаются определённые усилия по недопущению употребления ПАВ конкретным человеком.

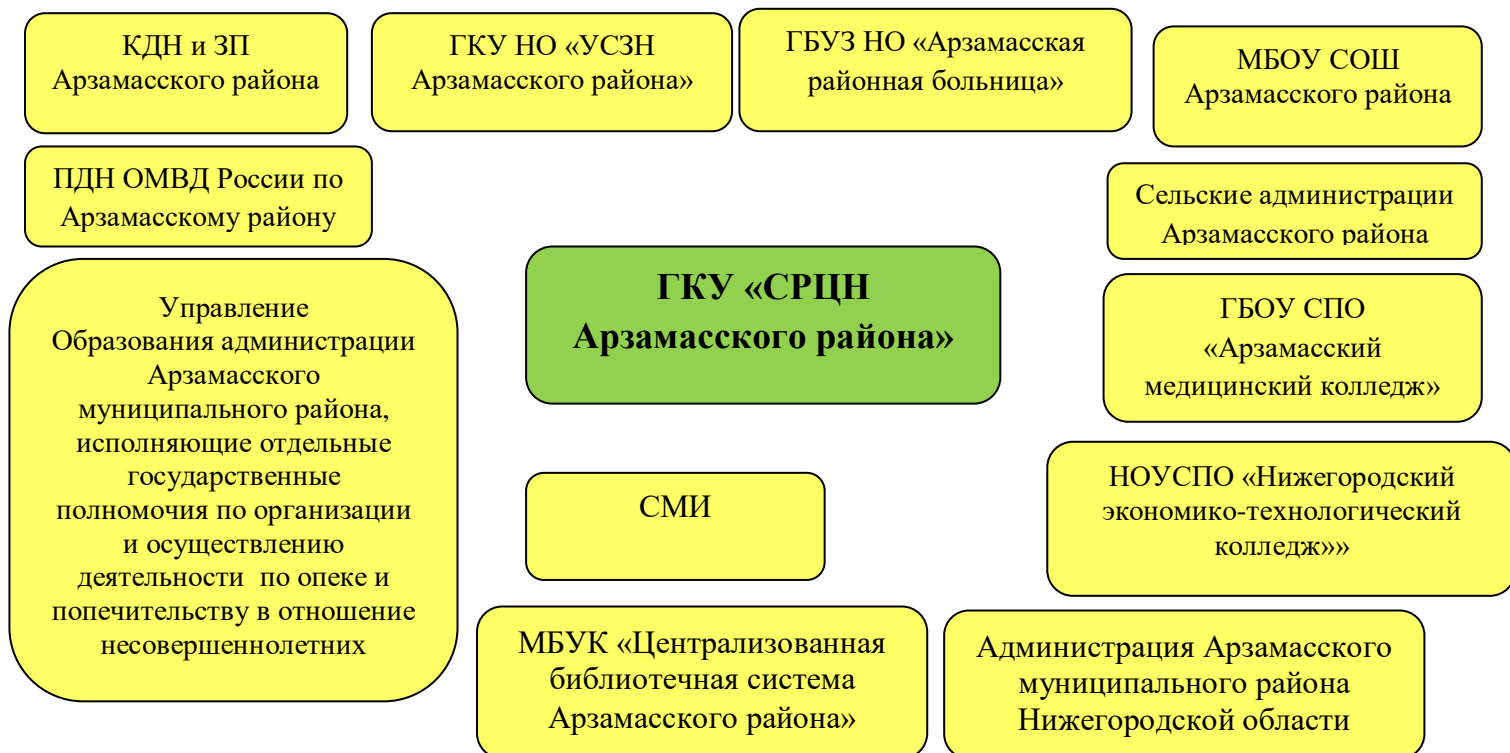
Начиная с 2012 года ГКУ «СРЦН Арзамасского района» выступил инициатором создания в Арзамасском районе системы межведомственного взаимодействия по профилактике употребления ПАВ в молодежной среде, в которой бы объединились возможности всех заинтересованных организаций, работающих с детьми и подростками. Специалисты ГКУ «СРЦН Арзамасского района» стали активно выходить на конкретных сотрудников различных учреждений с предложениями о совместной работе, используя при этом уже наработанный в предыдущие годы опыт. Значительную роль на этапе знакомства, установления рабочих контактов и взаимного мотивирования сыграли совместные межведомственные встречи-семинары, которые позволили сотрудникам различных организаций, открыто обсудить сложившуюся ситуацию, понять и прояснить позицию друг друга, найти точки соприкосновения. Специалистами давалась объективная информация о проблеме. Кроме этого, были обнаружены некоторая некомпетентность, отсутствие необходимых знаний и неподготовленность в вопросах ПАВ и их профилактики всех категорий специалистов, работающих с детьми и подростками Арзамасского района. Поэтому было организовано с целью оказания методической поддержки специалистам: обучающие семинары, на которых работающие с молодёжью специалисты, получили знания о признаках потребления ПАВ, способах их обнаружения. Совместно со специалистами ГБУЗ НО «Арзамасская районная больница» был выпущен методический сборник «Система межведомственного взаимодействия, как основа профилактики употребления психоактивных веществ несовершеннолетними», профилактические памятки, буклеты.

Совместная профилактическая деятельность специалистов ГКУ «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних Арзамасского района» и специалистов ГБУЗ НО «Арзамасская районная больница», КДНиЗП, ПДН, педагогов МБОУ СОШ Арзамасского района, социальных работников сельских администраций и других

ведомств Арзамасского района играет важную роль не только в массовом масштабе, но и ещё в гораздо большей степени при работе на индивидуальном уровне, когда предпринимаются определённые усилия по недопущению употребления ПАВ конкретным человеком.

Важным элементом межведомственного взаимодействия является обратная связь, обмен информацией и совместное обсуждение дальнейшей профилактической и реабилитационной работы с подростками и семьями проживающих в Арзамасском районе.

### Межведомственное взаимодействие различных ведомств Арзамасского района по профилактике употребления ПАВ несовершеннолетними.



#### 1.2. Организация межведомственной работы ГКУ «СРЦН Арзамасского района» и других ведомств Арзамасского района по профилактике употребления ПАВ несовершеннолетними в Арзамасском районе.

С целью профилактики потребления ПАВ, алкоголя, табака несовершеннолетним Арзамасского района организовано межведомственное взаимодействие ГКУ «СРЦН Арзамасского района» и других ведомств Арзамасского района:

На основании совместного приказа Министерства здравоохранения 13.08.2013 г №1904 и Министерства социальной политики от 01.08.2013 г. «Об организации межведомственной работы о профилактике употребления ПАВ несовершеннолетними» подписан договор между ГКУ «СРЦН Арзамасского района и ГБУЗНО «Арзамасская районная больница».

Заключён 21 договор между ГКУ «СРЦН Арзамасского района и МБОУ СОШ Арзамасского района о «Проведение мероприятий в рамках реализации региональной программы Нижегородской области «Социальный навигатор: современные эффективные социальные услуги для молодых семей с детьми младшего возраста» по внедрению технологий первичной профилактики потребления психоактивных веществ, алкоголя и табака».

Заключены договора между ГКУ «СРЦН Арзамасского района и НОУСПО «Нижегородский экономико-технологический колледж», ГБОУ СПО «Арзамасский медицинский колледж», МБУК «Централизованная библиотечная система Арзамасского района» об «Организации и проведению мероприятий, с целью формирования активной жизненной позиции, основ здорового образа жизни, а так же профилактики правонарушений, создания условий для разностороннего развития, социализации личности».

Профилактические мероприятия основаны на современных подходах и методах профилактики.

Надо сказать, что методы профилактической работы, основанные на активной вовлечённости детей в происходящее, являются наиболее эффективными с точки зрения усвоения знаний и навыков. Так например, обсуждение в группах – эффективность усвоения 50%, обучение практикой – 70%, выступление в роли обучающего- 90%.

В 16-17 лет молодые люди стремятся быть независимыми. Их обучение протекает наиболее успешно в обстановке, которая позволяет им мыслить критически и принимать решения, основанные на формирующихся нравственных ценностях и убеждениях. Им необходима эмоциональная поддержка, но им, кроме того, следует предоставлять возможность самостоятельного познания, проходящего при взрослых: руководство со стороны взрослых необходимо для того, чтобы обеспечить добровольный выбор молодёжи в пользу здорового образа жизни. Именно в контексте образовательной программы с элементами тренинга можно научить подростка достигать личных целей, продемонстрировать свою «взрослость» приемлемыми способами.

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

**Вторичная профилактика злоупотребления ПАВ** - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, предупреждающих формирование болезни и осложнений наркотизации у лиц, эпизодически употребляющих ПАВ, но не обнаруживающих признаков болезни.

**Третичная профилактика злоупотребления ПАВ** - комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, направленных на предотвращение срывов и рецидивов заболевания, т.е. способствующих восстановлению личностного и социального статуса больного (наркомания, токсикомания и алкоголизм) и возвращение его в семью, образовательное учреждение, трудовой коллектив, к общественно-полезной деятельности.

В настоящее время активно ведётся профилактическая работа в 21 школе Арзамасского района. Специалисты ГКУ «СРЦН Арзамасского района», в рамках организации деятельности «Кабинета здоровья», проводят психолого-педагогические диагностические обследования на предмет выявления факторов риска, повышающих вероятность формирования зависимостей от психоактивных веществ, групповые занятия с учащимися школ Арзамасского района по профилактике потребления психоактивных веществ несовершеннолетними.

Профилактические мероприятия на первичном и вторичном этапе основаны на современных подходах и методах профилактики.

<b><i>Первичная профилактика</i></b>
Проведение первичной психолого-педагогической диагностики
Проведение диагностико - развивающих игр «Вот какой я!»
Проведение групповых психологических тренинговых занятий по программам «На стороне подростка», «Я лидер!»
Проведение профилактической программы с элементами релаксации «Дороги, которые мы выбираем»
Проведение социально-педагогических занятий по программам «Ты – лучше!», «Здоровым быть здорово»
Организация тематических видео лекций, профилактических бесед, дискуссионных клубов
<b><i>Вторичная профилактика</i></b>
Проведение Больших Психологических игр по профилактике употребления ПАВ «Новая жизнь»
Организация группы взаимоподдержки для несовершеннолетних «Вместе мы сильнее»
Проведение спартакиад «Спорт против наркотиков»
Организация работы с несовершеннолетними в комнате психологической разгрузки
<b><i>Третичная профилактика</i></b>
Учёт и наблюдение несовершеннолетних, употребляющих ПАВ
Оказание консультативной помощи несовершеннолетним и их родителям, состоящих на патронаже учреждения социальной защиты
Патронаж социально неблагополучных семей и диспансерное наблюдение детей данной группы
Ресоциализация, социальная реабилитация и пост-реабилитационный социальный патронаж семей и детей, отказавшихся от потребления ПАВ
Профилактическая работа при осуществлении социального патронажа семей, находящихся в «группе социального риска» по употреблению ПАВ. Семейная профилактика употребления несовершеннолетними ПАВ



Работа по профилактике ПАВ в условиях летней оздоровительной кампании
Работа по повышению квалификации специалистов учреждений, организационно-методические мероприятия
Взаимодействие с некоммерческими общественными организациями, средствами массовой информации по профилактике потребления ПАВ несовершеннолетними, формированию здорового образа жизни детей

### 1.3. Формы и методы профилактической работы с несовершеннолетними Арзамасского района

Для работы с подростками эффективнее использовать групповые методы. Участвуя в групповых формах, подросток учится:

- устанавливать доверительные отношения со сверстниками,
- преодолевать конфликты, жизненные трудности безопасными путями,
- чувствовать эмоциональное состояние другого человека, раскрывать свои индивидуальные и творческие возможности,
- действовать в критических ситуациях, сотрудничать, работая в коллективе.

Групповые методы помогают детскому коллективу:

- создать зону эмоционального комфорта,
- установить доверительную, дружелюбную атмосферу,
- найти каждому свое место в группе сверстников.

Человек усваивает информацию быстрее, если обучение проходит интерактивно: когда он имеет возможность одновременно с получением информации обсуждать неясные моменты, задавать вопросы, тут же закреплять полученные знания, формировать навыки поведения. Такой метод вовлекает участников в процесс обучения, а сам процесс становится легче и интереснее.

Существует так называемая «пирамида познания», которая показывает, что чем больше степень участия обучаемых в процессе познания, тем больше информации и навыков усваивается участниками.

Чем активнее форма передачи информации, чем активнее вовлечены в этот процесс слушатели, чем больше каналов восприятия задействовано в процессе обучения, тем выше уровень усвоения знания, приобретения навыков, овладения умениями, формирования отношения, установок, мотивов к деятельности.

Интерактивные формы универсальны в профилактической работе, как с детьми, так и с родителями и педагогами.

**Лекция** наиболее быстрый способ предоставления необходимой информации неограниченному количеству слушателей. Лекция позволяет обеспечить целостность и логичность изложения, сжато дать информацию о проблеме. Недостатком этого метода является то, что лекция ставит участника в пассивную позицию слушателя. Во время чтения лекций трудно учесть потребности, мнения, чувства слушателей и степень их готовности к восприятию информации; невозможно развить какой-либо новый навык, умение. Необходимо помнить, что из услышанного усваивается только 5 % информации.

**Беседа** предполагает, что ведущий задает участникам вопросы, а не просто излагает информацию. Таким образом, свой рассказ ведущий строит на построеноответном методе: вопрос ведущего - ответ слушателей - комментарии и корректировка ведущего. Это позволяет сделать процесс информирования преемственным опирающимся на имеющиеся знания слушателей, но изучаемому вопросу. Кроме того, комментарии ведущего позволяют удерживать внимание слушателей, тем самым процент усвоения информации при использовании этого метода повышается. Усвоение материала – 10%.

**Чтение** - хорошо забытое многими молодыми людьми занятие. Может происходить в одиночку или в компании, но не позволяет достичь глубокого усвоения информации. Можно прочитать о том, как преодолевать стресс, но не суметь этим методом воспользоваться. Необходимую на занятии информацию лучше размещать на карточках для индивидуальной или групповой работы. Усвоение материала – 10%.

**Аудиовизуальные средства.** Люди любят смотреть кино, слушать радио. Поэтому просмотр или прослушивание интересного материала - замечательный способ для эмоционального переживания информации. Чтобы повысить степень усвоения, нужно обязательно подготовить вопросы, обсудить просмотренный фильм. Видеоматериалы (фильмы, мультфильмы) программы «Здоровое будущее детей» используются как стимул для дискуссий и упражнений. Усвоение материала – 20%.

Использование **наглядных пособий**. Применение наглядных пособий помогает участникам запоминать и усваивать информацию всеми каналами восприятия: зрением, слухом, осязанием и обонянием. Наглядные пособия для занятий могут быть самого разного рода: диаграммы, слайды, макеты, модели, раздаточный материал, буклеты, плакаты. Усвоение материала – 30%.

**«Фокус-группа»** - это форма рассчитана на работу с группами. Она дает возможность исследовать мнения, настроения, установки участников, степень понимания проблемы и пути ее решения. Усвоение материала – 40%.

Результаты таких исследований важны для ведущего. Но в такой же мере они важны и для самих участников, потому что позволяют им прояснить свои мнения и суждения, их причины, а также понять других.

**Дискуссия** - эта форма рассчитана на работу с группами (учащиеся одного класса). Дискуссия возникает тогда, когда каждый участник высказывает свое мнение по той или иной теме на основании своих знаний и опыта. Это обмен мнениями.

Часто дискуссия принимает острый характер (когда заявляемая проблема касается жизненных принципов и личных переживаний участников), и стороны не достигают единодушия. Но такая дискуссия может подвигнуть человека задуматься, изменить или пересмотреть свои установки. У подростков эти споры проходят более жарко, чем у взрослых, но и свое мнение они меняют более легко. Чтобы спор не вышел за пределы тренинга, ведущему нужно подытожить рассуждения всех сторон и обсудить сходство и различие позиций.

Дискуссия подразумевает руководство ведущего, принятие правил и следование определенным шагам.

Правила проведения дискуссии:

1. *Правило активности.* Каждый должен участвовать, высказываться, реагировать на чужие высказывания.
2. *Правило очередности.* Когда один говорит, другие слушают.
3. *Правило внимательности.* Не отклоняться от темы дискуссии.
4. *Правило открытости.* Каждый открыто высказывает свое мнение и свои чувства.
5. *Правило проблемы.* Обсуждаются мнения о теме, а не об участниках.
6. *Правило уважения друг к другу.* Нельзя оскорбительно отзываться о ком-то, навешивать ярлыки, давать оценочные суждения.
7. *Правило времени.* Каждый берет на себя обязательство говорить коротко и по существу.

С правилами дискуссии знакомит ведущий. Желательно написать правила на доске или отпечатать на листе бумаги крупными буквами так, чтобы видели все участники. Усвоение материала – 50%.

**Мозговой штурм** - это форма группового мышления и эффективный способ решения проблем. Может проводиться и в малых, и в больших группах. Этот метод хорош тем, что помогает демократично и ненавязчиво обсуждать многие проблемы. Он также помогает определить уровень знаний и основные направления интересов участников группы. Собранный информация может служить основой для более глубокой содержательной работы и дискуссий. Если дискуссия отвечает на вопросы: Что происходит? Почему? Зачем?, то мозговой штурм дает возможность ответить на вопросы: Что именно делать? Как? Когда? Кто?

Цель - выдвинуть как можно больше идей в ограниченный интервал времени, спланировать их осуществление.

*Люди поддерживают те проекты и решения, в которые вложили собственные идеи, творчество и воодушевление.* Усвоение материала – 50-60%.

**Ролевые игры** представляют собой небольшие, произвольного характера сценки, отражающие варианты жизненных ситуаций, в которых участники играют роль какого-то персонажа. Люди меньше смущаются, когда нужно высказаться по тем или иным вопросам или выразить свои чувства от лица выдуманного героя.

Полезная сторона ролевой игры - тренировка вариантов поведения в тех ситуациях, в которых могут оказаться участники. Например, неплохо попробовать обыграть вариант покупки презервативов в аптеке или ситуацию, когда компания «друзей» уговаривает попробовать наркотик. Подготовка молодых людей к встрече с подобными

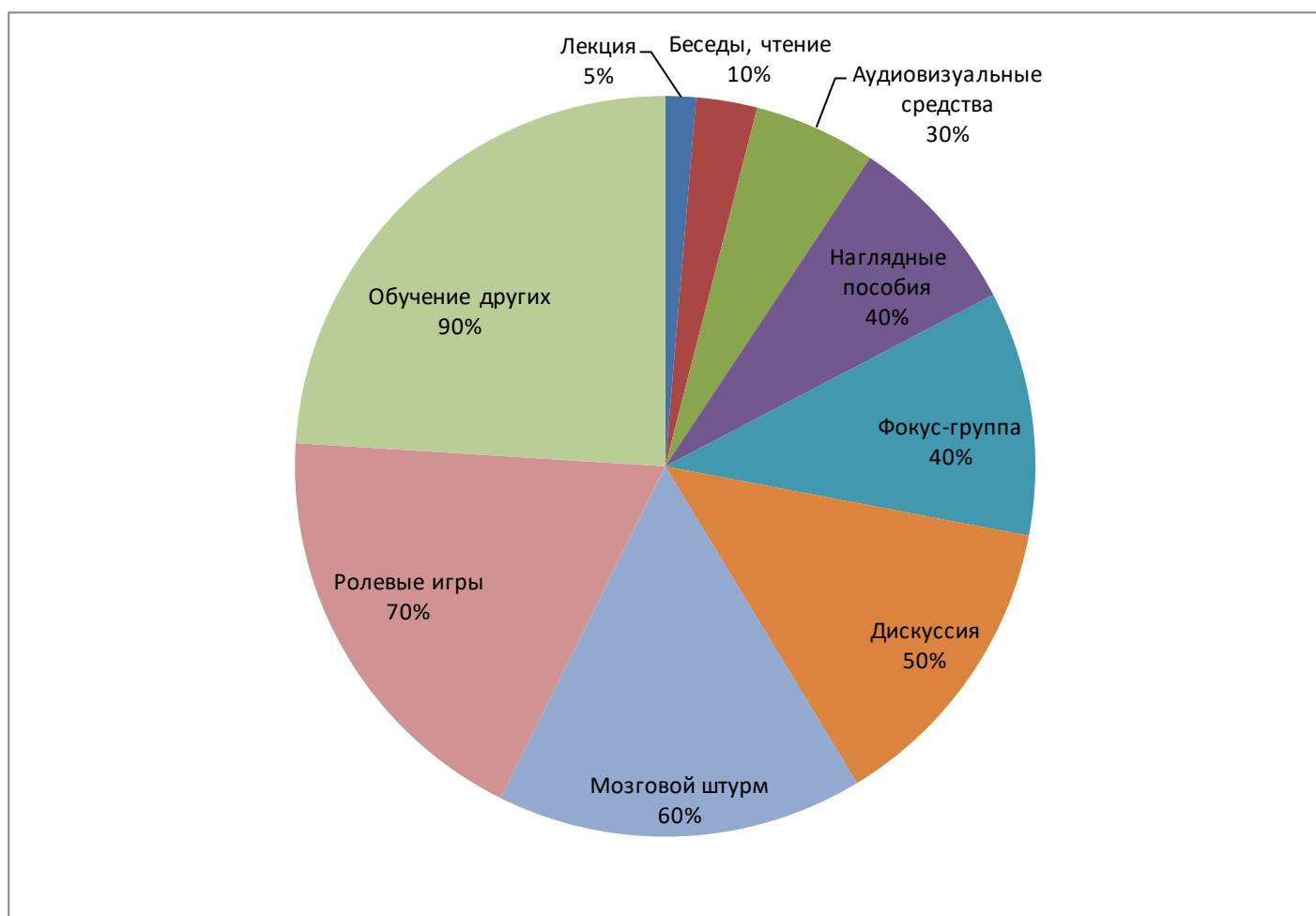
ситуациями в жизни позволит им заранее обрести ряд навыков, помочь ответить отказом на реально опасное предложение. Усвоение материала – 70%.

**Обучение других** - это эффективная форма обучения, позволяющая усвоить максимум знаний и навыков. Именно такая форма обучения в большей мере формирует мировоззрение и приверженности обучающегося. Обучение других - самая активная форма передачи и усвоения знаний, навыков, умений, потому что транслируется и сам механизм «передачи усвоения». Усвоение материала – 90%.

Существует так называемая «**Диаграмма познания**», которая показывает, что чем больше степень участия обучаемых в процессе познания, тем больше информации и навыков усваивается участниками.

Чем активнее форма передачи информации, чем активнее вовлечены в этот процесс слушатели, чем больше каналов восприятия задействовано в процессе обучения, тем выше уровень усвоения знания, приобретения навыков, овладения умениями, формирования отношения, установок, мотивов к деятельности.

#### **«Диаграмма познания». Интерактивные формы в профилактической работе, с детьми, с родителями и педагогами.**



#### **1.4. Особенности проведения мероприятий по профилактике употребления ПАВ с несовершеннолетними с учётом их возрастных особенностей.**

Злоупотребление психоактивными веществами является одной из наиболее острых социальных проблем современного российского общества. Среди основных тенденций, характеризующих наркологическую ситуацию в России, наибольшую тревогу вызывает неуклонное омоложение потребителей психоактивных веществ. Основной возраст первого знакомства с наркотиками - 11-17 лет. Участились случаи приобщения к наркотическим и другим психоактивным веществам детей 8-10 лет.

Установлено, что чем раньше произошло приобщение к наркотику, тем быстрее формируется наркозависимость, тем тяжелее течение наркомании как болезни, тем серьезнее последствия ее негативного воздействия (безнадзорность, преступность, рост сопутствующих наркомании заболеваний), и тем меньше эффективность

реабилитационных программ. Поэтому профилактическую работу необходимо проводить до наступления критического возраста, то есть не позднее чем в младшем школьном возрасте.

Зачастую взрослые считают, что их дети ничего не знают об одурманивающих веществах – алкоголе, никотине и тем более о наркотиках. «У нас в семье никто не пьет, не курит, поэтому нашему сыну (дочери) это не грозит» - так порой рассуждают папы и мамы. Нередко и педагоги «благополучных» школ убеждены, что их воспитанники ограждены от вредных влияний. Но так ли это на самом деле? К сожалению, сегодня нельзя защитить детей от подобного рода информации - они видят на улице и по телевидению как употребляют одурманивающие вещества, слышат разговоры взрослых, видят курящих и выпивающих (пусть по праздникам) родителей. Поэтому очень важно дать им правильную установку, представление о том, что «хорошо», а что «плохо» задолго до того, как возникает опасность первого опыта или реального знакомства ребенка с одурманивающими веществами.

Многие взрослые – учителя, родители опасаются, не вызовет ли столь раннее обращение к этой теме нездоровый интерес у ребенка, сумеют ли дети разобраться в далеко не простых вопросах. Действительно, очень важно, чтобы эта работа соответствовала возрасту ребенка и социальной ситуации его развития. Как же строить такой непростой разговор с ребенком - **разговор о наркотиках**. Попробуем разобраться?

### **Общение с детьми 4-5 лет.**

#### ***Психологические особенности возраста:***

*Взгляды и привычки, которые формируются в этом возрасте у детей, оказывают важное влияние на решения, которые они будут принимать, став старше.*

*В этом возрасте они стремятся узнать и запоминать правила и хотят услышать ваше мнение о том, что такое хорошо и что такое плохо.*

*Хотя они уже достаточно большие для того, чтобы понимать, что курение для них плохо, они еще не готовы к восприятию сложных фактов об алкоголе, табаке и других наркотиках.*

#### ***В разговоре:***

- Расскажите, почему детям нужна здоровая пища. Попросите ребенка назвать несколько любимых продуктов и разъясните, как эта пища способствует поддержанию здоровья и силы.

- Выделите регулярное время, когда вы можете все свое внимание уделять вашему ребенку. Сядьте на пол и поиграйте с ребенком, узнайте о том, что ему нравится и не нравится, дайте ему понять, что вы любите его. Тем самым вы создадите прочные отношения доверия и привязанности, которые позволят облегчить решение не употреблять наркотики в грядущие годы.

- Установите такие принципы, как необходимость играть честно, делиться игрушками и говорить правду, чтобы дети знали, какого рода поведения вы от них ожидаете.

- Поощряйте вашего ребенка следовать указаниям и задавать вопросы, если он не понимает указания.

- Если у вашего ребенка что-то не получается в процессе игры, воспользуйтесь этим для развития навыков преодоления проблем. К примеру, если башня из кубиков все время падает, проработайте вместе, чтобы найти возможные решения. Превращение негативной ситуации в успешную укрепляет уверенность ребенка в собственных силах.

- По возможности разрешайте вашему ребенку выбирать, что одевать. Даже если одежда не совсем выдержана в цветовой гамме, вы развиваете способности ребенка к принятию решений.

- Укажите на ядовитые и вредные вещества, которые обычно находятся дома, и прочитайте вслух предупреждающие этикетки на продуктах. Поясните детям, что на всех «плохих» лекарствах имеются предупреждения об опасности попадания их внутрь организма человека, а потому можно есть или нюхать только пищу или прописанное лекарство, которое ему дают родители. Разъясните, что лекарства

могут помочь тому, для кого они предназначены, и повредить любому другому, особенно детям.

### **Общение с детьми 6-8 лет.**

#### ***Психологические особенности возраста:***

*В этом возрасте ребенок обычно демонстрирует растущий интерес к миру, находящемуся за пределами семьи и дома.*

*Изменяется его социальный статус – он становится сначала дошкольником, а потом школьником.*

*Авторитетом для него теперь является учитель, воспитатель, тренер.*

#### ***В разговоре:***

- Расскажите, что любое вещество, которое человек принимает внутрь, отличное от пищи, может быть крайне вредным.
- Поясните, как наркотики мешают работе организма и могут привести к очень плохому самочувствию человека или даже вызвать смерть.
- Разъясните понятие привыкания - что употребление наркотика может стать вредной привычкой, от которой трудно избавиться. Похвалите ваших детей за хороший уход за своим телом и неупотребление того, что им может повредить.

#### ***Дети должны понимать:***

- как отличаются друг от друга продукты питания, яды, лекарства и наркотики;
- что лекарства, прописанные врачом и принимаемые под руководством взрослого, могут помогать в период болезни, но могут быть вредными при неправильном употреблении, и поэтому детям нужно держаться подальше от неизвестного вещества или емкости;
- почему взрослые могут пить алкоголь, а дети не могут, причем даже в небольших количествах.

### **Общение с детьми 9-11 лет.**

#### ***Психологические особенности возраста:***

*С детьми этого возраста можно провести более сложное обсуждение того, почему людей привлекают наркотики.*

*Вы можете воспользоваться их любопытством по поводу серьезных травмирующих событий жизни людей (типа автомобильной аварии или развода), чтобы обсудить вопрос о том, что наркотики могут стать причиной этих событий.*

*Кроме того, дети этого возраста любят узнавать различные факты, особенно странного рода. Дети этой возрастной группы могут сильно заинтересоваться тем, как наркотики действуют на мозг или организм наркомана. Поясните, как любое вещество, принятое в излишнем количестве, может быть опасным.*

*В это время крайне важное значение приобретают друзья, а также надлежащее положение в группе и восприятие себя другими как «нормального». Дети покидают свое узкое и лучшее защищающее окружение и вступают в более многочисленную и более разобщенную группу детей.*

*Более старшие дети могут познакомить вашего ребенка с алкоголем, табаком и наркотиками. Исследования показывают, что чем раньше дети начинают употреблять эти вещества, тем больше вероятность возникновения серьезных проблем.*

#### ***Ребенок должен знать:***

- непосредственное воздействие приема алкоголя, табака и наркотика на организм, включая опасность наступления комы или смертельной передозировки;
- как и почему может возникать привыкание к наркотикам и как они могут приводить к потере наркоманами контроля над своей жизнью;
- причины того, почему наркотики особенно опасны для растущего организма;
- проблемы, которые алкоголь и другие наркотики создают не только для того, кто их употребляет, но и для его семьи и мира в целом.

#### ***В разговоре:***

- отрепетируйте возможные сценарии, при которых друзья предлагают наркотики, пусть ваши дети поучатся произносить с чувством: «Это очень вредно!»
- разрешите им сослаться на вас: «Моя мама убьет меня, если я выпью пива!» «Не хочу расстраивать родителей» - вот одна из главных причин отказа от употребления наркотиков, которую приводят дети этого возраста.

- обсудите, как реклама, песенная лирика и телепередачи бомбардируют их идеями о том, что употребление наркотиков выглядит шикарным. Убедитесь, что дети способны отделять мифы от реалий и похвалите их за умение мыслить самостоятельно.
- ребенок, все друзья которого употребляют наркотики, скорее всего также начнет их употреблять. Познакомьтесь с друзьями ваших детей, узнайте, где они проводят время и чем им нравится заниматься.
- подружитесь с родителями друзей ваших детей.

### **Общение с подростком 12 –14 лет.**

#### ***Психологические особенности возраста:***

*В психическом развитии подростка 12-14 лет основная роль принадлежит устанавливающейся системе социальных взаимоотношений с окружающими. В подростковом возрасте особо возрастает ценность дружбы и друга, ценность коллектива сверстников. Хотя учение остается для него главным видом деятельности, но основные новообразования в психике подростка связаны с общественно-полезной деятельностью, которая удовлетворяет потребности в общении со сверстниками и потребности в самоутверждении. Потребность в самоутверждении настолько сильна в этом возрасте, что во имя признания ровесников подросток готов на многое: он может даже поступиться своими взглядами и убеждениями, совершить действия, которые расходятся с его моральными установками. Потерять авторитет в глазах друзей, уронить свою честь и достоинство - это самая большая трагедия для подростка. Вот почему подросток бурно реагирует на нетактичные замечания, которые ему делают взрослые в присутствии ровесников. На этой основе нередко возникают конфликты между подростком и родителями, подростком и учителями, и подросток становится «трудным».*

*Время «конфликта поколений». Подростки руководствуются мнением ровесников и их привлекают опасности, хотя подростки и в самом деле часто не воспринимают речей родителей, борясь за свою независимость, они нуждаются в поддержке, участии и руководстве родителей больше, чем когда-либо.*

*Подростки отличаются большой страстностью и вспыльчивостью. С этим связано неумение сдерживать себя, слабость самоконтроля, резкость поведения. Эмоциональная возбудимость подростка проявляется и в страстных спорах, доказательствах, выражении возмущения. Но не обладая достаточным жизненным опытом и отличаясь повышенной эмоциональной возбудимостью, подростки легко могут попасть под дурное влияние, поскольку внешний эффект оказывает порой сильное влияние.*

#### ***Ребенок должен знать и уметь:***

- о последствиях незаконного употребления вредных веществ;
- развивать навыки оказания сопротивления при склонении к употреблению вредных веществ;
- понимать взаимосвязи между принимаемым решением и его возможными последствиями в будущем;
- позитивно воспринимать собственную личность;
- понимать важность и необходимость продолжения собственного образования;
- определять источники получения помощи и информации в случае возникновения проблем.

#### ***В разговоре:***

- необходимо быть открытым и честным в общении с ребенком для того, чтобы он ясно понимал, что ожидают от него родители;
- говорить ребенку о том, что обращение за помощью является признаком силы характера;
- родители должны показывать хороший пример собственным поведением и объяснять ребенку, каким образом они принимают решения и решают проблемы;
- родители должны знать информацию о вредных веществах, в том числе уличные названия вредных веществ, каким образом их продают и каким образом их употребляют, для того чтобы самим понимать, о чем говорить с ребенком;

- родители не должны судить, осуждать или относиться к своему ребенку, как к маленькому, особенно в присутствии других ребят;
- поощряйте в детях желание задавать вопросы, особенно вам, и научите выбирать надежные источники информации;
- укрепляйте в детях чувство собственного достоинства, признавая их таланты, достижения, успехи, а также положительные личные качества.

### **Общение с подростком 15- 17 лет**

#### ***Психологические особенности возраста:***

*В этом возрасте дружба становится особо важным фактором для подростков, а друзья становятся источником информации для принятия иногда важных решений. Старшие подростки в большей степени способны иметь дело с абстрактными концепциями такими, как «правда» и «справедливость». Эта способность думать и рассуждать в абстрактных категориях позволяет им оценить материальную стоимость употребления вредных веществ; результаты подростковой беременности; причины, по которым необходимо соблюдать законы; влияние употребления вредных веществ на системы здравоохранения, реабилитации и соблюдения законодательства. Следовательно, образование в области профилактики употребления вредных веществ должно меньше быть сконцентрировано на самих вредных веществах и их употреблении, а больше внимания надо уделять тому, каким образом употребление этих веществ наносит урон обществу.*

*В этом возрасте молодежь очень интересуется своим будущим. Они в состоянии понять, что поиск сиюминутного удовлетворения может привести к событиям, которые полностью перевернут их жизнь: беременность; арест за хранение наркотиков; исключение из спортивной команды за употребление наркотиков.*

*Нынешние подростки многое знают о наркотиках, проводя различия не только между разными наркотиками и их последствиями, но и между пробным, случайным употреблением и привыканием.*

#### ***Ребенок должен знать и уметь:***

- что выбор определенных ценностей в настоящее время может ограничить их возможности впоследствии.
- что употребление вредных веществ снижает способность иммунной системы;
- знать влияние употребления вредных веществ на возможность продолжения образования, на получение интересной и хорошо оплачиваемой работы, на здоровье, на будущее потомство;
- должны иметь навыки по оказанию сопротивления влиянию ровесников и понимать, почему им необходимо сказать «нет»;
- должны уметь критически оценивать людей, которые их окружают и которым они хотят подражать;
- иметь собственную шкалу моральных и этических принципов;
- понимать важность их собственного ответственного поведения перед обществом;
- развивать способность преодолевать стресс;
- развивать позитивное чувство собственного достоинства

#### ***В разговоре:***

- в этом возрасте целесообразно рассказать подросткам о том, как употребление алкоголя, табака, и прочих наркотиков во время беременности связано с появлением дефектов у новорожденных;
- говорить о том, что любой человек может стать наркоманом и что даже несистематическое употребление наркотиков может привести к серьезным последствиям;
- расскажите своим детям о том, что употребление наркотиков – это «не преступление без жертвы», и добейтесь понимания того влияния, которое оказывает употребление наркотиков на общество;
- хвалите и поощряйте ребенка за все то, что он делает хорошо, и за правильные решения, которые он принимает. Когда вы испытываете гордость за сына или дочь, скажите им об этом. Знание того, что их замечают и высоко ценят окружающие взрослые, оказывает мощное стимулирующее воздействие.

- побольше общайтесь с собственным ребенком, периодически интересуйтесь тем, чем занимается ваш ребенок, о чем он думает и что он чувствует;
- делитесь своей жизнью, в том числе и чувствами, с вашим ребенком;
- всегда спрашивайте, где и с кем проводит время ваш ребенок;
- имейте представление о признаках употребления вредных веществ, наблюдайте за своим ребенком, чтобы вовремя помочь ему;
- позвольте вашему дому быть контролируемым пристанищем для молодежи с вашим непосредственным позитивным и здоровым участием;
- помогите вашему ребенку установить реалистичные кратко- и долгосрочные цели;
- реагируйте вовремя на все сообщения о проблемах или просьбы о сотрудничестве, поступающие из школы в связи с вашим ребенком;
- гордитесь достижениями вашего ребенка и давайте знать вашему ребенку, что его оценивают заслуженно.

### **Необходимо знать!**

Необходимо знать о том, что тактика запугивания подростка тяжелыми осложнениями при употреблении ПАВ не приводит к желаемым результатам - отказу от приема наркотиков, а, наоборот, в некоторых случаях усиливает к ним интерес.

Эффект запугивания может срабатывать у детей и подростков, отличающихся такими характерологическими чертами, как тревожность, неуверенность; в то же время у неустойчивых и возбудимых личностей подобный эффект практически не наблюдается.

### **Дискуссионное обсуждение мотивов злоупотребления детьми наркотиков**

В настоящее время профилактика потребления психоактивных веществ во многих школьных коллективах представлена чаще всего тематическими лекциями школьных психологов, врачей психиатров-наркологов, либо работников органов внутренних дел, а также тематическими учебными занятиями, которые иногда проводятся по типу дискуссии на заданную тему. Подобный подход не отвечает основным требованиям к предупреждению употребления психоактивных веществ в связи с тем, что в нем отсутствует последовательность, непрерывность, учет реальной ситуации.

Дискуссионное обсуждение мотивов злоупотребления детьми наркотиков - это обсуждение того, что дает ребенку алкоголь или наркотик. Возможные варианты мотивов употребления.

- Снятие отрицательных эмоций, таких как страх, тревога, беспокойство, возникающих вследствие неуверенности в себе, нарушении способности общения. Основной задачей в этом случае будет *повышение самооценки*.
- Давление среды: ближайшего окружения или традиций. Например, ребенок хочет быть принят в компанию, в которой все курят, употребляют алкоголь. В этом случае надо поддерживать ребенка в его стремлениях *отстаивать право на собственное мнение*.
- Протестное поведение - часто это стремление обратить на себя внимание, отомстить или шантажировать близких, для того чтобы добиться выполнения своих требований. На такой шантаж ни в коем случае нельзя поддаваться. Следует *открыто обсуждать возникающие проблемы*.
- Стремление получить удовольствие. Если человек не научен получать удовольствие от высших видов деятельности (от занятия искусством, спортом и др.), то алкоголь и наркотики предоставляют ему самый простой способ получить наслаждение. К сожалению, научить ребенка получать удовольствие без вреда для здоровья, если он втянулся в употребление наркотиков, чрезвычайно сложно, поскольку все остальные способы требуют личных усилий, к которым он не привык. Попытаться, однако, следует. Вспомните, что привлекало его раньше, что доставляло удовольствие. Попробуйте *оживить его прежние увлечения*.
- Любопытство. Как правило, из любопытства алкоголь или наркотик пробуют первый раз. В дальнейшем появляются другие мотивы.
- Стремление расслабиться является одним из частых мотивов употребления алкоголя у взрослых. В последние годы подобный мотив звучит и у подростков: интенсивный ритм жизни и их часто выбивает из колеи. Обратите внимание, *не*



перегружен ли Ваш ребенок дополнительными занятиями, секциями и репетиторами. Аутогенная тренировка и другие методы релаксации помогают снять напряжение.

### 1.5. Организация работы с родителями.

Очень важный адресат профилактической деятельности – семья ребенка.

Обобщение опыта работы с семьями детей и подростков, употребляющих наркотики, показывает, что семья может выступать:

- как фактор фиксации психологической зависимости от наркотиков;
- как фактор, провоцирующий продолжение приема наркотиков;
- как фактор эффективности психотерапевтической и реабилитационной работы;

Основные формы профилактической работы с родителями:

- индивидуальные консультации;
- групповые консультации, родительские собрания;
- всеобуч родителей (лекции, практикумы, групповые дискуссии, обмен опытом семейного воспитания);
- организация совместного с детьми проведения досуга;
- организация совместных с детьми мероприятий и классных часов.

#### **Основные блоки профилактической деятельности с родителями.**

• **Выявление.** Предполагает ознакомление родителей с основными признаками употребления ПАВ у детей. Первичную диагностику ситуации с использованием анкеты (см. Приложение №1). Кроме того, обязательное информирование родителей о службах помощи в ситуации подозрения на употребление ПАВ или установление факта потребления. Информирование родителей о фактах распространения или употребления ребенком ПАВ.

• **«Непрямая профилактика».** Представляет основную часть в системе профилактики. Главная задача профилактики – это обсуждение условий семейного воспитания для увеличения личностных ресурсов ребенка.

К примеру, коммуникативный блок может быть представлен в следующей тематике:

- «Конфликт с ребенком, причины и способы разрешения»;
- «Негативизм ребенка – источники и способ поведения родителей»;
- «Когда в семье конфликт»;
- «Ребенок не слушает меня»;

Тематика лекций может быть составлена на основании предварительной диагностики проблем семейного воспитания.

Предполагается работа с проблемными ситуациями семейного воспитания, обмен опытом семейного воспитания, обсуждение семейных традиций и т.п.

Важна и организация совместных с детьми мероприятий (досуговых, классных часов, походов, экскурсий, спортивных мероприятий и т.п.)

• **«Прямая профилактика».** Реализация информационной модели в работе с родителями. Информирование родителей о факторах риска, медицинских, правовых и иных последствиях злоупотребления ПАВ. Обсуждение семейных факторов риска злоупотребления ПАВ.

Основная тематика занятий:

1. Факторы риска, способствующие употреблению наркотиков и токсических веществ детьми и подростками.

2. Мотивы употребления наркотиков, токсических веществ и алкоголя детьми и подростками.

3. Как противостоять наркомании.

4. Поиск внутренних ресурсов при риске формирования зависимости.

5. Как отказаться от наркотика.

6. Как защитить своих детей.

7. Информационная лекция «Что такое наркотики?».

(Желательно не останавливаться на традиционной форме лекций, а после небольшого информирования обращаться к интерактивным формам – групповым дискуссиям, практикумам и т.п.)

- **Адресная работа** с родителями имеет специальное содержание. С родителями и детьми, где определены единичные случаи употребления ПАВ, при соответствующей подготовке могут заниматься школьные специалисты. В остальных случаях содержание работы, по всей видимости, может выходить за рамки педагогической профилактики. Речь идет о консультациях и работе тренинговых групп для созависимых, особенно в случае систематического употребления детьми ПАВ. Осуществить подобную помощь могут особым образом подготовленные специалисты ГКУ «СРЦН Арзамасского района» (психологи, медики, социальные педагоги).

### 1.6. Психолого – педагогическая диагностика.

Одним из эффективных способов выявления факторов риска, которые повышают вероятность формирования зависимостей от ПАВ у несовершеннолетних является компьютерное диагностическое обследование, которое наиболее активно используется в ГКУ «СРЦН Арзамасского района», в оборудованном «Кабинете здоровья».

В рамках реализации региональной программы «Социальный навигатор: современные эффективные социальные услуги для молодых семей и семей с детьми младшего школьного возраста» по внедрению технологий первичной профилактики потребления психоактивных веществ, алкоголя, табака несовершеннолетними» были приобретены профессиональные психологические диагностические методики компании «Иматон», являющейся на сегодняшний день признанным лидером в области комплексного обеспечения психологической практики: инструментарий, обучение, информация. Приобретение сертифицированной компьютерной диагностики позволяет специалистам не только выявлять факторы риска, но и диагностировать психологическое состояние несовершеннолетних, определить ресурсы личности по выходу из трудной ситуации. На основании диагностики специалистами учреждения разработаны комплексные программы помощи семьям с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации и социально опасном положении. На весь диагностический материал имеется сертификат компании «Иматон», подтверждающий соответствия качеству.

## Диагностический инструментарий:

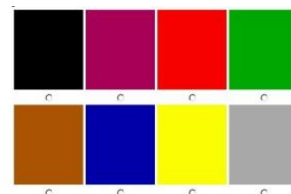
**Факторный личностный опросник Кеттелла.** Цель: особенности коммуникативной сферы, эмоционально-волевой регуляции поведения, степень социальной адаптации, склонность к асоциальному поведению, наличие эмоциональных, личностных проблем, лидерского, творческого потенциала. В учреждении три варианта опросника Р. Кеттелла взрослый — 16PF, подростковый — HSPQ (12-16 лет) и детский (8-12 лет).



**Личностный опросник ММРІ** предназначен для углубленной диагностики психологических особенностей личности людей, определения стиля поведения и общения, способность к адаптации, степень выраженности стресса, прогноз вероятности и содержание затруднений в различных видах трудовой деятельности, позволяет получить психологический портрет клиента, вкл описание черт темперамента и характера, индивидуальные особенности, стиль поведения; оценка таких важных параметров, как способность к деловому общению. Возраст - старше 16 лет, имеющих образование не менее 7 классов.



**Цветовой теста Люшера.** Используется для оценки психоэмоционального состояния и уровня нервно-психической устойчивости; выявления внутриличностных конфликтов и лиц, склонных к депрессивным состояниям и аффективным реакциям, позволяет оценить уровень работоспособности и надежности в

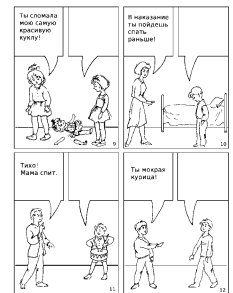


сложных и опасных ситуациях, определить особенности поведения в экстремальных ситуациях; выработать рекомендации по организации режима труда и отдыха, оптимизации процесса выполнения деятельности, нормализации условий работы, нормированию рабочих нагрузок и пр. Возраст: дошкольный 5-7 лет, младший школьный, младший подростковый, подростки, взрослые.

**Методика экспресс - профориентации «Ориентир»**, разработанная И. Л. Соломиным, предназначена для диагностики профессиональных склонностей и представлений о профессиональных способностях молодежи и взрослых людей. Возраст: с 14 лет.



**«Фрустрационный тест С. Розенцвейга»**. Тест предназначен для выявления эмоциональных стереотипов реагирования в стрессовых ситуациях и прогнозирования поведения в межличностном взаимодействии, выявляет причины неадекватного поведения учащихся по отношению к сверстникам и преподавателям (конфликтность, агрессивность, изоляция и др.). Возраст: детский вариант (6-12 лет), взрослый вариант (12 лет и выше)



**Методика экспресс-диагностики суицидального риска "Сигнал"**, опросник антисуицидальных мотивов. Цель: анализ отличия готовности к истинно суицидальному поведению от поведения демонстративно-шантажного и самоповреждающего, выявление наиболее значимых для личности мотивов, которые в дальнейшем могли бы удержать исследуемого от совершения суицидальной попытки. Возраст: старше 15 лет.



**Методика Л.А. Ясюковой (часть 3)**. Прогноз и профилактика проблем обучения, социализация и профессиональное самоопределение старшеклассников. Этот диагностический комплекс предназначен для работы с учащимися 7–11 классов. В состав стандартного комплекта входят: тест Амтхауэра, матрицы Равена, тест на самостоятельность мышления, цветовой тест эмоциональных состояний, опросник Кеттелла, тест Фидлера, тест Тулуз-Пьерона, задачи Гилфорда на измерение творческого потенциала, тесты навыка чтения (русский и английский язык), проективный тест «Рисунок дерева». Получаемые показатели позволяют оценить вероятность и понять причины затруднений в учебной деятельности, наилучшим образом спланировать мероприятия по профилактической работе, коррекции трудностей, оптимизации учебно-воспитательного процесса.



**Тест акцентуаций свойств темперамента (ТАСТ)**. Диагностика акцентуаций свойств темперамента и типов акцентуаций свойств темперамента. Возраст – с 15-16 лет.

"Песочная магия" Методика используется и как диагностический инструмент, так и психо - коррекционный. Методика может использоваться со взрослыми и детьми с 4-х летнего возраста. Применяется для сбора информации о проблемных зонах психического развития клиента, для отработки психотравмирующих ситуаций. Эффективна для коррекции и развития психических процессов и состояний, изменения межличностных отношений.



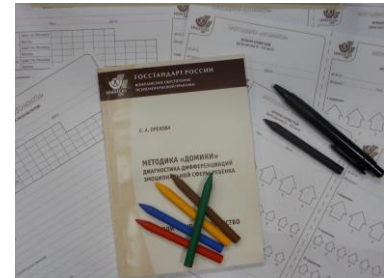
**Проективная методика «Hand-тест»**. Hand-тест является средством глубинного исследования личности и поэтому может быть рекомендован в качестве основного психодиагностического инструмента во всех областях психологической практики для диагностики индивидуальных особенностей, потребностей и мотивов поведения, внутренних конфликтов личности для любого возраста. Hand-тест



позволяет надёжно прогнозировать и качественно оценивать такое специфическое свойство личности, как склонность к открытому агрессивному поведению. Используется в клинической практике для выявления пациентов, склонных к деструктивному разрушительному поведению; в силовых структурах, профессиональном спорте — для отбора лиц, обладающих адекватной агрессией и «бойцовскими» качествами; в системе исполнения наказаний — для прогноза рецидивов и агрессивной делинквентности среди правонарушителей; в сексологии — для исследования особенностей психосексуальной ориентации, прогноза сексуальной агрессии и т. д.

### **Диагностика дифференциации эмоциональной сферы ребенка «Домики» (Методика О.А. Ореховой)**

Методика «Домики» позволяет провести диагностику: степени дифференцированности-обобщённости эмоциональной сферы; шкалы духовных ценностей; деятельностных ориентаций, в том числе уровня сформированности эстетических и познавательных потребностей; предпочтений видов деятельности (методика является первой профессиограммой детей дошкольного возраста); личностных отношений и вариантов личностного развития. Процедура тестирования напоминает занимательную игру и состоит из трех заданий: ранжирование шести цветов по степени предпочтения каждого цвета, подбор подходящего цвета к эмоциональной категории, подключение цвето-ассоциативного ряда эмоций ребенка к различным видам деятельности. Детям предлагается раскрашивать цветными мелками домики, «жильцы» которых эмоции — и с помощью цвета ребенок определяет своё отношение к ним. Методику можно использовать в психологическом консультировании и психотерапии для прогноза затруднений в развитии эмоциональной сферы и разработки коррекционных программ личностных особенностей детей.



### **Тест детской апперцепции (САТ)**

Тест детской апперцепции (САТ) разработан известными американскими специалистами в области эго-психологии, психиатрами-психоаналитиками Л. Беллаком и С. Беллак. САТ является проективной методикой, предназначенной для психологической диагностики эмоционального состояния, потребностей и личности детей в возрасте от 3 до 10 лет. САТ позволяет исследовать фантазии ребенка, в которых отражаются отношения со значимыми людьми, защитные механизмы и адаптационные возможности ребенка, бессознательные переживания и конфликты, наличие каких-либо психических нарушений. Тест состоит из 10 картинок, изображающих животных в различных ситуациях. Компанией «Иматон» разработан специальный бланк фиксации результатов, в котором представлены десять основных показателей для анализа и интерпретации ответов. САТ может использоваться в: консультировании — для выявления отношений ребенка к наиболее значимым для него людям, его преобладающих мотивов; в психотерапии — в качестве игротехники; в здравоохранении — для изучения проблем ребенка, возникающих в ходе развития.



### **«Встреча с целителем» Трансово-медитативный сеанс «Встреча с Целителем» — коррекция нервно-психических и психосоматических расстройств.**



### **1.7. Методические рекомендации для педагогов и родителей по выявлению первых признаков употребления ПАВ.**

Как известно, наркомании и токсикомании трудно лечить и поэтому крайне актуальной является задача раннего выявления употребления психоактивных веществ еще на начальной стадии. В помощь педагогам, психологам совместно с наркологом ГБУЗНО «Арзамасская районная больница» разработаны следующие методические рекомендации по выявлению первых признаков употребления ПАВ.

#### **Первые настораживающие признаки употребления ПАВ:**

1. Опыянение без запаха спиртного;
2. Незнакомый странный запах от волос, кожи, выдыхаемого воздуха, одежды;
3. Нарушение сна: много спит или перестает спать;
4. Периодически много ест или совсем теряет аппетит;
5. Частые смены настроения, чрезмерная эмоциональность, которая может сменяться «уходом в себя», депрессией;
6. У ребенка постоянный насморк, он шмыгает носом и трет нос;
7. Замкнутость в отношениях с родителями, незаинтересованность происходящими событиями в семье;
8. Проведение свободного времени в компаниях асоциального типа;
9. Частые «зашифрованные» телефонные разговоры с неизвестными людьми;
10. Резкое снижение успеваемости, увеличение количества прогулов занятий;
11. Потеря интереса к обычным развлечениям, привычному времяпрепровождению, спорту, любимым занятиям;
12. Потеря старых друзей, не желание находить новых;
13. Постоянно просит денег, не говорит на что;
14. Долгое отсутствие дома, при этом из дома пропадают вещи;
15. Изменилась речь, появились неизвестные слова;
16. Избегает раздеваться даже на пляже, постоянно ходит в одежде с длинными рукавами, даже в летнее время;
17. Стремление все закрыть на ключ: комнату, ящики стола, шкапулки и пр.

#### **Среди вещей вас должно насторожить обнаружение:**

1. Папирос;
2. Кусочков фольги;
3. Закопченных ложек;
4. Шприцов;
5. Игл от шприцов;
6. Резинок для внутривенных инъекций;
7. Пузырьков с таблетками;
8. Ампул с лекарствами;
9. Пустых упаковок из-под лекарств;
10. Простых ампул;
11. Кусочков ваты с высохшим лекарством;
12. Бритвенных лезвий со следами белого порошка или бурой грязи;
13. Пузырьков с марганцовкой;
14. Бутылок с уксусом, ацетоном, пятновыводителем, другими химикатами.

#### **Типичные признаки зависимости от наркотиков:**

1. Следы инъекций по ходу вен;
2. Периодическая смена цвета глаз;
3. Слишком узкие или слишком широкие зрачки;
4. Неестественный блеск глаз;
5. Невнятная, растянутая речь, неуклюжие движения при отсутствии запаха алкоголя;
6. Рецепты на наркотические вещества;

7. Пакетики со странным содержимым: порошком, сушеными грибами, иностранными однотипными марками;

8. Используемое химическое оборудование, без проявления интереса к химии, групповые химические эксперименты.

Если вы обнаружили у подростков указанные признаки, необходимо поставить в известность родителей и рекомендовать им обязательно обратиться к специалисту!

При раннем выявлении несовершеннолетних, употребляющих наркотические средства, токсические вещества профилактическая работа может проводиться психологом и врачом-наркологом, как в наркологических учреждениях, так и в учреждениях образования. Педагоги, психологи учреждений образования вместе с врачами-наркологами и сотрудниками инспекций по делам несовершеннолетних полиции должны объединять свои знания, учитывать все социально-психологические аспекты поведения подростков и факторы риска, способные спровоцировать употребление ПАВ, такие как:

- преморбидные особенности характера (аффективная неустойчивость, импульсивность, нестабильность отношений, преобладающие чувства одиночества, пустоты, неприятие и непонимание социальных норм и ценностей, недостаточный самоконтроль и самодисциплина и т.д.),

- фактор нарушенной семейной системы (неполные семьи, вновь созданные семьи и т.д.),

- склонность к девиантному и делинквентному поведению,

- наличие задержки психического и физического развития,

- негативное влияние на подростков групп сверстников,

- злоупотребление спиртными напитками и наркотическими веществами в семье несовершеннолетнего.

Особое место в работе по профилактике занимает формирование круга интересов подростка, с учетом его склонностей и способностей, оказание воспитательных воздействий и осуществление постоянного ненавязчивого контроля за поведением подростков при помощи значимых для них людей.

#### Способы определения ПАВ в биологических жидкостях организма:

Одним из безопасных методов, позволяющих выявить факт употребления ребенком ПАВ – является исследование с использованием экспресс-тестов на наркотики. Их можно приобрести в любой аптеке, и провести тестирование самостоятельно. Кроме этого для проведения тестирования на предмет потребления наркотиков Вы можете предложить родителям обратиться в наркологический диспансер (наркологический кабинет учреждения здравоохранения), в этом случае будет обеспечена консультация специалиста, в том числе и анонимная. Основные достоинства экспресс-тестов в дешевизне и простоте применения, быстром получении результата обследования (5 мин).

Тесты выпускаются в виде одинарных тест-полосок, каждая из которых соответствует определённому наркотику, а также мульти-4 и мульти-6 для одновременного выявления 4-х и 6-ти типов наркотиков соответственно, и в виде кассет с прилагающейся пипеткой для забора биосред.

Тестирование методом иммунохроматографической диагностики (экспресс-тест) – это современный, надежный и эффективный инструмент для ответа на вопрос: употреблял ли человек наркотические вещества (особенно для выявления факта употребления клубных наркотиков и сформировавшейся физической зависимости).

#### Проведение тестирования:

- может снять необоснованные подозрения в употреблении наркотиков, основанные на изменении поведения подростка (скрытность, напряженность в отношениях с родителями, агрессивность, снижение успеваемости и т.д.);

- поможет не упустить период «подсаживания» на иглу или «пробования» наркотиков;

- может стать началом серьезного разговора родителей и молодого человека о последствиях употребления наркотиков и о том, кому выгодно формировать у него такие привычки;

- даст шанс предотвратить развитие наркотической зависимости на ранней стадии употребления наркотиков.

#### **В чем преимущества теста?**

Простота и удобство – самодиагностика с помощью тестов позволяет получить

результат дома; не требует дорогостоящего оборудования и специальных навыков.

Надежность – достоверность тестов достигает 92–99,8%, при этом каждый диагностический тест имеет встроенный внутренний контроль, позволяющий убедиться в том, что процедура тестирования проведена правильно.

Объективность – никто не заинтересован в обнаружении несуществующей болезни.

Экономичность – экономия времени на проведение обследования.

Анонимность – это особенно важно при выявлении фактов употребления наркотиков.

Своевременность – результат можно получить за считанные минуты (15 минут) и в зависимости от него решать, предпринимать какие-то меры или, благополучно развеяв сомнения, продолжать вести обычную жизнь.

#### **Виды тест-полосок для выявления:**

морфина

марихуаны

амфетаминов

бензодиазепинов

барбитуратов

метадона

матамфетаминов



**Помните! Чем раньше вы заметите неладное, тем легче будет справиться с бедой.**

### **1.8. Алгоритм действия педагогов при подозрении на потребление ПАВ.**

#### **Действия педагогов, специалистов по социальной работе при возникновении подозрения периодического употребления несовершеннолетним наркотиков**

Если Вы подозреваете несовершеннолетнего в злоупотреблении наркотиков, то наиболее оправданы следующие действия:

1. Корректно сообщить о своих подозрениях родителям (законным представителям) данного ребенка. (только родители принимают решение о дальнейшем обследовании.)
2. При подозрении на групповое потребление наркотиков провести повторные беседы с родителями всех членов группы. В ряде случаев это целесообразно осуществить в виде собрания с приглашением специалистов ГКУ «СРЦН Арзамасского района», врача психиатра-нарколога, работника правоохранительных органов.
3. Организовать индивидуальные встречи подростков и/или их родителей с врачом-наркологом.
4. Предоставить подросткам и их родителям информацию о возможности анонимного обследования и лечения, указать адреса и телефоны организаций, работающих в таком режиме.
5. Если педагог (специалистов по социальной работе) повторно видит признаки потребления ПАВ, и негативный или неадекватный ответ со стороны родителей, он обязан сообщить о данном факте в комиссию по делам несовершеннолетних.



#### **Действия школьного психолога или классного руководителя (лицо, которому может довериться обучающийся) при подозрении употребления ПАВ несовершеннолетним.**

Если вы подозреваете, что обучающийся употребляет наркотики – не читайте мораль и ни в коем случае не угрожайте и не наказывайте его. Возможно, Вы единственный человек кому ребенок может довериться. Основные правила:

1. Предоставляйте подростку достаточную информацию о негативных последствиях потребления одурманивающих веществ. При первом контакте избегайте репрессивной и осуждающей тактики, постарайтесь убедить ребенка в целесообразности обращения за медицинской помощью.

2. Укажите на недопустимость появления в школе в состоянии одурманивания, вовлечения сверстников в потребление психоактивных веществ; сообщите, что в этом случае администрация учебного заведения будет действовать в установленном для такой ситуации порядке.
  3. Не разглашайте информацию о проблемах подростка другим педагогам и обучающимся, поскольку это приводит к полному прекращению продуктивного контакта и может иметь вредные последствия для несовершеннолетнего. Тем не менее, сообщить администрации школы и родителям Вы обязаны.
  4. При работе с несовершеннолетним потребителем психоактивных веществ необходимо точно знать: Какова ситуация в его семье? Могут ли родители реально влиять на поведение своего ребенка? Каково его социальное окружение по месту жительства?
  5. Необходимо иметь информацию об учреждениях, оказывающих наркологическую помощь несовершеннолетним. Особо следует знать о возможности анонимного лечения. Целесообразна информация о реально работающих с этой проблемой общественных организациях.
- В Арзамасском районе наркологическую помощь оказывает детский нарколог, ведущий прием в детской поликлинике г. Арзамас, ул. Кирова, д. 49а.
- Лечение подростков с наркозависимостью осуществляется в ГБУЗ НО «Наркологическая больница» по адресу: Н.Новгород, ул. Дьяконова, д.39, на госпитализацию направляет детский нарколог, с предварительным согласованием дня госпитализации с заместителем главного врача по лечебной работе.
- Психологическую помощь и поддержку несовершеннолетним, злоупотребляющим ПАВ и их родителям, оказывает ГКУ «СРЦН Арзамасского района», телефон 8 (83147 5-14-21).

**Общие аспекты организации воспитательной работы в образовательном учреждении, в котором выявлены несовершеннолетние, злоупотребляющие ПАВ**

В образовательном учреждении, в котором обучаются несовершеннолетние, злоупотребляющие психоактивными веществами, необходимо учитывать следующие моменты:

1. Социально-профилактическая и медико-психологическая помощь, ориентированная на отдельные случаи вмешательства по отдельным детям и подросткам, без работы в микросреде, без разъединения группы наркотизирующихся несовершеннолетних практически неэффективна, также как и временная изоляция ребенка в домашних условиях, или разовое приглашение инспектора отделения профилактики правонарушений несовершеннолетних, часто используемое «с целью устрашения».
  2. Начинаящий наркоман, несмотря на его установку оставить школу, должен оставаться как можно дольше в школьной среде и продолжать учебу, так как это один из существенных социально-психологических факторов противодействия нарастающей социальной дезадаптации подростка.
  3. Для предупреждения распространения злоупотребления ПАВ в среде обучающихся необходимо внедрять профилактические тренинговые программы, направленные на выработку сопротивления предложениям наркотиков, на формирование здорового жизненного стиля и развитие личностных ресурсов школьников.
- В Арзамасском районе в МБОУ СОШ Арзамасского района проводят коррекционные профилактические программы специалисты ГКУ «СРЦН Арзамасского района».



## Блок 2. Внедрение модели медико-социальной реабилитации детей и родителей, страдающих алкогольной зависимостью.

### 2.1. Медико-социальная реабилитация родителей, страдающих алкогольной зависимостью.

Медико-социальная реабилитация родителей, страдающих алкогольной зависимостью – это система медицинских, психологических, воспитательных, социальных, правовых, трудовых мер, направленных на личностную реадaptацию пациентов, их ресоциализацию и реинтеграцию в общество при условии отказа от употребления алкоголя.

Целью такой реабилитации является восстановление (формирование) нормативного личностного и социального статуса пациента на основе раскрытия и развития его интеллектуального, нравственного, эмоционального, творческого потенциала.

Задачи медико-социальной реабилитации:

- формирование осознанной стабильной мотивации (установки) на отказ от алкоголя и включение в реабилитационные мероприятия;
- коррекция структуры личности клиента и обеспечение возможности и условий позитивного личностного развития;
- повышение уровня социального функционирования клиента, страдающего алкогольной зависимостью (с подключением ресурсов семьи, общества);
- достижение реальной занятости пациента: учёба, работа, досуговая деятельность; оказание профессиональной психолого-педагогической и медико-социальной помощи.

Принципы реабилитации

- принцип партнёрства, привлечение клиента к активному сотрудничеству в процессе реабилитации;
- принцип разносторонности усилий, направленность их на разные сферы функционирования (психологическую, профессиональную, семейную, общественную, сферу досуга);
- принцип единства психосоциальных методов воздействия;
- принцип этапности прилагаемых усилий, подчёркивающий необходимость соблюдения определённой последовательности в применении различных элементов реабилитационного комплекса.



### Социальный компонент

- мотивационная работа в направлении отказа от употребления алкоголя, прохождения лечения и реабилитации;
- работа, направленная на поиск и формирование жизненных ресурсов человека;
- помощь в ресоциализации посредством усиления и активизации факторов защиты.

### Способы реализации

- индивидуальное и семейное консультирование;
- формирование и реализация плана мероприятий по ресоциализации;
- информирование;
- мотивационная работа, направленная на привлечение к реабилитационным мероприятиям.

### Психологический компонент

- Цель: Оказание помощи в достижении оптимального уровня адаптации к социальной среде.
- Задачи:
  - формирование мотивации на участие в реабилитации;
  - создание установок на отказ от употребления алкоголя;
  - коррекция, формирование, развитие жизненных навыков.

### Субкомпоненты психологического аспекта

- Индивидуальное консультирование;
- Психолого-педагогические занятия;
- Работа с семьёй и ближайшим окружением;
- Диагностический блок.



## 2.2. Этапы реализации модели.

### СТРУКТУРА



#### 1 этап. Подготовительный этап:

- мониторинг семей, имеющих несовершеннолетних детей и родителей, страдающих от алкогольной зависимости и нуждающихся в лечении;
- информационно-обучающий этап
- предоставление информации о проблемах, связанных с употреблением алкоголя, феноменом безработицы и жестокого обращения в семье;
- обследование жилищно-бытовых условий (социальный патронаж).

Социальный мониторинг семьи - это обоснованная система периодического сбора, обобщения и анализа социально - педагогической информации о процессах, протекающих в семье, и принятие на этой основе стратегических и тактических решений.

Основные принципы мониторинга: полнота, достоверность, системность информации; оперативность получения сведений и их систематическая актуализация; сопоставимость получаемых данных; сочетание обобщающих и дифференцированных оценок и выводов.

Важную роль в осуществлении социального мониторинга играет умение специалистов систематизировать сбор информации и полученные результаты.

Специалисты ГКУ «СРЦН Арзамасского района», взаимодействуя с общеобразовательными учреждениями, ГКУЗ НО «Арзамасская районная больница», комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав, органами опеки и попечительства Арзамасского района, собирают и систематизируют информацию о семьях, страдающих от алкогольной зависимости и нуждающихся в лечении.

С целью постановки семьи на учет проводится обследование жилищно-бытовых условий семьи с составлением акта обследования условий жизни несовершеннолетнего и его семьи. Данные о поставленной на учет семье вносятся в электронный банк данных Учреждения.

Организуется социальный патронаж данной семьи, который дает возможность наблюдать семью в ее естественных условиях, что позволяет получить больше информации, чем при поверхностном знакомстве. Проведение социального патронажа требует соблюдения ряда этических принципов: принципа самоопределения семьи, добровольности принятия помощи, конфиденциальности.

## **Социальный патронаж проводится со следующими целями:**

1. Диагностическими - ознакомление с условиями жизни, изучение факторов риска (медицинские, социальные и бытовые), исследование сложившихся проблемных ситуаций;
2. Контрольными - оценка состояния семьи и ребенка, динамика проблем (если контакт с семьей повторный), анализ хода реабилитационных мероприятий, выполнение родителями рекомендаций;
3. Адаптационно-реабилитационными - оказание конкретной социально-педагогической, социально-психологической, посреднической помощи.

Прежде чем направить родителя, страдающего алкогольной зависимостью на бесплатный курс реабилитации, проводится его психологическая подготовка, оказывается помощь по осознанию проблем и мотивации на лечение от алкоголизма.

Родителям, отказавшимся от употребления спиртных напитков, оказывает содействие в трудоустройстве, организуются и проводятся беседы, лекции, круглые столы, тренинги на базе ГКУ «СРЦН Арзамасского района», направленных на предупреждение асоциальных негативных действий. Главная цель занятий по противодействию злоупотребления алкогольных напитков - раскрыть родителям и несовершеннолетним отрицательное влияние алкоголя на межличностные взаимоотношения; показать ущерб, который наносит пьянство семье; разъяснить последствия от действия и поведения родителей, находящихся в состоянии алкогольного опьянения и их ответственности перед законом.

При изъявлении желания родителей пройти курс лечения от алкогольной зависимости, может быть оказана следующая помощь:

1. Лечебное консультирование и амбулаторная наркологическая помощь, которая осуществляется врачами психиатрами-наркологами по месту жительства пациента. Лица, страдающие алкогольной зависимостью, состоящие на учете в учреждениях социального обслуживания населения и давшие согласие на проведение реабилитационных мероприятий, направляются к психиатру-наркологу.
2. Стационарная наркологическая помощь.
3. Реабилитация наркологических больных.

Деятельность по предупреждению злоупотребления спиртных напитков предполагает не только работу с лицами, страдающими алкогольной зависимостью, но и с членами их семей. Работа специалистов направлена на формирование установки на творчество, эмоционально - психическое развитие, т.е. - на формирование здорового образа жизни. Именно это позволит сохранить духовную целостность личности и, несмотря на жизненные трудности, укрепить физическое и психическое здоровье.

## **2 этап. Диагностика родителей и детей :**

- Диагностика трудной жизненной ситуации клиента (консультирование) – фокусирование проблемы;
- Сбор информации по истории жизни и развития заболевания (выявление наследственности, личностных черт, определяющих выбор защитных механизмов и придающих данному конкретному клиенту тот индивидуальный рисунок отношения к болезни, который отличает его от других больных);
- Выявление факторов, поддерживающих алкоголизацию, безработицу и агрессивное поведение;
- Выявление факторов защиты;
- Выявление проблем безработицы;
- Выявление фактов семейного насилия.

Для выявления основных причин злоупотребления спиртными напитками и выяснения сопутствующих обстоятельств, возникших в такой семье – проводится диагностика. При этом необходимо изучение личностей всех членов семьи, а так же изучение социальной биографии.

### **Причинами злоупотребления алкоголем могут быть:**

- семейная предрасположенность;
- некоторые особенности личностного статуса (неустойчивость личности, инфантилизм, зависимость);
- традиции семейного или социального окружения;
- иллюзорная попытка уйти от проблем.

Проблема алкоголизма теснейшим образом связана с безработицей, связь между ними двусторонняя: теряя работу, человек ввергается в отчаянное состояние и «заливает» свое горе вином; становясь алкоголиком, он теряет даже минимальные шансы устроиться на работу.

Исследование семей алкоголиков показало, что большинство конфликтных эпизодов – следствие алкогольного эксцесса, хотя сами злоупотребляющие алкоголем и выдвигают их как причину своего пьянства. Конфликты в семье (психотравмирующий фактор, вызывающий у детей отчужденность, уход из дома на улицу и способствующий употреблению ими спиртных напитков) являются начальным звеном алкоголизации.

Признаками совершенного над ребенком насилия и ненадлежащего ухода могут быть: недостаточный вес ребенка; анемия; слабый иммунитет; тик; сосание пальцев; раскачивание и навязчивые движения; одежда, которая не соответствует погодным условиям и возрасту ребенка; частые обращения в медицинские учреждения; растущее количество повреждений; несоответствие полученных повреждений объяснениям, которые дает ребенок или родители. Также подозрение относительно физического насилия должны вызывать типичность травм и наличие сведений о подобных повреждениях в прошлом, неубедительные объяснения относительно обстоятельств, при которых была получена травма, затягивание времени при обращении за медицинской помощью, несовпадающая реакция родителей.

С целью раннего выявления жестокого обращения с ребенком, специалисты ГКУ «СРЦН Арзамасского района» применяют методы сбора информации:

- Осмотр ребенка и непосредственное наблюдение за поведением ребенка, членов семьи (опекунов, воспитателей и т.д.), осмотр жилища или условий пребывания ребенка.
- Беседа с ребенком.
- Опрос родителей, опекунов, воспитателей, родственников, соседей.
- Исследование истории жизни ребенка, документации, других источников информации.

Обзор и непосредственное наблюдение это один из самых информативных, но одновременно и самых субъективных методов исследования в психологической практике. Специалист на этом этапе избегает преждевременных суждений и выводов, помня о феномене «первого впечатления», поэтому основное внимание уделяется выявлению и фиксации тех или иных признаков, что могут свидетельствовать о наличии жестокого обращения с ребенком или совершения акта насилия против него.

На основе анализа полученных сведений формулируются проблемы семьи. При этом каждая проблема рассматривается с разных точек зрения (психологической, педагогической, социальной).

### **Выделяют следующие факторы, приводящие к риску алкоголизма и наркомании среди несовершеннолетних:**

1. Экономическое, либо социальное неблагополучие.
2. Дети из социально неблагополучных семей, для которых характерны социальная изолированность, неудовлетворительные жилищные условия, родители которых имеют малопрестижный род занятий или являются безработными, имеют больше шансов быть постоянным участником правонарушений и часто злоупотреблять алкоголем и наркотиками.
3. Неблагоприятное окружение и общественная необустроенность.
4. Частые перемены места жительства.
5. Переводы, например, перевод учащихся из начальной школы в младшие классы средней школы, из младших классов в старшие классы средней школы сопровождаются ростом употребления алкоголя среди подростков. Частые перемены места жительства также оказывают отрицательное влияние.

6. Положение дел с употреблением алкоголя и наркотиков напрямую связано с существующими законами и правилами, действующими в отношении алкоголя и наркотиков, содержащимися в федеративном и местном законодательстве.
7. Доступность алкоголя и наркотиков.
8. Семейная предрасположенность. Дети, рожденные или воспитанные в семьях с алкогольными традициями, подвержены большему риску пристраститься к алкоголю и другим наркотикам. Например, мальчики, родившиеся в семье алкоголика, даже воспитываясь всемо, усыновившей их, подвергаются в 2-4 раза большему риску стать алкоголиками, чем мальчики, родившиеся в нормальных семьях. Употребление алкоголя и наркотиков родителями и позитивное отношение к алкоголю; в семьях, где родители для того, чтобы расслабиться, употребляют наркотики или много пьют (не обязательно становясь алкоголиками) имеется большая вероятность, что дети начнут употреблять алкогольные напитки в подростковом возрасте. Если родители к тому же приобщают своих детей к употреблению наркотиков, включая и алкоголь, риск возрастает. Чем больше членов семьи употребляют алкоголь и наркотики, тем выше риск.
9. Неумелость и непоследовательность в воспитании. В семьях, в которых родители не устанавливают четких норм поведения, в которых дети остаются предоставленными самим себе и где дисциплинарная практика чрезмерно сурова и непоследовательна, дети подвергаются большему риску совершения правонарушений и частого употребления алкоголя и наркотиков в подростковом возрасте.
10. Склонность к антисоциальному поведению и гиперактивности. Этот фактор риска главным образом связан с мальчиками от пяти до семи лет.
11. Неуспеваемость, отсутствие желания продолжать обучение в школе

#### **Факторы риска в семье:**

1. Родители испытывают трудности по управлению семьей:
  - ✓ родители испытывают воспитательную неуверенность (не могут пояснить свое поведение);
  - ✓ не контролируют поведение детей;
  - ✓ ведут себя непоследовательно, порой слишком сурово;
  - ✓ отсутствует привязанность и любовь к другим членам семьи;
  - ✓ мать и отец конфликтуют между собой. Родители попустительствуют в отношении употребления алкоголя и наркотических веществ.
2. Взрослые злоупотребляют алкоголем, табакокурением, потреблением других наркотических веществ.
3. Имеются генетические особенности предрасположенности данной семьи к алкоголю и наркотическим веществам.
4. Сексуальные извращения/насилие.

#### **Третий этап: Подготовка индивидуального плана реабилитационной работы с клиентом**

- Подготовка индивидуального плана реабилитационной работы с клиентом (анализ истории жизни, жизненной ситуации, сбор данных);
- Разработка подходов по преодолению «сопротивления» данного клиента с учётом избираемого им стиля защитного реагирования;
- Поиск методов воздействия на провоцирующие факторы, включая работу с семьёй и референтной группой, привлечение заинтересованных структур;
- Модификация и укрепление факторов защиты для принятия решения, осуществления действий в направлении трезвости и продуктивного межличностного взаимодействия, а также успешного функционирования личности клиента на этапе ремиссии;
- Поиск мотивирующих факторов для участия в специальных лечебно-реабилитационных программах на базе медицинских учреждений;
- Социально-психологическая поддержка в период совместной работы;

- Использование социального контакта с клиентом, с чётким прописыванием задач и ответственности за выполнение/ невыполнение.

Работа с такой семьей подразумевает формирование мотивации клиента и его семьи к безалкогольному образу жизни и построению другой системы взаимоотношений; психокоррекционные мероприятия, направленные на воспитание личности, способной быть хозяином собственной судьбы; введение клиента в объединения или клубы лиц – приверженцев безалкогольного образа жизни.

Внимательно изучается окружение семьи, и находятся те элементы которые:

- Во-первых, имеют ярко выраженную отрицательную установку на алкоголь.
- Во-вторых, имеют влияния проблемную семью и члена семьи, злоупотребляющего алкоголем.
- В-третьих, знают, как можно, изменяя поведение семьи, добиться такого поведения, где алкоголю не будет места. Например, окружить семью теми людьми, которые отрицательно относятся к алкоголю, и изолировать семью от тех, которые склонны к употреблению.

**В работе с семьей, с целью ее реабилитации, используются такие методы как:**

1. Консультирование с целью рациональной краткосрочной психотерапии, предоставление необходимой информации.

2. Работа со специалистами (психологами, наркологами) по специальным программам до достижения результата.

3. Групповые тренинги для родителей и детей с целью преодоления проблем, возникших в связи со злоупотреблением химическими веществами.

4. Сеть социальных контактов способствует качественному изменению контакта специалистов с семьей, лучшему пониманию их проблем, сотрудничеству семьей и ближайшему окружением ребенка, а также совершенствованию межведомственному взаимодействию.

5. Социальный патронаж — тесное взаимодействие с семьей на протяжении всего периода работы.

6. Домашнее визитирование.

7. Работа «Офиса семейного наставника»

**Социальная реабилитация и непосредственное оказание помощи в ГКУ «СРЦН Арзамасского района» осуществляется путём традиционных методов работы:**

- диагностика по определению проблемных зон семьи, поиск позитивных и негативных авторитетов в семье;
- диагностика степени зависимости и созависимости;
- анализ информации о необходимости привлечения специалистов к разрешению проблемы;
- исследование мотивации употребления психоактивных веществ членами семьи;
- выявление готовности бороться с пагубным пристрастием;
- мониторинг по выявлению уровня потенциала семьи для продолжения работы;
- консультативная помощь.

В процессе внедряются современные инновационные технологии – «Фототерапия», «История моей семьи». Кроме фотографирования и прописывания желаний, целей, технологии призваны развернуть членов семьи лицом друг другу, вспомнить более успешные, счастливые периоды жизни, используя этот ресурс, создавая альбом любящей и сплоченной семьи, способной решать жизненные проблемы сообща, не прибегая к алкоголю, исключая насилие.

Социальный патронаж семьи показывает положительные изменения на долгосрочную перспективу. Для более тесного контакта с проблемными семьями, оказания помощи на местах работает мобильная бригада «Мы-рядом!». Специалисты

учреждения, изучая семью изнутри, имеют больше информации о быте, межличностных отношениях в семье, что позволяет продуктивнее сотрудничать, своевременно вносить коррективы, осуществлять мониторинг, оказывать адресную социальную помощь семье.

Специалисты успешно ведут профилактическую работу с алкоголезависимыми семьями, нивелируют и устраняют дефицит образованности и информированности родителей в вопросах воспитания, обучения, взаимоотношений между членами семьи, подводят к осознанию необходимости медицинской помощи.

Специалисты Учреждения оказывают содействие в организации лечения родителей в наркотическом диспансере, временном помещении несовершеннолетних в стационарные отделения, в оформлении документов, трудоустройстве.



### **Технология работы с семьей, злоупотребляющей спиртными напитками**

#### Основные этапы работы с семьей

1. Изучение семьи.

##### **Задачи:**

- Сбор полной информации о функционировании семьи.
- Оценка семейной ситуации.

2. Анализ информации и составление программы работы с семьей.

##### **Задачи:**

- Изучение и систематизация результатов.
- Формирование выводов о семье.
- Составление индивидуальной программы.

3. Коррекционная работа с семьей.

##### **Задачи:**

- Улучшение ситуации в семье.
- Создание новых или восстановление разрушенных позитивных контактов семьи с социумом.

4. Контроль за ситуацией в семье.

##### **Задачи:**

- Отслеживание результатов коррекционной работы.



### **Педагог-психолог ГКУ «СРЦН Арзамасского района» проводит:**

1. Психодиагностическое обследование пострадавшего ребёнка.
2. Индивидуальная работа с психотравмой, включающую в себя элементы игры и творчества: рисование, элементы арт-терапии и др.
3. Консультирование семьи. Работа с ближайшим социальным окружением ребенка (в первую очередь, родителями) по профилактике ненасильственного воспитания, эмоциональной поддержке и эмпатии.

Проводя психодиагностику с пострадавшим ребенком по преодолению страха, отвращения, ненависти и других переживаний, педагог-психолог выбирает те или иные методы исследования в зависимости от конкретного случая, ситуации, особенностей ребенка, вида насилия и т.д. Наиболее используемыми являются следующие методики:

1. Психодиагностический опросник Личко
2. Цветовой тест М. Люшера для определения актуального психоэмоционального состояния клиента, его потребностей, страхов и других индивидуальных характеристик.
3. Шкала уровня субъективного контроля Д. Ротгера для исследования типа поведения и характера локализации ответственности
4. Рисуночные тесты: «Дом - Дерево Человек», «Кинематический рисунок семьи», «Несуществующее животное», проективный тест «Метод неоконченных предложений», для определения зон психологического конфликта, сфер наибольшей тревоги, враждебности и «эго» состояний жертвы насилия.

Часто для ребенка жестокое обращение с ним, является настолько травмирующим, что он не в состоянии выразить свои чувства словами. Поэтому в диагностике и реабилитации применяются элементы игры и творчества: рисование, элементы арт-терапии и др.

Индивидуальная работа с несовершеннолетними, пострадавшими от насилия и жестокого обращения, предусматривает изменение социальной среды ребенка, то есть работу с родителями, их педагогическое просвещение, уменьшение факторов риска насилия. Применительно к каждому конкретному случаю разрабатывается программа помощи ребенку. Она разрабатывается педагогами совместно с психологом с учетом тяжести стрессовой ситуации. Основной целью является обучение ребенка навыкам и приемам поведения в семье, повышение чувства собственного достоинства. Специалисты оказывают моральную поддержку ребенку для развития уверенности в себе, привлечение по мере необходимости других специалистов для преодоления стрессовой ситуации. В этом плане работа педагогов неразрывно связана с психологом, который грамотно, по заранее разработанной конкретно для этого ребенка программе поможет пережить последствия стресса.

Восстановление доверия и воспитание положительного отношения к взрослым, в том числе и родителям, является ещё одним этапом преодоления последствий жестокого обращения. Важно научить детей проявлять внимание и заботу, учить сопереживанию. Такой опыт успешно формируется при воспитании эмоционально-положительного отношения к близким людям, к тем, кто заботится о них. На этой основе можно воспитывать доброжелательное отношение и к другим окружающим.

### **В работе с подростками из семей алкоголиков специалисты:**

1. Осуществляют комплекс мероприятий по воспитанию, образованию, развитию и социальной защите детей.
2. Изучают особенности несовершеннолетних, условия жизни и микросреды.
3. Выявляют интересы и потребности, трудности и проблемы, конфликтные ситуации, отклонения в поведении и своевременное оказание им социальной помощи и поддержки.
4. Выступают посредником между несовершеннолетним и образовательным учреждением, семьей, средой, специалистами различных социальных служб, ведомств и административных органов.
5. Определяют задачи, формы, методы социально-педагогической работы, способы решения личных и социальных проблем, обеспечивают принятие мер по социальной защите и социальной помощи, реализации прав и свобод ребёнка.

6. Организовывают различные виды социальной деятельности, мероприятий, направленных на развитие социальных инициатив, реализацию социальных проектов и программ, участие в их разработке и утверждении.
7. Способствуют установлению гуманных, нравственно здоровых отношений в социальной среде.
8. Содействуют созданию обстановки психологического комфорта и безопасности подростка, заботятся об охране их жизни и здоровья.
9. Взаимодействуют с преподавателями, родителями, специалистами социальных служб, семейных и молодежных служб занятости, с благотворительными организациями и др.

#### **Цели психолого-педагогического сопровождения детей:**

1. Формирование гармоничной «Я» - концепции (образа «я», системы представлений о самом себе, осознаваемой как самооценка и средство обеспечения внутренней согласованности личности) ребенка, пострадавшего от насилия.
2. Совершенствование умений, навыков, способностей, позволяющих ребенку идентифицировать свои мысли, чувства, поведение для установления доверительных отношений с другими.
3. Восстановление чувства собственного достоинства и доверия к окружающим людям.
4. Развитие и совершенствование социальных качеств личности ребенка.
5. Коррекция дезадаптивных форм поведения (могут проявляться в неспособности или отказе приспосабливаться к социальным нормам и требованиям, сложностях с социальным взаимодействием и адекватным реагированием на жизненные ситуации).
6. Формирование способности к самопринятию.
7. Выработка способности к самостоятельному принятию решений.
8. Работа по относительной девальвации этого события («беда, но не катастрофа»).
9. Формирование у несовершеннолетнего адекватной атрибуции ответственности за насилие. При этом работа должна проводиться как в рациональном, так и в эмоциональном ключе, включающем отреагирование страха, отвращения, ненависти и других негативных переживаний.
10. Нормализация отношения к себе, другим людям, сексуальным отношениям, браку, любви, будущему.
11. Работа с эмоциональной, когнитивной, поведенческой сферами ребенка.
12. Применение различных коррекционных программ:
  - коррекционная работа с агрессивными детьми;
  - развитие эмоционально-волевой сферы;
  - коррекция объективных страхов у детей.

#### **На базе Учреждения функционируют:**

- **Дизайн – студия «Мастерская радости»** - формирует доверительные отношения между детьми и родителями.

Совместное творчество оказывает положительное влияние на развитие ребенка и приучает его сотрудничать. Творческий процесс стимулирует всестороннее развитие ребёнка. Совершенствуются моторные навыки, формируется воображение, раскрывается творческий потенциал. Помимо этого совместная творческая деятельность – интересное и увлекательное времяпрепровождение. Совместное творчество восполняет недостаток родительского внимания, ведь родители обычно весь день проводят на работе, оно снимает давление авторитета родителей, позволяет ребёнку выразить себя, ощутить свою значимость.

- **Студия «Парикмахер»** служит подготовкой семьям, попавшим в трудную жизненную ситуацию и находящихся в социально опасном положении, страдающих алкогольной зависимостью, к самостоятельной жизни и преодолению трудностей, а также в выборе будущей профессии несовершеннолетних. Создаёт условия для развития творческих способностей и личностных качеств посредством занятий парикмахерским искусством, обеспечение содержательного досуга детей.

Работа с семьей включает в себя формирование мотивации клиента и его семьи на

безалкогольное существование и построение иной системы взаимоотношений; психокоррекционные мероприятия, направленные на воспитание личности, способной быть хозяином собственной судьбы.

### **Методы преодоления сопротивления изменениям:**

**1. Информирование и общение** - один из наиболее распространенных путей преодоления сопротивления осуществлению стратегии заключается в предварительном информировании людей.

**2. Участие и вовлеченность** - стремясь добиться участия в осуществлении мероприятий, специалисты выслушивают мнение семей, вовлеченных в эту стратегию, и впоследствии используют их информацию.

**3. Помощь и поддержка** - может осуществляться как предоставление возможности обучения новым навыкам, возможности быть выслушанным и получить эмоциональную поддержку. Помощь и поддержка особенно необходимы, когда в основе сопротивления лежит страх и беспокойство.

**4. Манипуляции и кооптации** - в некоторых ситуациях специалисты пытаются скрыть свои намерения от родителей, используя манипуляции. Манипуляции в данном случае подразумевают избирательное использование информации и сознательное изложение событий в определенном, выгодном для специалиста порядке. Одна из наиболее распространенных форм манипуляции — кооптация. Кооптация личности подразумевает предоставление ей желаемой роли при планировании и осуществлении мероприятий.

Успешная реализация стратегий в Учреждении всегда характеризуется умелым применением целого ряда перечисленных подходов, часто в самых различных сочетаниях. Характеризуется двумя особенностями: специалисты ГКУ «СРЦН Арзамасского района» используют эти подходы с учетом их достоинств и недостатков и реалистично оценивают ситуацию.

### **Четвёртый этап:**

- Реализация индивидуального плана работы с клиентом (консультирование, индивидуальная работа, работа с семьёй, групповые формы работы, информирование, мотивационное интервью-определение степени готовности с использованием шкал и других материалов);
- Работа с сопротивлением
- Воздействие на провоцирующие факторы, включая работу с семьёй и референтной группой, использование административных ресурсов в рамках действующего законодательства;
- Использование факторов защиты для формирования устойчивой мотивации к преодолению саморазрушающего жизненного стиля;
- Мотивация для участия в специальных лечебно-реабилитационных программах на базе медицинских учреждений, в том числе с использованием законодательных рычагов;
- Социально-психологическая поддержка в период принятия важных решений, действий и периода ремиссии с целью формирования и поддержания продуктивных навыков социального функционирования;
- Подведение промежуточных итогов, с формированием новых планов, социально-психологических контрактов;

### **Причины отрицания алкоголизма:**

1. Главная причина заключается в том, что отказ от алкоголя - это утрата. В голове алкоголика звучит голос самой болезни: “Не расставайся со мной, мы так хорошо жили до сих пор. Алкоголь давал тебе забвение, утешение, позволял расслабиться, свободно общаться с другими людьми, заниматься сексом...” И этот голос говорит правду - действительно, в начальном периоде пьянства алкоголь помогает справиться с трудностями жизни. Ни один человек, находящийся в здравом рассудке, не начинает пить для того, чтобы причинить себе зло; он пьет ради тех удовольствий и выгод, которые дает алкоголь. И когда зло, причиняемое алкоголику пьянством, начинает превышать эти выгоды, они исчезают сразу. Примириться с их потерей крайне трудно. Поэтому голос

болезни заставляет алкоголика закрывать глаза на тяжесть своего положения, заставляет искать лазейку в мысли о том, что он когда-нибудь сможет пить, как “нормальный человек”.

2. Признать себя алкоголиком для многих людей означает опуститься на низшую ступень социальной лестницы, признаться в позорном пороке. Кроме того, если ты признаешь себя больным, то из этого исходит необходимость лечения и, значит, отказ от алкоголя. Отсюда расхожая фраза, которой утешают себя многие алкоголики: “Да, я пью много, но я не алкоголик”.

#### **Причины позволяющие преодолеть сопротивление:**

- знание концепции болезни. Когда алкоголик окончательно осознает, что алкоголизм - это не порок, а болезнь, уходит чувство вины, и защиты отчасти становятся ненужными;
- принятие на себя ответственности за свое выздоровление. Переход от пассивной позиции “Лечите меня” к активной позиции “Я лечусь”;
- установка на принятие помощи от лечебного персонала и группы. Способы терапевтического воздействия - обратная связь, конфронтация, интерпретация только при такой установке позволяют алкоголизированной семье осознать свои защиты.

Наиболее важной и эффективной мерой первичной профилактики алкоголизма является привитие ребенку высоких духовных ценностей, жизнеутверждающих потребностей и навыков, развитие способности к достижению социального благополучия, способностей получать радости в спорте, творчестве, работе. Иными словами, необходимо формирование в обществе культа здорового образа жизни, ценности семьи, образования, увлечения спортом.

В комплексе вторичной профилактики особо важное значение приобретает индивидуальная профилактика, заключающаяся в предупреждении рецидивов алкоголизма. При этом психологическая работа проводится не только с больными, но и с членами его семьи, другими близкими ему людьми.

Третичная профилактика включает в себя предупреждение развития грубых, необратимых нарушений при алкоголизме.

#### **Основной период реабилитационного процесса подразделяется на три связанных между собой этапа:**

1. **Адаптационный этап.** Целью этапа является достижение максимального физического и психического восстановления, а так же адаптация к реабилитационной среде, графику и режиму амбулатории, привлечение больных в реабилитационную программу.

Основные задачи этапа:

- Консультирование и обследование;
- Знакомство с персоналом и другими пациентами, участвующими в реабилитационной программе;
- Осуществление медицинской (фармакотерапевтической, физиотерапевтической и пр.), психологической и психотерапевтической помощи;
- Формирование и усиление мотивации на участие больных в средне продолжительных или долгосрочных реабилитационных программах;
- Постепенное вовлечение в реабилитационный процесс и оптимизация усилий на выход из болезненного состояния;
- Формирование у больных первичного понимания мультифакторности причин наркомании, токсикомании и алкоголизма, признания негативных (физических, психических, личностных, социальных) последствий заболевания;
- Формирование у больных понимания значения личной ответственности за прохождение процесса лечения и реабилитации, и за собственное выздоровление;
- Восстановление коммуникативных и поведенческих навыков в социально сохранной социальной среде (среда без наркотиков и пьянства), улучшение отношений с членами семьи, выполнение своих семейных обязанностей;

- Психотерапевтическая и психокоррекционная деятельность с родными больных

Исполняют этот этап члены наркологической бригады, которая состоит из клинического психолога, психиатра-нарколога, специалиста по социальной работе, психотерапевта.

2. **Интеграционный этап.** На этом этапе у большинства больных (75%) отмечается динамика клинических изменений в лучшую сторону, психическое и физическое самочувствие вполне удовлетворительное. Восстанавливается сон, аппетит, основные поведенческие функции, возникает критика своего заболевания и социального статуса. Уже нет болезненного влечения к наркотикам и алкоголю, хотя мысли о них до сих пор остаются в голове.

Основные задачи интеграционного этапа:

- Интеграция больных в режим работы амбулаторного реабилитационного учреждения;
- Формирование и закрепление устойчивой группы больных, объединённых общим кругом интересов и оказывающих положительное воздействие друг на друга;
- Реализация психологического, медицинского, психотерапевтического и социального аспектов реабилитационной программы;
- Усиление мотивации на пролонгированное участие больных в реабилитационном процессе;
- Планирование вместе с больными особенностей учебы, работы, досуга и формирование постоянного обучения и труда;
- Реабилитация умений адекватно реагировать на эмоции, разделять отрицательные и положительные из них, и делать приоритетными именно положительные эмоции при решении социальных и личных проблем;
- Формирование целенаправленной деятельности личной ответственности за свое здоровье, поведение и выздоровление;
- Рост уровня интересов и социальных притязаний;
- Возникновение реальной жизненной перспективы;
- Умение правильно противостоять стрессам, и вовремя сказать «нет» вредным веществам;
- Обучение умению определить возможное обострение пристрастия к наркотикам и алкоголю, и способности преодолеть срывы заболевания;
- Мотивирование на постоянное сотрудничество с бригадой реабилитационной помощи;
- Максимальная реабилитация семейных отношений;
- Организация в семьях больных реабилитационной среды;
- Терапия созависимости и психотерапевтическая работа с близкими и родными зависимых;
- Привлечение родственников больных к участию в работе групп само- и взаимопомощи;
- Контроль и оценка эффективности проведенной работы.

3. **Стабилизационный этап** - предназначен для стабилизации психических, физических, функциональных способностей алкоголизованных членов семей. На этом этапе уже большинство больных достаточно комфортно ощущают себя в состоянии воздержания, продолжают работать, учиться, общаются с семьей и обществом, стараются избегать конфликтов и имеют установку на полное воздержание от алкоголя.

Основные задачи:

- Совершенствование и стабилизация навыков и знаний, полученных на интеграционном этапе;
- Нейтрализация приобретенных в результате заболевания алкоголизмом личностных особенностей;
- Восстановление или закрепление способностей к обучению (специальному и социальному), самовыражению и самореализации;

- Обучение приемам эффективной коммуникации и выхода из конфликтных ситуаций;
- Возвращение (формирование) утраченной системы ценностных норм и ценностной ориентации;
- Формирование представлений о личном успехе;
- Полная нормализация семейных отношений и коммуникативных навыков.

### **Формы и методы профилактической работы:**

1. **Анкетирование.** Перед началом проведения практических занятий целесообразно проведение анкетирования семей, с целью выявления уровня их осведомленности об употреблении алкоголя и его влияние на формирующийся организм подростка. По окончании курса занятий проводится опрос с целью оценки эффективности просветительской деятельности.

2. **Психологическое интервьюирование.**

3. **Экспресс-интервью в сочетании с тренингом мотивации**

Используется метод постановки наводящих вопросов «активный диалог». Заключение устного договора с алкоголизированной семьёй о партнерских отношениях, предполагающих активное участие в работе с заявленной проблемой (системное использование методики «Я-концепции», определение «Я-больного» и «Я-здорового»). А также применение методик мотивационной проекции: «Шкала качества», «Линия жизни», «Карта моей судьбы», элементов крейвинг-терапии (формула: «Хочу – не могу»), «Шкала срывов».

Психолог формирует личностное понимание членов семьи своей болезни, социального статуса, отношения к будущему и настоящему, собственную ответственность за свое здоровье, участие в реабилитационной программе.

Психокоррекция в структуре реабилитационных мероприятий направлена на приведение в норму нарушенных психических и поведенческих функций члена семьи, а так же на восстановление и формирование его позитивных качеств и способностей, т.е. применяется функциональная личностная, поведенческая, семейная и мотивационная психокоррекция. При психокоррекции, в отличие от психологического консультирования роль алкоголизированной семьи малоактивная, а иногда и пассивная.

1. **Психологическое консультирование** включает все виды направленного психологического воздействия на индивида - консультирование, коррекцию и терапию. Конечный результат адаптационного этапа психотерапии заключается в нивелировании сопротивления лечению и в восстановлении позитивных форм поведения.

2. **Мозговой штурм "Зачем люди употребляют алкоголь"** - подразумевается свободное высказывание по поводу причин, побуждающих человека употреблять алкоголь. В заключении подводится итог и обобщение, задается вопрос о том, были ли сделаны какие-либо открытия. В ходе обсуждения необходимо обратить внимание на то, какие человеческие потребности удовлетворяются с помощью алкоголя, и есть ли другие способы достичь этого эффекта.

3. **Тренинг "Будь уверенным"**- в ходе социально-психологического тренинга применяется ряд методов: групповая дискуссия (биографическая, тематическая, межличностная), анализ конкретных ситуаций; ролевая игра; психодрама; психотехнические упражнения.

Цели тренинга:

1. Формирование осознанного отношения к физическим и психологическим границам собственной личности;
2. Повышение уровня самопринятия, формирование адекватной самооценки, позитивного отношения к себе;
3. Развитие умения осознавать, адекватно выражать свои чувства;
4. Формирование уважительного отношения к личности и чувствам других людей;
5. Развитие способности к самоанализу и рефлексии;
6. Формирование конструктивных способов отстаивания собственных границ, защиты своего персонального пространства; умения сказать "нет" и противостоять давлению.

В ходе тренинга подростки овладевают социально-психологическими знаниями, происходит коррекция поведения; формирование навыков межличностного

взаимодействия; развивается рефлексия, умение гибко реагировать на ситуацию и перестраиваться в различных условиях деятельности.

## 7. Практическая лекционная работа.

### 2.3. Использование видео-технологии «Стоп-кадр».

#### Видео-технология «Стоп-кадр» (модификация метода Марте Мео)

##### Цель:

1. укрепление детско-родительских отношений;
2. развитие родительских навыков в рамках социально-реабилитационной работы;
3. формирование привязанностей между родителями и ребенком;
4. анализ взаимодействия взрослого с ребенком, выявление положительных моментов и усовершенствование их;
5. вдохновить человека, с опорой на его собственные силы запустить процесс развития и при этом учиться использовать имеющиеся способности.

##### Целевая группа:

- родители, страдающие алкогольной зависимостью, со стороны которых имелись случаи жестокого обращения с детьми или присутствует опасность таковых;  
- семьи, находящиеся в трудной жизненной ситуации, социально-опасном положении;  
- дети, которые подвергались в своих семьях жестокому обращению, и/или неудовлетворению основных жизненных потребностей.

##### Оборудование:

-цифровая видеокамера  
-система DVD воспроизведения  
-фотоаппарат 2 шт.  
-штатив

**Главное условие для обеспечения эффективности работы** — возможность покадрового анализа видеопленки.

**Основные принципы видеотехнологии**— диалог, поддерживающий развитие.

#### 1. Взрослый замечает инициативу ребенка.

Взрослый познает ребенка, следит за тем, куда направлен фокус внимания; следит за его инициативой. В повседневном общении с ребенком родители часто садятся таким образом, чтобы иметь возможность наблюдать за ребенком, видеть его лицо, мимику, движения; что в свою очередь создает возможность и для ребенка видеть лицо родителя. Реакция взрослого, его мимика позволяет ребенку познать самого себя. Ребенок получает поддержку, когда чувствует заинтересованность другого человека.

#### 2. Взрослый следует инициативе ребенка.

Когда ребенок получает подтверждение своей инициативы, у него создается впечатление, что он является значимым как для себя самого, так и для взрослого. Это впечатление дает ему большую уверенность в дальнейшем, когда он будет снова искать поддержку со стороны родителей. Успех ребенка в поиске контакта тесно связан с его самовосприятием и самоощущением. Поэтому, важно дать положительное подтверждение инициативе ребенка. Если ребенок не получает подтверждение своей инициативы, он теряет возможность найти начальный пункт диалога, поскольку он не получает ответа или реакции от взрослого. Но если ребенок получает подтверждение, он получает сигнал «Меня видят и видят то, что я делаю; то, что я воспринимаю и познаю, важно для других».

#### 3. Взрослый называет инициативу, действия, чувства ребенка.

Маленький ребенок не может называть свои ощущения и чувства. Поэтому в общении с ним взрослый должен называть чувства, действия ребенка. Для детей важна интонация, посредством которой мы передаем им свои чувства. Когда родители называют предметы или действия ребенка, они таким образом говорят ребенку: «Я здесь, я тебя вижу и слышу, я тебя понимаю». Ребенок чувствует: «я важен», что является глубоко подтверждающим и поддерживающим развивающим стимулом. Важно, когда родители называют ребенка по имени, это дает возможность малышу ощутить себя личностью. Произнося имя ребенка, родители дают поддержку ему в социальном развитии, в дальнейшем ему будет легче в общении с окружающими людьми.

#### **4. Взрослый ожидает ответ/ реакцию ребенка на собственные действия.**

Если взрослый в общении делает паузу, дает ребенку то время, которое ему нужно, чтобы ответить, это не означает пассивное ожидание. Напротив, родители показывают заинтересованность в ответе ребенка и подают ободряющие сигналы. Невербальное сообщение для ребенка будет таким: «Мне интересен твой ответ, твои ощущения, потому что ты важен для меня». То, что ребенок ощущает заинтересованность родителя, влияет на его самовосприятие по отношению к другим. Ребенок имеет свой собственный ответ.

#### **5. Взрослый берет на себя ответственность за контакт/общение.**

Взрослый следит, чтобы общение проходило поэтапно. Важна очередность в обмене реакций между ребенком и взрослым. Ребенок должен активно участвовать в общении, что позволит ему научиться вести диалог, слушать других людей и высказывать свои чувства и мысли. Важно, чтобы мама и ребенок встречались чаще глазами. Лицо мамы для ребенка является зеркалом, и когда ребенок смотрит в глаза матери и получает в ответ подтверждающую реакцию, у него развивается уверенность в себе.

#### **6. Взрослый дает подтверждение, когда ребенок показывает желаемое поведение.**

Если взрослый поддерживает или подтверждает определенные инициативы и действия ребенка, то у него (ребенка) появляется желание для осуществления этой успешной, с точки зрения взрослого, деятельности. Это ощущение необходимо поддерживать в процессе каждодневного общения при помощи вербальных и невербальных положительных подтверждений, т. е. мы подтверждаем то, что мы хотим, чтобы ребенок делал. Этот процесс называется положительным лидерством и означает способность родителей следовать за ребенком при помощи положительного подтверждения собственных сил ребенка, его инициативы или реакции. После этого ребенку ясно сообщается о следующем шаге или о том, что хочет взрослый, чтобы ребенок сделал. Можно подтвердить желание, жалобу или другие чувства ребенка без того, чтобы ребенок обязательно получил то, что он желает. Отрицание чувств или выражений ребенка чаще всего приводит к тому, что он настаивает на своем мнении с большей силой или чувствует себя оскорбленным или непонятым. Способность родителей давать ребенку подтверждение и в то же время вести его в более желаемом направлении — это важная часть родительских умений.

#### **7. Взрослый вводит ребенка в окружающий мир и знакомит его с ним при помощи называния людей, объектов и явлений (триангуляция).**

При помощи называния взрослым предметов, явлений, людей ребенок знакомится с окружающим миром. Это можно понимать как способ использования безопасного отношения «я — ты» как основы, которая дает возможность знакомиться с окружающим миром и расширять свои представления о нем. Например, когда ребенок смотрит на лампу и поворачивается к родителю, взрослый говорит: «Да, смотри, лампа», ребенок получает название того, что он увидел. При назывании предмета или лица надо использовать правильную эмоционально окрашенную и подбадривающую интонацию. Мама говорит с радостью в голосе «вот идет папа» и ребенок общается с ним, закрепляя положительную эмоциональную реакцию на папу. В такие моменты, повторяющиеся тысячи раз в совместном быту, развивается способность ребенка к социальному общению.

#### **8. Взрослый отмечает начало и конец общения.**

В общении с детьми повторение сигналов начала и конца общения происходит очень часто. При помощи повторения у ребенка постепенно развиваются собственные сигналы начала и конца действий и способность посылать похожие сигналы другим. При окончании общения замедляется темп речи, а голос становится тише. Способности воспринимать и ориентироваться во внешних сигналах, и подавать сигналы начала и конца общения, необходимы для ведения диалога. Специалист обязательно составляет рекомендации и одно домашнее задание для родителей по итогам просмотра фильма.

#### **Основные этапы работы**

**На первом этапе** специалист знакомит родителей (маму или отца) с технологией, заключает договор, в котором указывается, что после завершения работы фильм не будет использован, и что он может быть уничтожен или отдан родителю.

**На втором этапе** необходимо договориться с клиентом о том, какой фильм будет сниматься. Родителю рекомендуется выбирать для съемки фильма повседневные ситуации, т. е. то, что он (она) и ребенок делают каждый день. Для съемки первого



фильма желательно рекомендовать структурированные ситуации, где роли взрослого и ребенка четко распределены, при этом у мамы есть выбор, предложить для съемки ту ситуацию, в которой она считает себя наиболее успешной.

Например, с детьми школьного возраста — совместная подготовка домашнего задания, приготовление еды и др. Для родителей, не влияющих на своих детей, не надо предлагать для съемки фильма неструктурированные ситуации, например, свободную игру, поскольку она сложнее для последующего анализа ситуации, потому что в неструктурированной ситуации нет правил. Например, свободная игра: в ней нет правил, и маме трудно будет управлять игрой и трудно будет увидеть свои успехи в общении с ребенком в процессе игры. И, наоборот, например, в ситуации переодевания ребенка маме ничего придумывать не надо. Это последовательный процесс: маме легче быть в этой ситуации успешной, а специалистам проще проанализировать моменты общения мамы с ребенком, а затем, и всю ситуацию вместе с мамой.

**На третьем этапе** снимается фильм у клиента на дому или в учреждении. Важно дать возможность ребенку освоиться перед видеокамерой: маленькому ребенку можно предложить посмотреть в камеру, как в «бинокль»; сказать ему, что будем снимать фильм о нем и о маме. Старшему ребенку можно предложить что-нибудь снять самому. Перед съемкой фильма необходимо предупредить родителя, о том, что ему и ребенку нельзя разговаривать со специалистом во время съемки. Затем снимается видеофильм продолжительностью от 5 до 8 минут. После съемки необходимо согласовать дату, время и место, где будет проходить консультация по фильму. Совместный просмотр фильма с клиентом возможен как в учреждении, так и на дому. При выборе места необходимо учитывать условия просмотра: есть ли видеотехника в семье, можно ли занять ребенка какой-либо игровой деятельностью, т. к. он может отвлекать родителя во время просмотра фильма.

**На четвертом этапе** ведется работа по фильму.

*Анализ фильма специалистом.*

Специалист разбивает снятый фильм на фрагменты, неоднократно просматривается и анализируется покадрово в двух направлениях: что получается, а что еще можно развить, учитывая при этом принципы; все это фиксируется в рабочем списке на основе «профессионального диагноза».

*Совместный просмотр фильма с родителем.*

Первый раз фильм просматривается целиком, без комментариев. После чего следует спросить мнение родителя об этом фильме. При втором просмотре проводится анализ фильма. Во время просмотра специалисту необходимо обращать внимание на то, что у родителя получается хорошо, обсуждать отрывки только с позитивными моментами. Нельзя одновременно смотреть фильм и комментировать, необходимо останавливать диск, включать на паузу (отсюда название технологии «Стоп-кадр»). Обсуждая фильм, специалист должен вести себя с клиентом в соответствии с принципами: ждать его ответа, поддерживать его инициативу и хвалить: например, «Вы делаете то, что нужно для сына, чтобы он развивал свои качества», «Вы хорошая мама, и было бы здорово, если бы все мамы действовали так, как Вы, следовали инициативе ребенка». Нельзя комментировать в стиле: «Лучше сделать так, как я говорю, а не так, как сделали Вы». После анализа фильма родителю дается домашнее задание. Например: «В этом моменте Вы похвалили сына, это очень хорошо и важно для его развития. Дети, которых хвалят, имеют больше оснований для хорошего поведения, после похвалы у ребенка появляется желание сделать это еще лучше. К следующему фильму (если Вы его планируете) постарайтесь делать так и дальше, чаще хвалите и поддерживайте малыша». Если родитель не находит слов и не может решить, как ему похвалить ребенка, можно просмотреть еще раз фильм вместе с ним, останавливаясь на тех местах, где можно ребенка похвалить и спросить у родителя: «Как бы Вы могли в этом случае похвалить сына?» Можно предлагать свои варианты похвалы и поддержки.

После консультации необходимо договориться о съемке нового фильма (например, через неделю). Над всеми остальными фильмами работа ведется по такому же алгоритму. Когда запрос родителей выполнен, проблема исчерпана, работу над видеосъемкой можно завершить.

В процессе обратной связи с каждой семьёй удалось совместно выработать программу дальнейшего взаимодействия с ними, поставить краткосрочные и долгосрочные цели, выявить слабые и сильные стороны семьи. Принципы наглядности и положительного подкрепления, лежащие в основе этого метода, дают положительные результаты и возможность членам семьи увидеть себя со стороны и дать оценку своим поступкам.

## **Блок 3. Краткая характеристика программного обеспечения**

### *Социально-реабилитационная программа «Я-лидер»*

Программа направлена на развитие коммуникативных навыков, навыков «представительства», повышения психологической и эмоциональной устойчивой личности. Возрастные особенности школьников предполагают формирование лидерских качеств, которые проявляются как средство самоутверждения и самоопределения личности. Лидерская позиция может быть реализована более эффективно, если учащиеся обладают определенным запасом знаний, умений и навыков, а так же если обеспечено развитие их лидерских качеств. Программа «Я - Лидер» по своим возможностям способна оказать существенное влияние на развитие личности ребенка, прежде всего его организаторского опыта, опыта организации деятельности других.

**Цель:** создать условия для приобретения практического опыта взаимодействия и реализации творческого потенциала личности и коллектива.

#### **Задачи:**

- Сформировать у детей подростков теоретические и практические знания, умения, навыки, необходимые для социальной адаптации и успешной деятельности в обществе.
- Приобретение навыков лидерского поведения через коллективную деятельность.
- Сформировать способности к принятию решений и готовность брать на себя инициативу и ответственность.
- Сформировать у подростков умение строить жизненные планы и корректировать ценностные ориентации.
- Развить умение ориентироваться в мире взрослых, занимать активную жизненную позицию, преодолевать трудности адаптации в современном обществе.
- Развить умение и потребность в познании других людей, гуманистического отношения к ним.
- Развить творческие и организаторские способности несовершеннолетних.

#### **Целевая группа**

Программа предназначена для группы детей старшего школьного возраста.

#### **Формы проведения занятий:**

Занятия проводятся с элементами тренинга, протяжённостью от 60 минут до 1 часа 30 минут.

#### **Ожидаемые результаты:**

- Приобретение у подростков навыков лидерского поведения.
- Развитие лидерских качеств, повышение самооценки и уверенности в себе.
- Подросток умеет грамотно и объективно оценивать и позиционировать себя в определенном социуме.
- Развитие творческих и организаторских способностей у несовершеннолетних.
- Усвоение ценностных основ нравственности, поведенческих норм в условиях уважения к правам и свободам человека.
- Приобретение умений проведения анализа и выстраивания перспективы собственной деятельности.

## Тематический план занятий

### *Занятие №1*

**Тема занятия:** «Знакомство. Игровая диагностика, направленная на выявление лидеров в группе».

**Цель:** ознакомить подростков с игровыми методами и способами выявления лидеров, генераторов идей и исполнителей.

**Ход занятия:**

1. Давайте познакомимся. Принятие правил.
2. Мини-лекция «Виды лидеров».
3. Упражнение «Моя роль».
4. Психологический мониторинг
5. Упражнение «Я в центре».
6. Подведение итогов занятия.

### *Занятие №2*

**Тема занятия:** «Деловая игра - дерево имиджа».

**Цель:** увидеть в каждом человеке задатки лидера.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Анкетирование «Что я знаю о лидере?».
3. Малая форма работы «Кто такой лидер?!»
4. Деловая игра «Дерево имиджа».
5. Подведение итогов занятия.

### *Занятие №3*

**Тема занятия:** «Самовыражение лидера».

**Цель:** сформировать развитие лидерских и конкурентоспособных качеств личности.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Упражнение «Три слова».
3. Упражнение «Никто из вас не знает, что я...».
4. Упражнение «Гирлянда».
5. Упражнение «Пчелы и змеи».
6. Упражнение «Транспортное средство».
7. Подведение итогов занятия.

### *Занятие №4*

**Тема занятия:** «Общение лидера».

**Цель:** ознакомить подростков с приёмами конструктивного, бесконфликтного общения.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Упражнение-разминка «До десяти».
3. Лекция «Конфликт. Виды конфликта».
4. Упражнение «Анализ конкретных ситуаций».
5. Мозговой штурм «Как предупредить конфликты детей и взрослых?»
6. Подведение итогов занятия.

### **Занятие №5**

**Тема занятия:** «Психологическая игра - я тоже».

**Цель:** показать общее и особенное в активности каждого человека.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Психологическая игра «Я тоже».
3. Упражнение «Кто мы есть, и что мы собой представляем...»
4. Подведение итогов занятия.
5. Домашнее задание.

### **Занятие №6**

**Тема занятия:** «Сюжетно-ролевая игра - социальный заказ».

**Цель:** ознакомить подростков с основными типами лидера.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Сюжетно-ролевая игра «Социальный заказ».
3. Подведение итогов занятия.

### **Занятие №7**

**Тема занятия:** «Один равен одному?!».

**Цель:** отметить личностные качества каждого участника, поразмышлять о том, из чего складывается самобытность.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Упражнение «Один равен одному?!».
3. Подведение итогов занятия.

### **Занятие №8**

**Тема занятия:** «Лидер ли я в группе?».

**Цель:** развить навыки группового взаимодействия, в частности, осознание участниками собственной позиции в группе.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Социодраматическая игра «Королевство».
3. Подведение итогов занятия.

### **Занятие №9**

**Тема занятия:** «Команда лидера».

**Цель:** получить подростками опыт принятия важных для группы людей решений (как элемента лидерского поведения).

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Упражнение «Веселый счет».
3. Упражнение «Поиск сходства».
4. Упражнение «Кто быстрее?».
5. Упражнение «Дом».
6. Подведение итогов занятия.

### **Занятие №10**

**Тема занятия:** Конверты «Роза ветров».

**Цель:** подведение итогов, обратная связь.

**Ход занятия:**

1. Приветствие. Повторение правил.
2. Конверты «Роза ветров».
3. Подведение итогов.

## ***Коррекционно-развивающая программа с использованием возможностей сенсорной комнаты «Я учусь чувствовать»***

У большинства подростков наблюдаются неустойчивость внимания, утомляемость, импульсивность поведения, трудности в освоении школьных навыков. Они нуждаются в психологической поддержке. Коррекция неустойчивого состояния подростков с использованием интерактивного оборудования сенсорной комнаты дает положительную динамику.

**Цель:** обучение подростков использованию социально приемлемых способов снятия внутреннего напряжения.

### **Задачи:**

- Развитие психофизического компонента. Обучение навыкам глубокого дыхания, стимулирующим упражнениям, кинезиологическим упражнениям, самомассажу .
- Развитие познавательной сферы. Обучение играм на развитие внимания, моторной памяти, формирование зрительного восприятия и т. д.
- Обучение приемам релаксации и саморегуляции, развитие навыков партнерского взаимодействия.

**Оборудование:** на занятиях используется все оборудование, которым оснащена сенсорная комната.

### **Целевая группа:**

Программа предназначена для группы подростков от 12-18 лет.

### **Формы проведения занятий:**

Групповые занятия, в количестве от 3-5 человек, протяжённостью от 35-45 минут.

### **Ожидаемые результаты:**

- Снятие у подростков чувство тревоги и напряженности
- Подростки обучены навыкам глубокого дыхания, самомассажу
- Развитие у подростков внимания, моторной памяти
- Подростки обучены приемам саморегуляции
- Формирование у подростков потребности в саморазвитии.
- Формирование у подростков умения любить себя и другого человека.

### **Тематический план занятий**

#### ***Занятие №1***

**Тема занятия:** «Знакомство. Волшебные движения».

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия; мелкой моторики; совершенствование внимания; развитие концентрации и распределения внимания; моторной и образной памяти; наблюдательности; преодоление состояния психомышечного напряжения.

#### **Ход занятия:**

1. Упражнение «Давайте познакомимся!»
2. Глазодвигательные упражнения.
3. Дыхательные упражнения.
4. Кинезиологические упражнения.
5. Упражнение «Кулак — ребро — ладонь».
6. Упражнение «Колечко».
7. Упражнение «Волшебный мячик».
8. Упражнение «Мы вместе».

9. Упражнение «Лабиринт».
10. Упражнение «Рыбки».
11. Упражнение «Круг любви».
7. Упражнение «Волшебные движения».
8. Подведение итогов занятия.

### ***Занятие №2***

**Тема занятия:** «Повтори за мной».

**Цель:** развитие эмпатии; коррекция внимания; развитие координации движений; снятие психомышечного напряжения.

**Ход занятия:**

1. Глазодвигательные упражнения.
2. Дыхательные упражнения.
3. Кинезиологические упражнения.
4. Самомассаж.
5. Упражнение «Повтори за мной».
6. Упражнение «Лови мяч».
7. Упражнение «Угадай-ка».
8. Упражнение «Отдохни».
9. Упражнение «Расслабься».
10. Подведение итогов занятия.

### ***Занятие №3***

**Тема занятия:** «Я расслабляюсь».

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия; развитие мышления; стимуляция движения глаз; снижение психоэмоционального напряжения.

**Ход занятия:**

1. Глазодвигательные упражнения.
2. Дыхательные упражнения.
3. Кинезиологические упражнения.
4. Самомассаж.
5. Упражнение «Придумай движение».
6. Упражнение «Путешествующий мячик».
11. Упражнение «Я расслабляюсь».
12. Подведение итогов занятия.

### ***Занятие №4***

**Тема занятия:** «Групповой танец».

**Цель:** развитие межполушарных связей; снижение психомышечного напряжения.

**Ход занятия:**

1. Глазодвигательные упражнения.
2. Дыхательные упражнения.
3. Кинезиологические упражнения.
4. Упражнение «Усиление руки».
5. Упражнение «Массаж по кругу».
6. Упражнение «Групповой танец».
7. Упражнение «Цепочка».
8. Упражнение «Кораблик».
13. Упражнение «Океан».
14. Подведение итогов занятия.

### **Занятие №5**

**Тема занятия: «Успокоение».**

**Цель:** развитие внимания; устранение состояния психоэмоционального напряжения, снятие нагрузки; повышение настроения, работоспособности; избавление от усталости, тревог, переживаний; звуковое и вербальное благотворное воздействие на психику.

**Ход занятия:**

1. Глазодвигательные упражнения.
2. Дыхательные упражнения.
3. Кинезиологические упражнения.
4. Упражнение «Веселье».
5. Упражнение «Отдых на мячах».
6. Упражнение «Хлопки».
15. Упражнение «Успокоение».
16. Подведение итогов занятия.

### **Занятие №6**

**Тема занятия: «Поддержи меня».**

**Цель:** развитие творческого (наглядно-образного) мышления; развитие воображения; выражение эмоциональной поддержки; преодоление состояния психомышечного и психоэмоционального напряжения.

**Ход занятия:**

1. Глазодвигательные упражнения.
2. Кинезиологические упражнения.
3. Упражнение «Поддержи меня».
4. Упражнение «Танец звездочек».
5. Упражнение «Я самый спокойный».
6. Подведение итогов.

## ***Профилактическая программа «Дороги, которые мы выбираем»***

Программа направлена на профилактику ПАВ у подростков. В подростковом возрасте у детей утрачивается ощущение смысла происходящего и в то же время еще не приобретены определенные жизненные навыки, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и здоровый жизненный стиль. Это толкает молодых людей к выбору таких патологических форм совладения с социально-стрессовой реальностью, как алкоголизация, наркотизация, табакокурение. Поэтому работа по профилактике употребления ПАВ среди подростков актуальна и важна, однако она не должна иметь целью только отказ от употребления психоактивных веществ.

**Цель:** предотвращение возникновения элементов отклоняющегося поведения, профилактика употребления ПАВ.

**Задачи:**

- Развитие основных коммуникативных навыков.
- Развитие самопринятия и адекватной самооценки.
- Повышение уровня понимания проблем насилия.
- Оказание поддержки в принятии решений в пользу ненасильственного поведения.
- Подача объективной информации о ПАВ и их влияние.
- Поиск конструктивных вариантов решения проблем в ситуациях прямого социального давления в приобщении к потреблению ПАВ.

**Целевая группа:**

Программа предназначена для группы подростков от 12-15 лет.



## **Формы проведения занятий:**

Занятия проводятся в форме тренинга, протяженностью-2,5 часа.

## **Ожидаемые результаты:**

- Снятие эмоционального напряжения.
- Адекватное познание себя и других.
- Будут приобретены навыки решения проблем межличностных отношений, навыки бесконфликтного поведения, навыки формирования здорового образа жизни.

## **Тематический план занятий**

### ***Занятие №1***

**Тема занятия:** «Знакомство. Принятие правил группы».

**Цель:** знакомство с группой, создание благоприятной обстановки на занятиях.

#### **Ход занятия:**

1. Знакомство участников и ведущего. Принятие правил группы.  
Упражнение «Улыбка».
2. Упражнение «Что ожидаю? Чего опасюсь?».
3. Упражнение «Путаница».  
Упражнение «Я люблю».
4. Упражнение «Карета».
5. Упражнение «Ассоциации».
6. Анкетирование.
7. Прощание.

### ***Занятие №2***

**Тема занятия:** «Эффективное общение. Вербальное».

**Цель:** тесное знакомство, отработка самовосприятия, взгляд на себя со стороны.

#### **Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Повторение правил, принятие новых.
3. Упражнение «Привет».
4. Игра «Спина к спине».
5. Упражнение «Очередь».
6. Упражнение «5 качеств».
7. Игра «Конкретность».
8. Игра «Рука к руке».
9. Анкетирование.
10. Прощание.

### ***Занятие №3***

**Тема занятия:** «Эффективное общение. Невербальное».

**Цель:** связь аллегории с жизнью. Осознание важности невербальной поддержки товарища в трудной ситуации.

#### **Ход занятия:**

1. Невербальное приветствие.
2. Упражнение «Автобус».
3. Упражнение «Таможня».
4. Упражнение «Активное слушание».
5. Упражнение «Жмурки».
6. Упражнение «Крокодил».
7. Упражнение «Поводырь».
8. Анкетирование.
9. Прощание.

#### **Занятие №4**

**Тема занятия:** «Физическое насилие».

**Цель:** отработка негатива, привлечение внимания к товарищам, поднятие настроения.

**Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Рисунок «Мое настроение».
3. Игра «Змея».
4. Мозговой штурм «Что такое насилие?».
5. Упражнение «Проблемный рассказ».
6. Игра «Прорваться через круг».
7. Рисунок «Несуществующее животное».
8. Анкетирование.
9. Прощание.

#### **Занятие №5**

**Тема занятия:** «Психологическое насилие».

**Цель:** отработка чувств, вызванных ситуацией психологического насилия, а также знакомство с новым понятием, детальное осмысление его.

**Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Упражнение «Игрушка для самого».
3. Упражнение «Рисунок на спине».
4. Игра «Передай мяч».
5. Упражнение «Мы похожи».
6. Игра «Подмигни мне».
7. Анкетирование.
8. Прощание.

#### **Занятие №6**

**Тема занятия:** «Насилие бездействием».

**Цель:** осознание преобладающих потребностей собственного существования, выявление наиболее значимых фигур, пропедевтика.

**Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Упражнение «Ромашка».
3. Упражнение «Изоляция».
4. Проблемный рассказ «Отсутствие заботы».
5. Совместный рисунок.
6. Занятие в модульной комнате. «Строительство нашей общей гостиной»
7. Анкетирование.
8. Прощание.

#### **Занятие №7**

**Тема занятия:** «Круг насилия. Пути выхода».

**Цель:** самораскрытие, самовыражение, повышение самоуверенности.

**Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Упражнение «Я - животное».
3. Упражнение «Левые и правые».
4. Упражнение «Мысли, чувства, поведение».
5. Деловая игра.
6. Упражнение «Ай да мы».
7. Индивидуальная работа.
8. Анкетирование.
9. Прощание.

### **Занятие №8**

**Тема занятия: «Здоровый образ жизни. Принятие ответственных решений».**

**Цель: способствовать формированию значимости здорового образа жизни.**

**Ход занятия:**

Приветствие.

1. Упражнение «Паутинка».
2. Мозговой штурм «Что такое здоровый образ жизни?».
3. Рисунок «Здоровый и больной».
4. Упражнение «Дерево решений».
5. Упражнение «Табу».
6. Анкетирование.
7. Прощание.

### **Занятие №9**

**Тема занятия: «Курение. Мифы и реальность».**

**Цель: активизация знаний о вреде курения.**

**Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Повторение пройденного материала.
3. Мозговой штурм «Минусы никотина».
4. Упражнение «Антиреклама табака».
5. Упражнение «Свободной время».
6. Анкетирование.
7. Прощание.

### **Занятие №10**

**Тема занятия: «Алкоголь. Мифы и реальность».**

**Цель: активизация знаний о вреде алкоголя.**

**Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Рисунок «Реклама алкоголя».
3. Опросник «Реклама алкоголя».
4. Упражнение «Цвета эмоций».
5. Обсуждение верности суждений.
6. Анкетирование.
7. Прощание.

### **Занятие №11**

**Тема занятия: «Наркотики. Кому это надо?».**

**Цель: активизация знаний о вреде наркотиков.**

**Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Рисунок «Мой мир».
3. Мозговой штурм «Что вы знаете о наркотиках?».
4. Инсценировка сценки «Откажись от наркотиков».
5. Упражнение «Шприц».
6. Мозговой штурм «К кому обратиться?».
7. Анкетирование.
8. Прощание.

## ***Занятие №12***

**Тема занятия: «Подведение итогов».**

**Цель:** осознание своих положительных и отрицательных черт, обобщение пройденного материала.

**Ход занятия:**

1. Приветствие.
2. Рисунок «Автопортрет».
3. Упражнение «Всеобщее внимание».
4. Упражнение «Что узнали нового?».
5. Упражнение «Выбор».
6. Прощание.

## ***Социально-реабилитационная программа «Этот удивительный, знакомый мир»***

Программа направлена на снятие мышечного и психоэмоционального напряжения, на активизацию функции ЦНС в условиях обогащенной мультисенсорной среды. Данная программа в сенсорной комнате создает ощущение безопасности и защищенности, положительный эмоциональный фон, снижает беспокойство и агрессивность, снимает нервное возбуждение и тревожность, активизирует мозговую деятельность. Это комфортная обстановка, сохраняющая и укрепляющая здоровье детей.

**Цель:** снятие эмоционального и психологического напряжения, снижение уровня тревожности и агрессивности, выработка тактильных ощущений, развитие вестибулярного аппарата, облегчение установления контакта специалиста и клиента.

**Задачи:**

- Создание положительного эмоционального состояния.
- Развитие позитивного общения детей и взаимодействия друг с другом.
- Формирование адекватной самооценки, преодоление застенчивости и агрессии.
- Профилактика последствий психофизических и эмоциональных нагрузок.
- Развитие творческих способностей, оригинальности мышления и фантазии детей.

**Целевая группа:**

Программа направлена на работу с детьми младшего школьного возраста от 6 до 11 лет.

**Формы проведения занятий:**

Занятия проводятся в группе по 6-8 человек, в течение 45-80 минут.

**Ожидаемые результаты:**

- Сформированность умения понимать и принимать эмоциональное состояние свое и окружающих.
- Приобретение навыков умение взаимодействовать в группе.
- Приобретение навыков произвольной саморегуляции, снижение тревожности.
- Общее оздоровление и укрепление организма.
- Развитие когнитивных процессов.
- 

**Тематический план занятий**

## ***Занятие №1***

**Тема занятия: «Знакомство».**

**Цель:** знакомство, установление доверительных отношений.

**Ход занятия:**

1. Упражнение «Знакомство».
2. Принятие правил.
3. Снежный ком (игра в круге).
4. Путешествие гномика Альмика (релаксационное упражнение).
5. День и ночь (подвижная игра).
6. Рефлексия.

**Занятие №2**

**Тема занятия: «Волшебная тропа».**

**Цель:** формирование представлений об окружающем мире.

**Ход занятия:**

1. Повторение правил.
2. Сказка о птицах (медитативная сказка и рисование).
3. Я очень хороший (игра в круге).
4. Рефлексия.

**Занятие №3**

**Тема занятия: «Весёлые фрукты».**

**Цель:** развитие основных движений: осознание личностного «Я» через идентификацию любимых лакомств.

**Ход занятия:**

1. Фруктовый салат (подвижная игра).
2. Большая конфета (релаксационное упражнение).
3. Все равно ты молодец (игра в круге).
4. Рефлексия.

**Занятие №4**

**Тема занятия: «Сорока-белобока».**

**Цель:** снижение мышечного и эмоционального напряжения, создание приемлемых ситуаций для выхода агрессии.

**Ход занятия:**

1. Сорока — белобока (подвижная игра).
2. Рефлексия.

**Занятие №5**

**Тема занятия: «Волшебный лес».**

**Цель:** коммуникативных навыков, воображения и фантазии детей.

**Ход занятия:**

1. Разминка (медитативная сказка).
2. Рисунок волшебного леса (рисование).
3. Один день в волшебном лесу (подвижная игра).
4. Рефлексия.

**Занятие №6**

**Тема занятия: «Удивительная тропинка».**

**Цель:** снятие эмоционального напряжения; стимулирование желания передавать свои ощущения в речи; развитие когнитивной сферы детей.

**Ход занятия:**

1. Волшебная тропа (релаксационное упражнение).
2. Рефлексия.

**Занятие №7**

**Тема занятия: «Звуки природы».**

**Цель:** формирование чувства безопасности в пространстве, чувства равновесия; знакомство со способами преодоления страхов.

### **Ход занятия:**

1. Где лучше бояться? (релаксационное упражнение).
2. Рефлексия.

### **Занятие №8**

#### **Тема занятия: «Личный багаж».**

**Цель:** развитие эмоциональной сферы, формирование положительных эмоций, актуализация знаний, приобретенных на занятиях.

#### **Ход занятия:**

1. Изобрази...(подвижная игра).
2. Солнечный зайчик (релаксационное изображение).
3. Хорошие воспоминания (беседа).
4. Личный багаж (беседа).
5. Рефлексия.

## ***Психокоррекционная программа «Мы-вместе!»***

Насилие над детьми и подростками - явление весьма распространенное в наше время. Во многих странах специалисты по юриспруденции и адвокаты, специализирующиеся на защите прав детей, считают, что домашнее насилие занимает одно из первых мест среди тех видов преступности, сведения о которых редко доходят до правоохранительных органов. Поэтому, программа «Мы - вместе» направлена на профилактическую работу с родителями по предупреждению насилия над детьми, формированию у них ненасильственных методов воспитания.

### **Цели программы:**

- Исключение насильственных методов воспитания и других форм насилия над детьми в семье.
- Изменение неадекватности родительских позиций.
- Гармонизация стиля воспитания.
- Расширение осознанности мотивов воспитания в семье.
- Оптимизация форм родительского воздействия в процессе воспитания детей.
- Развитие навыков эффективного общения с детьми.

### **Задачи:**

- *Психологическое просвещение* — дать родителям и лицам, их заменяющим, знания о механизмах семейных систем, показать влияние их родительских семей на актуальную ситуацию в их собственной семье; информировать родителей о ненасильственных методах воспитания детей.
- *Обучение* — дать определенную модель построения взаимоотношений с детьми и обучить различным навыкам межличностного общения, необходимым для реализации этой модели; способствовать формированию уверенности родителей в воспитании своего ребенка и эффективного взаимодействия с детьми.
- *Переориентация* — самоисследование родительских позиций, развитие многомерности психологического видения детско-родительских и иных межличностных отношений, преодоление стереотипов, ригидных паттернов поведения.

### **Целевая группа:**

Программа рассчитана на детей и родителей, находящихся на социальной реабилитации в ГКУ «СРЦН Арзамасского района» от 3-18 лет.

### **Формы проведения занятий:**

Занятия проводятся 1-2 раза в неделю.

Формы проведения:

1. Групповая и индивидуальная деятельность.
2. Практическая работа.
3. Беседы и дискуссии.

**Ожидаемые результаты:**

- Осознание родителями всех последствий насилия и интеграция своих чувств.
- Использование на практике навыков межличностного общения, способствовать.
- Формирование уверенности родителей в воспитании своего ребенка и эффективного взаимодействия с детьми.

**Тематический план занятий**

**Занятие №1**

**Тема занятия:** «**Знакомство. Родительские позиции и стили взаимодействия с детьми.**».

**Цель:** знакомство участников друг с другом и с правилами групповой работы; осознание родительских установок, дифференциация их на «мешающие» и «помогающие» в процессе взаимодействия с ребенком; научиться различать эго-состояния Родителя, Взрослого и Ребенка.

**Ход занятия:**

1. Знакомство.
2. Упражнение «Самопрезентация».
3. Упражнение «Игра-разминка».
4. Упражнение «Ребенок в нас».
5. Упражнение «Родительские установки».
6. Подведение итогов занятия.
7. Домашнее задание.

**Занятие №2**

**Тема занятия:** «**Базовые психологические цели детского поведения.**».

**Цель:** знакомство с концепцией Адлера–Дрейкурса об «ошибочных целях» поведения; обучение навыкам активного слушания; осознание неэффективных паттернов реагирования в ситуации, когда ребенок преследует «ошибочную цель».

**Ход занятия:**

1. Обсуждение домашнего задания.
2. Упражнение «Памятник чувству».
3. Упражнение «Принятие чувств».
4. Ролевая игра «Достижение базовых целей».
5. Подведение итогов занятия.
6. Упражнение «Поддержка».
7. Домашнее задание.

**Занятие №3**

**Тема занятия:** «**Как мы воспитываем своих детей.**».

**Цель:** знакомство с содержанием и условиями благоприятного прохождения основных этапов формирования личности; осознание своих невербальных и вербальных проявлений эго-состояния «Свинский родитель».

**Ход занятия:**

1. Обсуждение домашнего задания.
2. Упражнение «Доверие».
3. Лекция «Основные этапы развития личности ребенка».
4. Упражнение «Детронация».
5. Упражнение «Свинский родитель».
6. Упражнение «Рисуем Свинского родителя».
7. Подведение итогов занятия.
8. Домашнее задание.

#### **Занятие №4**

**Тема занятия: «Проблемы дисциплины».**

**Цель:** осознание психотравмирующего влияния физического и эмоционального насилия на формирование личности ребенка; понимание логических последствий предоставления выбора для установления границ дозволенного поведения.

**Ход занятия:**

1. Упражнение «Я — хороший родитель».
2. Групповая дискуссия по результатам домашнего задания
3. Упражнение «Наказание».
4. Упражнение «Дисциплина».
5. Ролевая игра «Дисциплина».
6. Подведение итогов занятия.
7. Домашнее задание.

#### **Занятие №5**

**Тема занятия: «Поощрения и наказания».**

**Цель:** знакомство с принципами использования поощрений и наказаний.

**Ход занятия:**

1. Обсуждение домашнего задания.
2. Мозговой штурм «Поощрения и наказания».
3. Дискуссия о наказаниях и поощрениях.
4. Психогимнастическое упражнение «Футболка».
5. Домашнее задание.

#### **Занятие №6**

**Тема занятия: «Повышение самоуважения детей».**

**Цель:** знакомство с концепцией эффективного и неэффективного одобрения, с понятием неформального общения; обучение навыкам поддержки, закрепление навыков активного слушания; осознание роли ребенка в семейной структуре.

**Ход занятия:**

1. Обсуждение домашнего задания.
2. Упражнение «Праздник хвастунов».
3. Упражнение «Мозговой штурм».
4. Упражнение «Неформальное общение».
5. Упражнение «Неформальное общение».
6. Упражнение «Похвала и поддержка».
7. Подведение итогов занятия.
8. Домашнее задание.

#### **Занятие №7**

**Тема занятия: «Переориентация контроля».**

**Цель:** осознание неэффективных стратегий родителей; обучение методике передачи ребенку ответственности за свою жизнь.

**Ход занятия:**

1. Обсуждение домашнего задания
2. Упражнение «Снятие напряжения».
3. Упражнение «Должен или хочу?».
4. Упражнение «Охапка обязанностей».
5. Упражнение «Передача контроля».
6. Подведение итогов занятия.
7. Домашнее задание.

#### **Занятие №8**

**Тема занятия: «Права личности родителя».**

**Цель:** знакомство с понятием «психологические права личности»; осознание необходимости установления равноправных взаимоотношений с ребенком; овладение



навыком использования «Я-высказываний» для решения проблем, непосредственно касающихся жизни родителя.

**Ход занятия:**

1. Обсуждение домашнего задания
2. Упражнение «Парное приседание».
3. Упражнение «О ком я забочусь».
4. Упражнение «Весы обязанностей».
5. Упражнение «Мозговой штурм».
6. Упражнение «Позаботься о своем внутреннем ребенке».
7. Упражнение «Лавина».
8. Подведение итогов занятия.
9. Домашнее задание.

**Занятие №9**

**Тема занятия: «Конфликты и способы их решения».**

**Цель:** знакомство с понятием «отрицательное внимание»; осознание своих типичных реакций в конфликтных ситуациях; обучение конструктивному решению конфликтов.

**Ход занятия:**

1. Обсуждение домашнего задания.
2. Упражнение «Внимание, конфликт!»
3. Упражнение «Конфликтная ситуация».
4. Подведение итогов занятия.
5. Домашнее задание.

**Занятие №10**

**Тема занятия: «Родительский практикум».**

**Цель:** отработка комплексного применения опыта, полученного в тренинге, для решения конкретных педагогических задач; подведение итогов работы группы, осознание позитивных изменений в сфере детско-родительских взаимоотношений.

**Ход занятия:**

1. Упражнение «Парадоксальная социометрия».
2. Ролевое проигрывание ситуаций.
3. Подведение итогов работы группы.
4. Домашнее задание.

**Занятие №11**

**Тема занятия: «Праздник Семьи».**

**Цель:** отработка навыков сотрудничества и равноправных взаимоотношений с ребенком; закрепление позитивного опыта неформального общения; создание атмосферы взаимопонимания и доверия между членами семьи и тренинговой группы.

**Ход занятия:**

1. Торжественное вручение дипломов об успешном прохождении тренинга.
2. Психологические игры и упражнения.
3. Праздничный концерт.
4. Ритуал завершения праздника.

## **Социально-реабилитационная программа «Помоги себе выжить!»**

Программа направлена на профилактику алкогольной зависимости в семьях группы риска. К данной группе мы относим семьи, в которых к употреблению алкоголя склонны один или оба родителя, находящиеся на ранней, т.е. обратимой, стадии зависимости от спиртного. Группы могут быть сформированы из родителей, желающих восстановить гармоничные взаимоотношения с детьми – подростками, замеченными в употреблении алкоголя, и быть, своего рода психотерапевтами в собственной семье.

Также, данная программа может быть использована и в работе с молодыми супругами, стремящимися противостоять негативным социальным и наследственным факторам, провоцирующим неблагополучие семьи. Программа базируется на четырех компонентах, обеспечивающих системное погружение в проблему: это информирование, раскрытие личностных ресурсов, когнитивное развитие и стимулирование рефлексивной деятельности.

#### **Цели программы:**

- Профилактика алкогольной зависимости взрослых членов семьи.
- Коррекция социальных и нравственных отклонений, свойственных семьям, склонным к употреблению алкоголя.
- Повышение уровня ответственности родителей за благополучие детей и семьи в целом.

#### **Задачи программы:**

- Способствовать формированию мотивации участников тренинговых занятий на совместное взаимодействие и на изменение неконструктивного поведения.
- Информировать членов группы об особенностях развития алкогольной зависимости и ее разрушительном воздействии на физическое и психическое здоровье человека.
- Повышать психологическую компетентность родителей.
- Побуждать участников к осознанному и ответственному отношению к собственной судьбе и судьбе близких людей.
- Способствовать раскрытию личностного потенциала членов группы и выявлению зон психологической и социальной компенсации.
- Создавать условия для открытого и безопасного сотрудничества, направленного на совместное решение проблемных вопросов в контексте тренинговых занятий.

**Целевая группа:** родители, страдающие от алкогольной зависимости и дети из этих семей.

#### **Формы проведения:**

Практический блок рассчитан на 14 часов и состоит из 7 тренинговых занятий по 2 часа каждое. Количество участников от 10-14 человек. Занятия рекомендуется проводить ежедневно в течение недели.

#### **Ожидаемые результаты:**

- Снятие эмоционального напряжения.
- Адекватное познание себя и других.
- Будут приобретены навыки решения проблем межличностных отношений, навыки бесконфликтного поведения, навыки формирования здорового образа жизни.

#### **Тематический план занятий**

##### ***Занятие №1***

**Тема занятия:** «Знакомство. Моя семья – мой мир».

##### **Цели занятия:**

- Формирование мотивации у членов группы на совместное взаимодействие.
- Создание атмосферы доверия и открытости в группе.
- Информирование по теме и побуждение к рефлексии.
- Диагностика и самодиагностика.

##### **Ход занятия:**

1. Упражнение «Знакомство. Принятие правил».

2. Упражнение «О моей семье и отношении к алкоголю».
3. Мозговой штурм «Психологический климат в семье».
4. Рефлексия.
5. Домашнее задание.

### **Занятие №2**

**Тема занятия: «В кривом зеркале».**

**Цели занятия:**

- Погружение в проблему (информирование, дискуссионная и групповая работа).
- Повышение уровня психологической компетентности членов группы.
- Побуждение к рефлексии, как средству самопознания и саморазвития личности участников группы.

**Ход занятия:**

1. Упражнение «Я- сообщение» или «Интроспекция».
2. Мозговой штурм «К каким последствиям приводит игнорирование сигналов нашего сложного «Я»?»
3. Мозговой штурм «Стадии формирования алкогольной зависимости».
4. Используются иллюстрации «От кайфа - к безумию и нищете» или «Пьют в компании, а гибнут в одиночку».
5. Беседа «Поговорим о последствиях».
6. Упражнение «Подведем итог».

### **Занятие №3**

**Тема занятия: «Я – это целый мир».**

**Цели занятия:**

- Погружение в свой внутренний мир с использованием методов арт-терапии.
- Снятие внутренних барьеров, мешающих открыто говорить о своих чувствах.
- Побуждение к поиску творческих форм для самовыражения и проявления индивидуальности.

**Ход занятия:**

1. Упражнение «Мое настроение».
2. Повторение (краткий обзор предыдущей встречи).
3. Упражнение «Мой внутренний мир».
4. Упражнение «Драгоценный груз».
5. Упражнение «Доверие» или «Былинка и ветер».
6. Упражнение «Подведем итог».

### **Занятие №4**

**Тема занятия: «Моя семья – мое богатство».**

**Цели занятия:**

- Осознание и принятие ценностных ориентиров, лежащих в основе благополучия семьи.
- Анализ собственной роли в жизни семьи и принятие ответственности за ее успехи и неудачи.
- Осознание прямой зависимости между душевным (внутренним) состоянием человека и благополучием окружающих его близких.
- Поиск опор в собственном личностном ресурсе и ресурсы семьи.

**Ход занятия:**

1. Упражнение «Приветствие».
2. Упражнение «Семья и семейные ценности».
3. Упражнение «Один в поле не воин» или «Разрывание на части».
4. Подводим итог занятия.

### **Занятие №5**

**Тема занятия: «Семья против алкоголя».**

**Цели занятия:**

- Отработка навыков защиты своего психологического «Я».
- Обучение приемам противостояния негативному внешнему влиянию и отстаиванию собственной позиции.
- Информирование и последующее обсуждение группой практических шагов, предупреждающих манипулирование со стороны пьющего члена семьи.

**Ход занятия:**

1. Упражнение «Я - сообщение».
2. Упражнение «Да! Но...».
3. Упражнение «Отказ» или «Психологический пленник».
4. Упражнение «Прощание».

### **Занятие №6**

**Тема занятия: «Мои ценности – моя судьба».**

**Цели занятия:**

- Стимулировать участников группы к осознанию собственных жизненных ценностей и выбору наиболее значимых из них.
- Обучение приемам саморегуляции психологических состояний (самопомощь).
- Развитие навыков рефлексии.

**Ход занятия:**

1. Ритуальное приветствие.
2. Упражнение «Мои ценности».
3. Точечный активизирующий массаж по методике «Шиацу».
4. Упражнение «Пресс».
5. Подведение итогов дня.
6. Прощание.
7. Домашнее задание.

### **Занятие №7**

**Тема занятия: «Цель определяет путь».**

**Цели занятия:**

- Создание атмосферы, способствующей максимальной эмоциональной включенности участников тренинга в проблематику.
- Диагностика видения перспектив, связанных с возвращением к здоровому образу жизни.
- Стимулирование личностного потенциала участников, являющегося опорой для разрешения сложных жизненных вопросов.

**Ход занятия:**


1. Упражнение «Приветствие группе». «Я хочу вам сказать...».
2. Упражнение «Сказка про хорошего человека».
3. Упражнение «Распутай меня».
4. Упражнение «Подведение итогов».
5. Упражнение «Свеча».
6. Прощание с участниками тренинга.

**Изучение осведомленности несовершеннолетних о психоактивных веществах.**

**1. Анонимная анкета.**

1. Твой возраст: \_\_\_\_\_


2. Твой пол: М / Ж (подчеркнуть)

3. Куришь ли Ты? Нет / Да 

4. В каком возрасте Ты начал курить? \_\_\_\_\_

5. Сколько сигарет Ты выкуриваешь:  
 А) курю от случая к случаю;  
 Б) примерно \_\_\_\_\_ сигарет в день;

---

6. Ты принимал алкогольные напитки? Нет / Да 

7. В каком возрасте Ты впервые попробовал (осознанно) алкогольные напитки? \_\_\_\_\_

8. Как часто Ты употреблял алкогольные напитки:  
 А) один или несколько раз в жизни;  
 Б) 1-3 раза в месяц;  
 В) 1-2 раза в неделю;  
 Г) бывает несколько дней подряд.

9. Какие спиртные напитки Ты выбирал чаще:  
 А) пиво;  
 Б) слабоалкогольные напитки («отвёртка», «джин-тоник»...);  
 В) вино;  
 Г) крепкие алкогольные напитки (водка, спирт, коньяк, виски).

10. Для чего, чаще всего, Ты употреблял алкоголь:  
 А) чтобы получить удовольствие;  
 Б) для улучшения настроения или снятия стресса;  
 В) от скуки (нечем заняться);  
 Г) за компанию, как все;  
 Д) чтобы было легче общаться;  
 Е) по значимым традиционным поводам (важные праздники);

---

11. Ты принимал наркотические вещества? Нет / Да / Употребляю и в настоящее время / (Подчеркнуть)

12. Если Ты принимал, то подчеркни какие:  
 А) конопля, марихуана, анаша, насвай;  
 Б) героин, наркотики из мака, метадон;  
 В) психостимуляторы (винт, экстази, Hi-speed [хай спид]);  
 Г) галлюциногены (ЛСД, PSP, «грибы» ...) \_\_\_\_\_;  
 Д) другое (впишите) \_\_\_\_\_;

---

13. Принимал ли Ты токсические вещества? Нет / Да / Употребляю и в настоящее время /

14. Если Ты принимал, то подчеркни какие:  
 А) средства бытовой химии (клей, бензин, лак, краски, другое \_\_\_\_\_);  
 Б) лекарства («колёса»).

СПАСИБО. СПАСИБО.

**1.1 Анкета «Что мы знаем о курении?»**

*Инструкция:* ответьте на вопросы анкеты.

1. Некурящие вынуждены страдать от заболеваний дыхательной системы в результате пассивного курения. (да нет)
2. Курение помогает расслабиться, когда человек нервничает. (да нет)
3. В легких человека, выкуривающего каждый день в течение года по пачке сигарет, оседает 1 литр табачной смолы. (да нет)
4. Физические упражнения нейтрализуют вред, наносимый курением. (да нет)
5. Одной сигареты достаточно, чтобы участился пульс, повысилось кровеносное давление, нарушились нормальное кровообращение и циркуляция воздуха в легких. (да нет)
6. Большинство курящих получают удовольствие и не собираются бросать курить. (да нет)

**1.2 Тест «Мои знания о курении»**

*Инструкция:* при ответе на вопрос напишите сбоку "верно" или "неверно".

1. Подростки курят, чтобы "быть как все".

2. Некурящие вынуждены страдать от заболеваний дыхательной системы в результате пассивного курения.
3. Курение помогает расслабиться, когда человек нервничает
4. В легких человека, выкуривающего каждый день в течение года по пачке сигарет, оседает 1 литр табачной смолы.
5. Физические упражнения нейтрализуют вред, наносимый курением.
6. Одной сигареты вполне достаточно, чтобы участился пульс, повысилось кровяное давление, нарушились нормальное кровоснабжение и циркуляция воздуха в легких.
7. Большинство курящих получают от курения удовольствие и не собираются бросать.
8. Табакокурение является одной из основных причин заболеваний сердца.
9. Большинство подростков в состоянии бросить курить в любое время.
10. Нет ничего страшного в том, что подростки "балуются" сигаретами, если они оставят это занятие до того, как курение превратится в привычку.

**Ответы:**

1. Верно    2. Верно    3. Неверно    4. Верно    5. Неверно
6. Неверно    7. Неверно    8. Верно    9. Неверно    10. Неверно

**1.3 Тест «Незаконченное предложение»**

*Инструкция:* продолжите фразу.

1. Курение - это...
2. Сигарета в руке - это показатель...
3. Не курить - это значит не...
4. Курение в нашей семье - это...
5. В моей семье курит лишь - ...

**1.4 Анкета «Вредно ли курить?»**

*Инструкция:* прочтите, пожалуйста, эти утверждения и найдите нужный вариант ответа.

1	Сколько веществ содержится в табачном дыме?	1. 20-30 2. 200-300 3. Свыше 3000
2	Сколько процентов вредных веществ способен задержать сигаретный фильтр?	1. Не более 20% 2. 40% 3. 100%
3	Сколько микрочастиц сажи содержится в 1 куб.см. табачного дыма?	1. До 3 миллионов 2. До 10000 3. До 1000
4	Верно ли, что в большинстве стран модно курить?	1. Курить никогда не было модно. 2. Курить модно. 3. Мода на курение прошла.
5	Что вреднее?	1. Дым от сигареты. 2. Дым от газовой горелки. 3. Выхлопные газы.
6	На сколько лет раньше рискуют умереть женщины, мужья которых курят?	1. На 4 года 2. На 10 лет 3. На 15 лет
7	Много ли мужчин осуждает курение женщин?	1. 10-20% 2. 40-60% 3. Более 80%
8	Из 1000 подростков, начавших курить, как много умрут от болезней, связанных с курением?	1. Не менее 100 человек. 2. Менее 200 человек. 3. Около 250 человек.
9	У кого наибольшая зависимость от табака?	1. У тех, кто начал курить до 20 лет. 2. У тех, кто начал курить после 20 лет. 3. Табачная зависимость не связана с возрастом, в котором человек начал курить.

**Правильные ответы:** 1.3, 2.1, 3.1, 4.3, 5.1, 6.1, 7.3, 8.3, 9.1.

**1.5 Анкета «Отношение к алкоголю»**

*Инструкция:* прочтите эти утверждения и укажите, согласны вы с ними или нет.

1. Здоровый человек может выпить три кружки пива за один час без последующей потери самоконтроля или замедления реакции.
2. Употребление алкоголя в смеси с определенными наркотиками может привести к смертельному исходу.

3. Крепкие напитки (виски, ром, джин, водка и т.д.) являются более вредными для организма, чем другие алкогольные напитки (вино, пиво и т.д.).
4. Алкоголь-это яд.
5. Половина дорожных происшествий является результатом вождения в нетрезвом виде.
6. Алкоголь препятствует быстрой реакции.
7. Алкоголь отравляет печень и может вызвать омертвление тканей (после чего они не восстанавливаются).
8. Беременные женщины не должны пить, поскольку исследования показали, что алкоголь способен повредить еще не родившемуся ребенку и иногда может вызвать у него умственную отсталость.
9. Большинство алкоголиков - деградировавшие люди с низким уровнем образования.
10. Алкоголь искажает ощущения и иногда приводит к тому, что выпившему человеку становится жарко при опасно холодной погоде.
11. Подросток может стать алкоголиком от пива.
12. Многие алкоголики начинают пить до 20-летнего возраста.

**А теперь оцените свой результат:**

Да – 2, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12.

Нет – 1, 3, 9, 10.

**1.6 Анкета по проблеме наркомании для образовательных учреждений**

*Инструкция:* выберите правильный ответ или несколько и пометьте галочкой.

Ваш возраст \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_

**1. Что Вам известно о наркотиках?**

- а) личный опыт
- б) опыт друзей, знакомых
- в) информация в СМИ

**2. Есть ли у Вас друзья или знакомые, пробовавшие или употребляющие наркотические и токсические вещества?**

- а) да
- б) нет

**3. Предлагали ли Вам друзья или знакомые попробовать наркотические или токсические вещества?**

- а) да
- б) нет

**4. Пробовали ли Вы сами наркотические или токсические вещества?**

- а) да
- б) нет

**5. Если пробовали, то какие? \_\_\_\_\_**

**6. Что на Ваш взгляд толкает людей на потребление наркотиков?**

- а) одиночество
- б) любопытство
- в) влияние окружающих

**7. О каких видах наркотиков, распространяемых на территории Липецкой области Вам известно? \_\_\_\_\_**

**8. Наркомания – это:**

- а) преступление
- б) вредная привычка
- в) болезнь

**9. Специалисты утверждают, что наркомания неизлечима. Ваша точка зрения?**

- а) да, это диагноз на всю жизнь
- б) да, практически неизлечима
- в) нет, шанс есть всегда
- г) нет, излечение зависит от человека

**10. Какая зависимость труднее всего поддается лечению?**

- а) психическая
- б) физическая

**11. Российским законодательством в уголовном порядке наказывается:**

- а) употребление наркотиков

- б) изготовление наркотиков
- в) хищение или вымогательство наркотических веществ

**12. Считаете ли Вы, что употребление наркотиков каннабисной группы (марихуана) вызывает привыкание, зависимость?**

- а) да
- б) нет
- в) не знаю
- г) нет ответа

**13) Какое чувство вызывают у Вас наркоманы?**

- а) сострадание
- б) нетерпимость
- в) толерантность

**14. Что, на Ваш взгляд, может изменить ситуацию с незаконным потреблением наркотиков?**

- а) изменение законодательства в сторону ужесточения ответственности за сбыт и распространение наркотиков
- б) введение обязательного принудительного лечения от наркомании
- в) усиление антинаркотической пропаганды среди молодежи
- г) увеличение числа досуговых учреждений (доступность кружков, секций)

**15. Следует ли вводить, на Ваш взгляд, обязательное анонимное тестирование несовершеннолетних и молодежи на предмет раннего выявления наркоманов?**

- а) да
- б) нет
- в) затрудняюсь ответить

**16. Какие формы профилактики наркомании Вы считаете наиболее интересными? Укажите их.** \_\_\_\_\_

### 1.7 Анкета «Наркотики и подросток»

Инструкция: ответьте на вопросы анкеты.

**1. Много ли у тебя свободного времени?**

- да;
- нет.

**2. Как ты учишься?**

- отлично;
- хорошо;
- удовлетворительно;
- плохо.

**3. Чем занимаешься в свободное время?**

- читаю;
- занимаюсь в спортивной секции;
- занимаюсь в кружке, изостудии;
- смотрю телевизор;
- слушаю музыку;
- собираемся со сверстниками во дворе, подъезде, подвале;
- что-то другое (указать что).

**4. Знаешь ли ты, что такое наркомания?**

- да;
- нет;
- затрудняюсь ответить.

**5. Предлагали ли тебе когда-нибудь наркотик?**

- да;
- нет.

**6. Если предлагали, то кто?**

- друг;
- одноклассник;
- родственник;
- незнакомый человек;
- знакомый, сам употребляющий наркотики.



**7. Пробовал ли ты наркотическое вещество?**

- да;
- нет.

**8. Знаешь ли ты о пагубном действии наркотиков на здоровье человека?**

- да;
- знаю, но со мной этого не случится;
- знаю, но я всегда смогу бросить принимать;
- наркотики;
- нет.

**9. Как ты думаешь, чем можно предотвратить употребление наркотиков?**

- достоверной информацией о наркотиках и последствиях их употребления;
- осознанием губительности пути употребления наркотиков;
- запретами со стороны родителей и взрослых;
- ужесточением законов;
- другое (что именно);
- затрудняюсь ответить.

**10. Кому ты доверяешь, к чьим словам прислушиваешься в вопросах о наркомании?**

- друзьям;
- людям, испытавшим на себе действие наркотиков;
- знакомым;
- работникам правоохранительных органов;
- родителям, родственникам;
- одноклассникам;
- врачам-наркологам;
- учителям;
- средствам массовой информации;
- другое (укажи).

**11. Как на тебя действует информация о наркотиках, которую ты получаешь из бесед в школе, телепередач, публикаций в газетах?**

- вызывает негативное отношение к употреблению наркотиков;
- вызывает желание попробовать;
- не влияет на мое отношение к наркотикам;
- затрудняюсь ответить.

**12. Нужна ли тебе информация о наркотиках, наркомании и последствиях?**

- да;
- нет.

**13. Где бы ты хотел получить эту информацию?**

- в школе;
- от родителей;
- из телепередач;
- из специальной литературы;

**14. Что бы ты предпринял, если бы узнал, что твой друг употребляет наркотики?**

- сообщил бы родителям;
- посоветовал бы обратиться в наркологический диспансер;
- сообщил бы классному руководителю;
- поговорил бы с другом и предложил свою помощь;
- ничего бы не сделал, это его личное дело;
- другое (укажи).

**1.8 Методика выявления степени информированности о вредных привычках несовершеннолетних от 11 до 18 лет**

Данная методика предназначена для выявления отношения к вредным привычкам от несовершеннолетних от 11 до 18 лет

Она состоит из 3 – х частей:

1 часть с вопросами № 1, № 2, №3 основана на методике «Незаконченные предложения», предполагающей свободный ответ на предложенный вопрос.

2 часть с вопросами №4, №5, №6, № 7, №8 основана на вопросах и вариантах ответа на них. Каждый вариант ответа имеет свою модальность (А – положительную, Б – нейтральную, В – негативную).

3 часть с вопросами № 9 и № 10 основана на вопросах и вариантах ответа на них. Выявляется степень информированности респондента о вредных привычках и мнение об источниках их появления.

## Анкета

### 1 часть. Продолжите, пожалуйста, предложения:

1. По моему мнению, вредные привычки это:

---

2. Самыми пагубными вредными привычками я считаю:

---

3. Последствиями вредных привычек я считаю:

---

### 2 часть. Ответьте на предложенные Вам вопросы, выбрав один из вариантов ответа.

4. Ваше отношение к вредным привычкам?

А – положительное

Б – нейтральное

В - негативное

5. Какой способ борьбы с вредными привычками Вы выберете?

А – ничего не будете делать

Б – оставите на сегодняшнем уровне

В - Ужесточите наказание

6. Если среди Ваших друзей окажется человек, который употребляет наркотики то вы?

А – продолжите с ним общаться

Б – измените к нему отношение

В – перестанете с ним общаться

7. Если Ваш (а) друг (подруга) решит попробовать наркотики то вы?

А – Поддержите

Б – Оставьте выбор за ним (ней)

В – Попытайтесь отговорить

8. Если Ваш (а) друг (подруга) решит попробовать алкоголь или табачные изделия то вы?

А – Поддержите

Б – Оставьте выбор за ним (ней)

В – Попытайтесь отговорить

### 3 часть. Ответьте на предложенные Вам вопросы, выбрав один из вариантов ответа.

9. Что, по вашему мнению, является источником появления вредных привычек?

А – Семья

Б – Улица

В – Средства массовой информации

Г – Ближайшее окружение человека

Свой ответ - \_\_\_\_\_

10. Оцените Вашу степень информированности о видах и способах употребления алкоголя, табачных изделий и наркотических средств от 1 до 10: 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### 1.9 Анкета «Вредные привычки. Как им противостоять?»

*Инструкция:* ответьте на вопросы анкеты.

Ваш пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

1. Считаете ли вы серьезной проблему получения школьниками, студентами, молодежью информации о влиянии различных вредных привычек на организм (свой и окружающих)?

2. Как вы считаете, обладаете ли вы достаточной информацией о реальном действии на организм наркотических средств, табака, алкоголя и мерах профилактики, борьбы и лечения? Источник поступления сведений:

А) школьное и студенческое образование

Б) пресса и телевидение

В) общение со сверстниками или укажите другой источник

3. Что вы считаете вредными привычками? (перечислить)
5. Какая (какие) из вредных привычек, на ваш взгляд, является наиболее вредной и почему? (обосновать ответ)
6. Назовите наиболее распространенную вредную привычку среди ваших знакомых и назовите причины, на ваш взгляд, являющиеся основой возникновения этой привычки.
7. Как вы относитесь к наличию вредных привычек у своих близких и друзей?
8. Влияет ли на продолжение дружеских отношений факт приема наркотиков вашим другом (подругой)?
9. Какие причины, на ваш взгляд, могут служить оправданием постоянного приема алкоголя или наркотиков?
10. Есть ли для вас разница, какой именно вид наркотических препаратов принимает человек?
11. Одинаково ли ваше отношение к наличию вредных привычек у мужчин и женщин?
12. Возможно ли, на ваш взгляд, избавиться от вредных привычек самостоятельно?
13. Как вы считаете, нужны ли социальные меры борьбы с вредными привычками, и какие меры, на ваш взгляд, являются наиболее действенными?
14. Имеете ли вы вредные привычки? Если да, то:
  - А) какие?
  - Б) в каком возрасте приобретены?
  - В) при каких обстоятельствах?
15. Испытываете ли вы комфорт или дискомфорт от наличия у вас вредной привычки? Если да, то, что именно вам нравится (не нравится)?
16. Хотите ли вы избавиться от своих вредных привычек? Если да, то что вы пытались предпринять или планируете предпринять в связи с этим?
17. Имеете ли вы личный опыт избавления от вредной привычки? Если да, то, каким способом вам удалось достичь успеха?
18. Ваше отношение к рекламе табака и спиртных напитков в средствах массовой информации?
19. Ваше отношение к наличию у 45% современных школьников России вредных привычек?
20. Если бы вы узнали, что ваш ребенок курит, принимает алкоголь, наркотики, то:
  - А) какова была бы ваша реакция на это?
  - Б) какие действия вы бы предприняли (или не предприняли) бы в связи с этим фактом?
21. Как совмещаются занятия спортом с наличием вредной привычки?
22. Каково ваше отношение к употреблению допингов в различных видах спорта?
23. Какое действие на организм оказывает курение?
24. Какое действие на организм оказывает постоянный прием спиртных напитков?
25. Какое действие на организм оказывает прием наркотических препаратов?
26. Каково побочное действие приема допингов спортсменами?
27. Каковы, на ваш взгляд, последствия глобальной наркотизации России на современном этапе?
28. Назовите факторы, способствующие, на ваш взгляд, увеличению числа курящих, пьющих, принимающих наркотики детей в России?
29. В каких странах проблема наркомании стоит столь же остро, как в России и каковы, на ваш взгляд, причины этого явления?
30. Ваши предложения по мерам борьбы с распространением наркомании в России.

31. Ваши предложения по мерам борьбы с распространением курения и алкоголя в России.

### 1.10 Анкета для проверки знаний по проблеме наркомании

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы. Ответ помечайте крестиком под одним из утверждений.

	<i>Утверждение-вопрос</i>	<i>Верно</i>	<i>Неверно</i>	<i>Не знаю</i>
1	Легкие наркотики безвредны.			
2	Наркомания - это преступление.			
3	Наркотики повышают творческий потенциал.			
4	Наркомания - это болезнь.			
5	У многих молодых людей возникают проблемы с законом из-за наркотиков.			
6	Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент.			
7	Наркомания излечима.			
8	Многие подростки начинают употребление наркотиков «за компанию».			
9	Люди, употребляющие наркотики, очень часто не осознают, что зависят от них.			
10	Наркоман может умереть от СПИДа.			
11	Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.			
12	По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет.			
13	Наркоман может умереть от передозировки.			
14	Продажа наркотиков не преследуется законом.			
15	Наркомания неизлечима.			

### 1.11 Тест «ПАВ»

*Инструкция:* прочтите данные утверждения и укажите, согласны вы с ними или нет.

1. Большинство ПАВ не представляет собой серьезной угрозы здоровью, если принимаются в умеренных количествах.
2. Люди, употребляющие ПАВ, склонны совершать жестокие, криминальные преступления, о которых впоследствии не помнят.
3. ПАВ вызывают у человека потерю интереса к той деятельности, которая раньше была интересна.
4. В каждом психоактивном веществе содержатся яды.
5. Даже однократное применение ПАВ может вызвать смерть.
6. Каждый раз, когда человек находится в состоянии наркотического опьянения, происходит разрушение клеток мозга, которые затем не восстанавливаются.
7. После употребления ПАВ, принявший их, человек нуждается в еще большем их количестве для получения так называемого «удовлетворения».

#### **Обработка результата:**

ДА - 2, 3, 4, 5, 6, 7.

НЕТ - 1.

### 1.12 Анкета «Отношение к наркомании»

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы, выбрав один из вариантов ответов.

#### **1. Считаешь ли ты, что наркомания - угроза для будущих поколений?**

- А). Да, употребление наркотиков ни к чему хорошему не приведет.
- Б). Нет, наркомания - это ерунда, страшного и опасного в этом ничего нет.
- В). Не знаю.

#### **2. Как, по твоему мнению, становятся наркоманами?**

- А). Под влиянием друзей.
- Б). Наркоманами становятся те, кому нечем заняться.

- В). Те, кто думает, что, став наркоманами, можно выделиться из массы своих сверстников.
- Г). Употребление наркотиков помогает уйти от неразрешимых проблем.
- Д). Все начинается с курения и слабой воли.

**3. Кто виноват, что люди начинают принимать наркотики?**

- А). Наркоторговцы.
- Б). Средства массовой информации.
- В). Родители.
- Г). Виноват тот, кто сам начинает их принимать.
- Д). Друзья.
- Е). Школа.

**4. Пробовал ли ты сам наркотики?**

Если да, то это было добровольно или по принуждению?

**5. Если бы твой друг стал наркоманом, ты бы к нему относился по-прежнему?**

- А). Помог бы бросить эту отраву.
- Б). К сожалению, у меня уже есть такие друзья.
- В). Перестал бы считать другом тех, кто начал принимать наркотики.

**6. Что бы ты предложил(а) для борьбы с наркоманией?**

- А). Расширять различные движения по борьбе с наркоманией.
- Б). Применять жесткие меры к распространителям наркотиков.
- В). Наполнить досуг чем-то интересным.
- Г). Пополнять свои знания об этом страшном зле путем чтения художественной и познавательной литературы
- Д). Родителям внимательно следить за поведением и общением детей.
- Е). Изобрести специальные лекарства для тех, кто стал наркоманом.
- Ж). Перестать быть равнодушным к чужой беде.

**Выявление несовершеннолетних, склонных к употреблению ПАВ**

**Анкета для определения подростковой наркомании.**

<b>1. Обнаружили ли Вы у ребёнка:</b>	
1. Снижение успеваемости в школе в течение последнего года.	50
2. Неспособность рассказать Вам о том, как протекает общественная жизнь в школе.	50
3. Потерю интереса к спортивным и иным внеклассным мероприятиям.	50
4. Частую, непредсказуемую смену поведения.	50
5. Частые синяки, порезы, причины появления которых он не может объяснить.	50
6. Частые простудные заболевания.	50
7. Потерю аппетита, похудание.	50
8. Частое выпрашивание у Вас или у родственников денег.	50
9. Понижение настроения, негативизм, критическое отношение к обычным вещам и событиям.	50
10. Самоизоляцию, уход от участия в семейной жизни.	50
11. Скрытность, уединённость, задумчивость, длительное прослушивание магнитофонных записей.	50
12. Позицию самозащиты в разговоре об особенностях поведения.	50
13. Гневность, агрессивность, вспыльчивость.	50
14. Нарастающее безразличие, потерю энтузиазма.	100
15. Резкое снижение успеваемости.	100
16. Татуировки, следы ожогов сигаретой, порезы на предплечьях.	100
17. Бессонницу, повышенную утомляемость, сменяющуюся необъяснимой энергией.	100
18. Нарушение памяти, неспособность мыслить логически.	100
19. Отказ от утреннего туалета, не заинтересованность в смене одежды и т. п.	100
20. Нарастающую лживость.	100
21. Чрезмерно расширенные или суженные зрачки.	200
22. Значительные суммы денег без известного источника дохода.	300
23. Частый запах спиртного или появление запаха гашиша от одежды.	300
24. Потерю памяти на события, происходившие в период опьянения.	300
25. Наличие шприца, игл, флаконов, закопченной посуды, марганца, уксусной кислоты, ацетона, растворителей.	300
26. Наличие неизвестных таблеток, порошков, соломы, травы и т.п., особенно если их скрывают.	300
27. Состояние опьянения без запаха спиртного.	300
28. Покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке, следы от укулов.	300
<b>2. Слышали ли Вы от ребенка:</b>	
1. Высказывания о бессмысленности жизни.	50
2. Разговоры о наркотиках.	100
3. Отстаивание своего права на употребление наркотиков.	200
<b>3. Сталкивались ли Вы со следующим:</b>	
1. Пропажей лекарств из домашней аптечки.	100
2. Пропажей из дома денег, ценностей, книг, одежды и т. д.	100
<b>4. Случалось ли с Вашим ребенком:</b>	
1. Задержание в связи с употреблением опьяняющих средств на дискотеках, вечерах и т. п.	100
2. Задержание в связи с вождением автотранспорта в состоянии опьянения.	100
3. Совершение кражи.	100
4. Арест, в связи с хранением, перевозкой, приобретением или сбытом наркотиков.	300
5. Другие противоправные действия, происходящие в состоянии опьянения (в том числе и алкогольного).	100

Если Вы нашли для констатации более чем 10 признаков и их суммарная оценка превышает 2000 баллов, Вам необходимо обратиться за консультацией к врачу психиатру-наркологу.

## 2.1 Опросник «Склонность к аддиктивному поведению»

**1. Продолжи, пожалуйста, предложение. «Мои годы — это лучшее время для того, чтобы...» (Не более 3 выборов).**

- 1) развлекаться и приятно проводить время;
- 2) учиться, получать образование;
- 3) найти хороших и верных друзей;
- 4) испытать острые ощущения;
- 5) заработать «большие» деньги;
- 6) найти хорошую работу;
- 7) сохранить свое здоровье;
- 8) жить с комфортом;
- 9) достигнуть самостоятельности, свободы от родителей;
- заниматься спортом, физическим развитием;
- 10) что еще?

**2. Представить жизнь без проблем очень сложно. Ты наверняка тоже сталкиваешься с ними. Назови 5 наиболее серьезных для тебя проблем.**

- 1) дискотеки, молодежные клубы;
- 2) внешняя непривлекательность;
- 3) продолжение образования после школы;
- 4) призыв в армию;
- 5) отсутствие молодежных организаций;
- 6) взаимоотношения с учителями;
- 7) национальные отношения, предубеждения;
- 8) одиночество;
- 9) проблемы со здоровьем;
- 10) преступность;
- 11) нехватка денег на карманные расходы, развлечения;
- 12) сексуальные проблемы;
- 13) наркотики;
- 14) непонимание со стороны близких;
- 15) отсутствие возможности устроиться на работу;
- 16) дороговизна жизни, невозможность купить необходимые вещи;
- 17) отсутствие любимого человека или плохие отношения с ним;
- 18) отношения с родителями;
- 19) криминальные группировки, бригады;
- 20) задержка выплаты зарплаты у родителей;
- 21) какие еще?

**3. У каждого человека есть своя цель в жизни. Чего хочешь достичь ты?**

**(Не более 3-х выборов.)**

- 1) Иметь материальный достаток.
- 2) Сделать профессиональную карьеру.
- 3) Развернуть свой бизнес.
- 4) Иметь свой бизнес.
- 5) Создать семью.
- 6) Выиграть много денег.
- 7) Воспитать детей и обеспечить их будущее.
- 8) Иметь домашний уют.
- 9) Реализовать свои таланты и способности.
- 10) Пока не знаю.
- 11) Чего еще?

## 2.2 Анкета «Мотивы курения»

*Инструкция:* прочтите, пожалуйста, эти утверждения и укажите, согласны вы с ними или нет.

Аргументы в пользу курения		Аргументы против курения	
1.	Подражание.	1.	Несколько первых сигарет приводит к легкому отравлению: обильное слюноотделение, тошнота, шум в ушах, головокружение, сердцебиение.
2.	Любопытство.	2.	Вырождающийся рефлекс курения переходит в область бессознательного, следовательно, труднее будет бросить курить.
3.	Баловство.	3.	Внесение в свой организм много ядов, а так же радиоактивные вещества токсичного дыма.
4.	Курящий учитель, тренер, родитель, кинокартины, телешоу.	4.	Подрыв здоровья, нарушение репродуктивных, иммунных, кровотворных систем.

5.	Родители, чтобы не отстать от моды, украшают дом красивыми зажигалками, пепельницами. Ребенок видит это.	5.	Регулярный неприятный кашель по утрам.
6.	Мода.	6.	Материальные затраты.
7.	Коротание времени.	7.	Неприятный запах изо рта.
		8.	Пожелтевшие зубы.
		9.	Погрубевший голос.
		10.	Постоянно занят какой-нибудь карман.
		11.	В отсутствие сигарет приходится поступаться своим достоинством «стрелять».
		12.	Дома - въевшийся запах табака, постоянно пыльное место вокруг пепельницы.
		13.	Прожженные вещи.
		14.	Отрицательный пример для младших.

### 2.3 Анкета «Мотивы, побуждающие молодежь употреблять алкоголь»

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы, выбрав один из вариантов ответов.

1. Пробовал ли ты алкогольные напитки? (нужное подчеркнуть) Да Нет
2. Если нет, то хотел бы попробовать? (нужное подчеркнуть) Да Нет
3. Что тебя побудило (побуждает) к этому? (укажи все возможные варианты)
  - Потому, что мне это нравится.
  - Потому что мне приятно быть немного пьяным.
  - Потому что мне скучно.
  - Потому что мои друзья тоже пьют.
  - Чтобы друзья не считали меня мокрой курицей.
  - Потому что большинство взрослых тоже пьют.
  - Чтобы легче было общаться с другими людьми.
  - Чтобы придать себе смелости и уверенности.
  - Чтобы быть спокойнее.
  - Чтобы было легче разговаривать с людьми.
4. Хотел бы ты, чтобы твоя будущая жена (муж) употребляли спиртные напитки ? Да Нет
5. Будешь ли ты сам в будущем употреблять спиртные напитки? Да Нет Иногда

### 2.4 Анкета «Отношение к спиртным напиткам»

*Инструкция:* ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы.

№	Вопросы	Баллы
1.	Мое желание выпить зависит от настроения.	+2
2.	Я избегаю пить спиртное, чтобы не стать излишне болтливым.	-1
3.	Периодами я выпиваю охотно, периодами меня к спиртному не тянет.	+1
4.	Люблю выпить в веселой компании.	+2
5.	Я боюсь пить спиртное, потому что, опьянев, могу вызвать насмешки и презрение.	-1
6.	Спиртное не вызывает у меня веселого настроения.	-1
7.	К спиртному я испытываю отвращение.	-3
8.	Спиртным я стараюсь заглушить приступ плохого настроения, тоски или тревоги.	+1
9.	Я избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и сильной головной боли впоследствии.	-1
10.	Я не пью спиртного, так как это противоречит моим принципам.	-3
11.	Употребление спиртных напитков в большом количестве меня пугает.	-1
12.	Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир.	+1
13.	Я выпиваю со всеми, чтобы не нарушить компанию.	+1
	Итого:	

**Система оценки:** Баллы суммируются алгебраически, т.е. с учетом знака.



1. При суммарной величине +2 и выше можно говорить о наличии психологической склонности к употреблению спиртных напитков.
2. Очень высокие показатели +6 и выше свидетельствуют не об интенсивной алкоголизации, а о стремлении демонстрировать свою склонность к выпивкам.
3. Отрицательная величина говорит об отсутствии психологической склонности к алкоголизации.
4. Величина, равная 0 или +1 является неопределенным результатом.

### **2.5 Анкета «Выявление отношения подростка к алкоголю»**

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы.

**1. Мое желание выпить зависит от настроения.**

- а) всегда
- б) иногда
- в) никогда

**2. Я избегаю пить спиртное, чтобы не проболтаться.**

- а) да
- б) нет
- в) другое

**3. Я выпиваю охотно.**

- а) иногда
- б) всегда
- в) другое

**4. Я люблю выпить в веселой компании.**

- а) да
- б) нет
- в) иногда

**5. Я боюсь пить спиртное потому, что в опьяненном виде, могу вызвать насмешки и презрение у сверстников.**

- а) да
- б) нет
- в) другое

**6. Спиртное не вызывает у меня веселого настроения.**

- а) да
- б) нет
- в) не всегда

**7. К спиртному я испытываю отвращение.**

- а) да
- б) нет
- в) другое

**8. Спиртным я стараюсь заглушить приступ плохого настроения.**

- а) да
- б) нет
- в) иногда

**9. Я избегаю пить спиртное из-за плохого самочувствия и сильной головной боли впоследствии.**

- а) да
- б) нет
- в) иногда

**10. Я не пью спиртного, так как это противоречит моим принципам.**

- а) да
- б) нет
- в) другое

**11. Спиртные напитки меня пугают.**

- а) да
- б) нет
- в) иногда

**12. Выпив немного, я особенно ярко воспринимаю окружающий мир.**

- а) да

- б) нет
- в) иногда

**13. Я выпиваю со всеми, чтобы не нарушить компанию.**

- а) да
- б) нет
- в) иногда

**2.6 Анкета «Вредные привычки»**

Анкета проводится с целью получения информации о формировании привычек курить, употреблять наркотические вещества у учащихся учебных заведений, выявлении роли воспитательного воздействия педагогов на формирование привычек здорового образа жизни у детей.

Анкета помогает получить информацию:

- о владении теоретическими сведениями по данному вопросу;
  - дает возможность овладеть статистическими данными по вопросу вредных привычек у школьников;
  - помогает проанализировать отношение родителей к вредным привычкам детей;
- дает возможность скоординировать работу педагогического коллектива по профилактике формирования вредных привычек у детей.

**Анкета для учащихся начальной школы**

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы.

**1. С какого возраста, по твоему, человеку можно:**

- курить
- употреблять спиртные напитки
- наркотические вещества

**2. Как ты относишься к ребятам, которые имеют привычки курить, выпивать (безразлично, завидую, осуждаю):**

- мальчикам
- девочкам

**3. Как твои родители относятся к таким привычкам?**

- категорически против
- осуждают
- безразлично.

**4. Твои родители курят, употребляют спиртные напитки, наркотики:**

- отец
- мать

**5. Пробовал ли ты (да, нет)**

- курить
- спиртные напитки
- наркотические вещества

**Анкета для учащихся 5 - 10 классов**

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы.

**1. С какого возраста, по-твоему, человеку можно:**

- курить
- употреблять спиртные напитки
- наркотические вещества

**2. Пробовал ли ты (да, нет):**

- курить
- употреблять спиртные напитки
- наркотические вещества

**3. С какой целью ты это делаешь (ради интереса, хочется)**

**4. Как часто ты это делаешь (постоянно, редко, никогда):**

- куришь
- употребляешь спиртные напитки
- наркотические вещества

**5. Что изменилось в жизни при появлении таких привычек:**

- положительного:
- отрицательного:

**6. Твои родители курят, употребляют спиртные напитки, наркотические вещества:**

- отец
- мать

**7. Как родители относятся к твоим привычкам?**

- запрещают категорически
- осуждают
- безразлично

**8. Как ты относишься к подросткам, которые имеют привычки курить, выпивать (безразлично, завидую, осуждаю):**

- юношам
- девушкам

**2.7 Анкета для опроса школьников 5, 6, 7-х классов по проблемам злоупотребления ПАВ**

1. Знаешь ли ты, что такое психоактивные вещества? Если знаешь, приведи примеры.
2. Есть ли у тебя друзья, которые курят?
3. Есть ли у тебя друзья, которые принимают алкогольные напитки?
4. Есть ли у тебя знакомые, которые употребляют наркотики?
5. Пробовал ли ты курить?
6. Как ты думаешь, почему некоторые ребята курят?
7. Курит ли у тебя кто-нибудь из родителей?
8. По-твоему, насколько вредно курить?
  - А) совсем не вредно, так как курение на здоровье не влияет;
  - Б) курить опасно, так как курение приводит к серьёзным нарушениям здоровья;
  - В) курить можно понемногу, ведь многие курят;
  - Г) возможные другие причины (сформулируй).
9. Какие наркотики и токсические вещества тебе известны?
10. По-твоему, насколько опасно действие наркотиков и токсических веществ?
  - А) и то, и другое опасно, так как сильно влияет на психику;
  - Б) и то, и другое разрушает внутренние органы и опасно для здоровья;
  - В) главное - не привыкать к наркотикам, а иногда их принимать не опасно.
11. Что тебя беспокоит в жизни больше всего?
  - А) твои отношения с родителями;
  - Б) отношения со сверстниками;
  - В) конфликты с педагогами;
  - Г) трудности в усвоении учебного материала;
  - Д) чем заняться в свободное время;
  - Е) другое (что именно).
12. Как ты обычно проводишь свободное время?
13. Знают ли твои родители, где и с кем ты проводишь свободное время?
  - А) да, знают всегда;
  - Б) знают не всегда;
  - В) как правило, не знают.

**2.8 Анкета для опроса школьников 8, 9, 10, 11-х классов по проблемам злоупотребления ПАВ**

1. Злоупотребления какими психоактивными веществами, на твой взгляд, больше распространено сейчас среди твоих сверстников?
2. Куришь ли ты?
3. Среди твоих друзей есть такие, которые курят?
4. Курят ли твои родители?
5. Как ты думаешь, почему ребята курят?
6. Как ты думаешь, курение опасно для здоровья, чем?
7. Говорят, что на дискотеках можно приобрести наркотики. О каких наркотиках ты слышал?
8. Как ты думаешь, какие из наркотиков легче всего достать в вашем городе, поселке?
9. Среди твоих друзей есть такие, кто употребляет наркотики или токсические вещества?
10. Приходилось ли тебе хотя бы раз попробовать наркотики или токсические вещества?
11. Как ты думаешь, почему подростки начинают принимать токсические вещества или наркотики?
12. Как ты считаешь, наркотики употреблять опасно? Почему?
13. Что тебя беспокоит в жизни больше всего?
  - А) возможность приобретения интересующей профессии?

- Б) твои отношения с родителями;
  - В) отношения между родителями;
  - Г) отношения со сверстниками;
  - Д) конфликты с педагогами;
  - Е) трудности в усвоении учебного материала;
  - Ж) личная жизнь;
  - З) другое (что именно).
14. Как ты обычно решаешь свои проблемы?
- А) советуешься с родителями;
  - Б) советуешься с друзьями;
  - В) решаешь проблемы самостоятельно.
15. Знают ли твои родители, где и с кем ты проводишь свободное время?
- А) да, знают всегда;
  - Б) знают не всегда;
  - В) как правило, не знают.

### 2.9 Анкета «Как я отношусь к наркотикам?»

*Инструкция:* отвечая на вопрос, поставьте галочку напротив нужного ответа. Данная информация не будет использована против Вас.

**Как Вы относитесь к потреблению наркотиков в следующих ситуациях?**

Ситуации	Одобрю	Не одобряю	Безразлично
В компаниях сверстников, где все употребляют наркотики;			
Для поднятия настроения;			
Для снятия напряжения;			
Когда скучно, от чувства одиночества;			
При встрече со своим парнем /своей девушкой;			
Чтобы почувствовать себя самостоятельным, вызвать уважение окружающих.			

### 2.10 Анкета «Отношение к ПАВ»

*Инструкция:* ответьте на вопросы анкеты.

#### 1. Какие отношения у вас с родителями?

- а) доверительные;
- б) мы мало общаемся;
- в) напряженны;
- г) доверие одному из родителей;
- д) свой вариант.

#### 2. Кто для вас авторитет?

- а) родители;
- б) друзья;
- в) учителя;
- г) никто;
- д) свой вариант.

#### 3. К кому вы пойдете, если случится неприятность?

- а) родителям;
- б) друзьям;
- в) учителям;
- г) родственникам;
- д) свой вариант.

#### 4. Что для вас главное в жизни?

- а) семья;
- б) здоровье;
- в) материальное благополучие;
- г) профессиональная карьера;
- д) свой вариант.

**5. Как вы относитесь к курению?**

- а) мне все равно;
- б) это не для меня;
- в) категорически против;
- г) я курю;
- д) я не курю, но не против, если курят другие;
- е) свой вариант.

**6. Как вы относитесь к спиртному?**

- а) никогда не пробовал;
- б) пью с друзьями;
- в) пью дома на праздники;
- г) категорически против его употребления;
- д) свой вариант.

**7. Как вы относитесь к наркотикам?**

- а) никогда не пробовал и не буду;
- б) считаю, что все надо в жизни попробовать;
- в) их употребление нормально в наше время;
- г) свой вариант.

**8. Как вы считаете, почему молодежь начинает пить, курить и употреблять наркотики?**

- а) любопытство;
- б) стремятся так доказать свою взрослость;
- в) не хотят выделяться;
- г) уходят от решения проблем;
- д) способ расслабиться;
- е) свой вариант.

**9. Необходима ли в городе работа по предупреждению химической зависимости?**

- а) да;
- б) нет.

**10. С помощью каких мероприятий можно защитить подростков от табакокурения, употребления наркотиков?**

- а) разработка и демонстрация наглядных материалов;
- б) организация психологической и взаимопомощи;
- в) уроки по профилактике ПАВ в школе.

**Выявление несовершеннолетних, употребляющих ПАВ**

**3.1 Анкета «Причины и отношение к курению»**

*Инструкция:* ответьте на следующие вопросы.

1	Куришь ли ты?	
		да
		нет
2	Если не куришь, пробовал ли хоть раз?	
		да
		нет
3	Почему ты куришь?	
	за компанию с друзьями	
	чтобы казаться старше	
	испытываю удовольствие	
	считаю, что современно	
	уже привык	
4	Пробовал ли ты бросить курить?	
	да, но не получилось	
	пока еще нет	
	планирую	
5	Как относятся твои родители к тому, что ты куришь?	
	безразлично	
	не довольны	
	ругают меня за это	
	разрешают курить	
6	Курят ли ваши родители?	
		да
		нет

**3.2 Анкета «Все о курении»**

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы.

Ваш пол: а) мужской б) женский

**1. Курите ли Вы?**

- а) да
- б) нет

**2. Количество выкуриваемых Вами сигарет?**

- а) 1-10 сигарет в день
- б) 10-20 сигарет в день
- в) более пачки в день

**3. Вследствие чего Вы начали курить? (возможны несколько вариантов ответов)**

- а) желание повзрослеть
- б) влияние компании

- в) хотел попробовать
- г) свой ответ

**4. С какого возраста Вы начали курить?**

- а) с 8-12 лет
- б) с 12-16 лет
- в) с 16 -20 лет
- г) после 20 лет

**5. По-вашему, какие негативные последствия несет в себе этот порок?**

**3.3 Анкетирование (анонимное)**

*Инструкция:* ответьте на вопросы. Продолжи предложения, где это необходимо.

1. Вы курите?

- да (если «да», то когда выкурили первую сигарету?);
- нет.

2. Почему вы начали курить?

- потому что курили ваши друзья;
- потому что курили ваши родители;
- потому что курил старший брат или сестра;
- из любопытства;
- чтобы выглядеть старше;
- другие причины.

3. Сколько сигарет в день вы курите?

4. Большинство друзей курит?

- да;
- нет.

5. Как вы оцениваете свою успеваемость?

- выше средней;
- средняя;
- ниже средней.

6. Пытались ли вы когда-нибудь бросить курить, если «да», то сколько раз?

7. Считаете ли вы, что курение опасно для вашего здоровья?

- да;
- нет;
- не задумывался над этим.

8. Если бы вы знали о вреде курения, начали бы вы курить?

- да;
- нет;
- не задумывался над этим.

9. В настоящее время я продолжаю курить и для меня это

10 Я бросил курить и для меня это

11. Чаще всего я курю тогда, когда

12. Я делаю попытки бросить курить, но мне мешают такие обстоятельства

13. Мои родители не догадываются о моей вредной привычке, но их начало волновать

14. Я считаю, что последствиями курения являются

15. Зависимость от курения можно победить, если

16. Как вы относитесь к курению:

- а) малознакомых людей
- б) родителей
- в) друзей, подростков?

### 3.4. Анкета «Почему подростки пьют?»

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы.

1. Как вы считаете, почему люди принимают алкоголь?
  - хотелось, и напился
  - встречи с друзьями
  - одиночество
  - семейные драмы (проблемы)
  - лекарство
  - когда есть деньги
  - когда есть повод
  - праздники
2. Какой алкогольный напиток вы употребляете?
3. Существует ли норма принятия алкоголя?
4. Как вы считаете, в каком возрасте можно начинать принимать крепкие алкогольные напитки?
5. Во сколько лет я выпил в первый раз крепкий напиток (водку)?
6. Во сколько лет я выпил пиво?
7. Какие методы воспитания родители должны (использовать) применять к детям, если они пьют?
  - беседа
  - запрет
  - лекции
  - ремень
  - не обращать внимания
  - поощрять
  - лечить
8. Кто ответственен за то, что подросток пьёт?
  - родители
  - сам ребёнок
  - общество
  - все вместе
9. Как влияет пьянство на семью?
10. Если бы я был родителем, разрешил бы я своему ребёнку выпивать?
11. Если я окажусь в компании, где мне предложат выпить, то я:
  - откажусь
  - буду пить как все
12. Кто первый дал попробовать крепкий алкогольный напиток?
13. Ведет ли моя семья здоровый образ жизни?
  - выпивает немного по праздникам
  - выпивает иногда (чаще)
  - выпивает часто (хотя бы один член семьи)
  - не выпивают
  - семья разрушилась из-за алкоголизма
14. Влияет ли на принятие алкогольных напитков реклама?
  - да
  - нет
  - незначительно
  - не знаю
15. В каких местах я принимаю алкоголь?
  - дома
  - у друзей дома
  - на природе
  - в подъезде
  - кафе, бар
  - где придется
  - не принимаю



16. Как вы относитесь к тому, что пиво пьют на улице, в общественных местах?

- хорошо
- отрицательно
- безразлично

### 3.5. Анкета «Отношение к алкоголю»

*Инструкция:* постарайтесь ответить на следующие вопросы.

Ваш пол: а) мужской; б) женский.

#### 1. Употребляете ли вы алкоголь?

- а) да;
- б) нет.

#### 2. С какой целью вы употребляете спиртные напитки? (возможны несколько вариантов ответов)

- а) чтобы снять напряжение (стресс);
- б) чтобы повысить своё настроение;
- в) чтобы поддержать компанию;
- г) ваш вариант ответа.

#### 3. Всегда ли Вы можете отказаться от предложения выпить?

- а) да;
- б) нет.

#### 4. Как часто Вы употребляете спиртные напитки?

- а) ежедневно;
- б) не более трех раз в неделю;
- в) не более двух раз в месяц.

#### 5. По- вашему мнению, какие негативные последствия несет в себе этот порок?

### 3.6 Анкета (анонимная)

*Инструкция:* ответьте на следующие вопросы.

1. Какой спиртной напиток вы уже пробовали?

2. В каком возрасте это произошло впервые?

3. При каких обстоятельствах вы впервые попробовали алкоголь?

- на своем дне рождения;
- во время домашнего праздника;
- у друзей;
- на дискотеке;
- другое.

4. Кто предложил вам спиртное?

- друзья;
- старшие мальчики;
- родители;
- случайные знакомые;
- другое.

5. Ваши ощущения после принятия спиртного?

- головная боль;
- тошнота, рвота;
- все поплыло перед глазами;
- все нормально, было весело;
- другое.

6. По какой причине вам бы хотелось повторить употребление спиртного?

7. По какой причине вам не хотелось бы повторять употребление спиртного?

8. В вашей семье употребляют спиртные напитки?

9. У тебя есть полезные и интересные увлечения?

- да;
- думаю об этом;

- нет;
- мне и без них неплохо.

10. Какие чувства ты испытываешь к пьяным людям?

- я их жалею;
- я их боюсь;
- они мне неприятны;
- безразличие;
- завидую;
- другое.

### 3.7 Анкета «Отношение к употреблению пива»

Пол \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

#### 1. Употребляете ли вы пиво?

- да;
- нет.

#### 2. Причина выбора пива?

- цена;
- низкое количество спирта;
- вкусовые качества;
- вызываемые эмоции (физиология).

#### 3. Какой процент содержания спирта предпочтителен для вас?

- 0 % (безалкогольное);
- 0-1,5% (слабоалкогольное);
- 4,0-4,8% (светлое);
- 5,2 - 9% (крепкое).

#### 4. Пиво - напиток для:

- повседневного употребления;
- особых случаев.

#### 5. Как часто вы употребляете пиво?

- редко;
- иногда;
- постоянно.

#### 6. С кем вы пьете пиво?

- один;
- с компанией;
- с кем придется.

#### 7. Какие эмоции у вас возникают после употребления пива?

- (без подсказки)
- (подсказка)

эйфория	злость	беззаботность
бодристость	радость	тоска
сонливость	апатия	

#### 8. Бывает ли похмелье после с пива?

- да (какое кол-во было выпито);
- нет.

#### 9. Вы знакомы с понятием «пивной алкоголизм»?

- да;
- нет;
- такого понятия не существует.

### 3.8 Анкета «Что значит алкоголь для подростка?»

*Инструкция:* ответьте на вопросы анкеты.

#### 1. Ходите ли вы на дискотеку?

#### 2. Спиртное - это...

**3. Вы употребляете спиртное?**

- а) да;
- б) нет;
- в) иногда.

**4. В каком возрасте вы впервые попробовали спиртные напитки?**

**5. Для чего вы употребляете спиртное?**

- а) поднять настроение;
- б) утверждаю свое «я»;
- в) потому что это делают мои друзья.

**6. Какие из спиртных напитков вам больше нравятся?**

- а) пиво;
- б) вино;
- в) коктейль;
- г) другое.

**7. Как вы выбираете спиртные напитки?**

- а) по крепости;
- б) по вкусу;
- в) мне все равно, что пить;
- г) другое.

**8. Часто ли вы употребляете спиртные напитки?**

- а) да;
- б) нет;
- в) иногда;
- г) другое.

**9. Где вы употребляете спиртные напитки?**

- а) дома;
- б) на дискотеке;
- в) в кругу друзей;
- г) другое.

**10. У вас дома принято употреблять спиртные напитки?**

- а) да;
- б) нет;
- в) иногда.

**11. Как вы думаете, в праздники обязательно употреблять спиртные напитки?**

- а) да (почему?);
- б) нет (почему?).

**12. Что такое алкоголизм?**

**13. Ваше отношение к алкогольным напиткам?**

- а) положительное;
- б) отрицательное;
- в) безразличное;
- г) другое.

**3.9 Тест-анкета «Есть ли у Вас симптомы алкоголизма?»**

*Инструкция:* обведите кружком номера вопросов, на которые Вы можете ответить утвердительно.

1. Употребляете ли Вы спиртное в больших количествах после огорчений, ссор или после того, как взрослый отчитает Вас?
2. Когда у Вас проблемы или Вы чувствуете себя в затруднительном положении - всегда ли Вы пьете больше обычного?
3. Замечаете ли Вы, что можете выпить больше спиртного, чем пили раньше?
4. Случалось ли, что утром Вы не могли вспомнить каких-то эпизодов предыдущего вечера, хотя Ваши друзья утверждали, что Вы не напивались до «потери сознания»?
5. Когда Вы пьете с другими людьми, стараетесь ли Вы незаметно от них выпить больше?
6. Бывают ли такие случаи, что без алкоголя Вы чувствуете себя дискомфортно?
7. Не замечали ли Вы в последнее время, что, начиная пить, Вы торопитесь сделать первый глоток, хотя раньше этого не было?
8. Испытывали ли Вы когда-нибудь чувство вины из-за того, что пьете?

9. Раздражаетесь ли Вы в тайне, когда Ваши друзья обсуждают Ваше употребление алкоголя?
10. Замечали ли Вы в последнее время, что у Вас все чаще и чаще случаются «провалы в памяти»?
11. Часто ли Вы замечаете желание продолжить выпивку после того, как Ваши друзья говорят, что уже хватит?
12. Всегда ли у Вас есть причина, чтобы напиться слишком сильно?
13. Часто ли Вы, протрезвев, сожалеете о том, что наговорили или сделали, будучи выпивши?
14. Пытались ли Вы что-нибудь сделать, чтобы контролировать свое употребление спиртного?
15. Часто ли Вы нарушали обещания не пить или контролировать употребление спиртного, даваемые самому себе?
16. Пытались ли Вы контролировать употребление спиртного, меняя работу или место жительства?
17. Избегаете ли Вы свою семью или близких друзей, когда пьете?
18. Увеличивается ли у Вас число проблем, связанных с деньгами или работой?
19. Не кажется ли Вам, что все больше людей стали обращаться с Вами несправедливо без достаточных на то оснований?
20. Питаетесь ли Вы нерегулярно или едите совсем мало, когда пьете?
21. Бывает ли так, что Вас «трясет» утром, и небольшое количество спиртного Вам помогает?
22. Замечали ли Вы в последнее время, что не можете уже пить так много, как это было раньше?
23. Пили ли Вы когда-нибудь несколько дней подряд?
24. Чувствуете ли Вы себя временами очень подавлено и сомневаетесь ли Вы при этом в смысле жизни?
25. Слышите или видите ли Вы иногда, после периодических запоев, что-то такое, чего на самом деле нет?
26. Испытывали ли Вы чувство страха после того, как долго пили?

#### **Обработка:**

Если Вы ответили «Да» на один из этих вопросов, то у Вас есть симптомы алкоголизма.

Если Вы ответили «Да» несколько раз, то можно определить, в какой стадии находится болезнь:

- вопросы с 1 по 8 - ранняя стадия,
- с 9 по 21 - средняя стадия,
- с 22 по 26 - начало заключительной стадии болезни.

### **3.10 Анкета «Изучение проблемы алкоголизма и наркомании в подростковой среде»**

Мы приглашаем вас ответить на вопросы анкеты. Данная анкета является социологическим исследованием, проводимым нами с целью изучения проблемы алкоголизма и наркомании в подростковой среде. Нас интересует Ваше отношение к данной проблеме. Анкета проводится анонимно.

#### **1. Употребляете ли вы алкоголь?**

- да
- нет

#### **2. Вы начали употреблять алкоголь?**

- из-за семейных проблем
- из-за интереса
- за компанию
- что-то другое?

#### **3. Как часто вы употребляете алкоголь?**

- нечасто
- только по большим праздникам
- всякий раз, когда появится повод
- всякий раз, когда появится желание
- что-то другое?

#### **4. С какой целью вы употребляете алкоголь?**

#### **5. Чувствуете ли вы особую тягу к алкоголю?**

- да
- нет
- затрудняюсь ответить

#### **6. Часто ли ваши неудачи заставляют вас прибегать к бутылке?**

- часто
- нечасто
- никогда
- затрудняюсь ответить

#### **7. Как вы думаете, широкий доступ дешевых алкогольных напитков влияет на рост потребления алкоголя в среде подростков?**

- да, влияет
- нет, не влияет
- затрудняюсь ответить

**8. Есть ли, по вашему мнению, положительные стороны употребления алкоголя?**

- да
- нет

**9. Если на вопрос 8 вы ответили «Да», то какие?**

**10. По вашему мнению, имеет ли смысл борьба с употреблением алкоголя?**

**11. Вы пробовали наркотические препараты?**

- да
- нет

**12. Какие виды наркотиков вы пробовали?**

- лёгкие наркотики
- серьёзные наркотики

**13. Что послужило поводом попробовать наркотическое средство?**

- компания
- желание ощутить новые ощущения
- что ещё?

**14. В настоящее время вы употребляете наркотики?**

- да
- бросил
- пробовал только один раз

**15. Как часто вы их употребляете?**

**16. Если на вопрос 14 вы ответили «бросил», то, что послужило поводом?**

- друзья
- родители
- собственное сознание
- что-то другое?

**17. Что могло бы заставить вас бросить употреблять наркотические средства?**

**18. Как, по вашему мнению, алкоголь и наркотики влияют на успеваемость подростков?**

**19. Как вы думаете, борьба с наркоманией имеет смысл?**

*В заключение сообщите, пожалуйста, некоторые данные о себе.*

**20. Ваш возраст?**

**21. Ваш пол?**

- мужской
- женский

### **3.11 Тест для родителей «Употребляет ли ребенок наркотики?»**

*Инструкция:* постарайтесь честно ответить на следующие вопросы («да» или «нет»).

1. Сын (дочь) стал часто задерживаться, надолго пропадает неизвестно где.
2. Он (она) не хочет разговаривать с Вами, отдаляется от Вас.
3. У него (нее) часто и резко меняется настроение, иногда он (она) бывает очень раздражительным и даже агрессивным, иногда очень вялым и даже безразличным.
4. Ребенок стал плохо учиться, прогуливает уроки.
5. У сына (дочери) возникли проблемы с милицией.
6. Вы находите шприцы, таблетки, закопченные ложки и другие атрибуты наркомана.
7. У сына (дочери) появились подозрительные друзья.
8. Ребенок становится скрытным: например, прекращает разговор по телефону при Вашем появлении.
9. Непонятно, на что он (она) тратит свои карманные деньги.
10. Пропадают Ваши деньги и вещи из дома.
11. Сына (дочь) мучают сонливость или бессонница. Ребенок выглядит бледным.
12. Сын (дочь) периодически бывает в «непонятном» состоянии (нарушена координация движений, глаза странные, несвязная речь).
13. В квартире часто появляются запахи горелой травы, уксуса, ацетона, клея.
14. У ребенка есть пятна крови на одежде.

15. На руках сына (дочери) видны следы инъекций или синяки.
16. Ребенок безразличен к своему физическому состоянию и внешнему виду.
17. У него (нее) то пропадает аппетит и он худеет, то, наоборот, ест без меры.
18. Ребенок носит одежду только с длинными рукавами.
19. Он (она) часто лжет.
20. Вы просто чувствуете, что что-то с ним не так.

**Обработка результатов:**

Если больше 7 признаков подходят для Вашего ребенка, то, скорее всего, он действительно употребляет наркотики.

Если Вы выяснили, что Ваш ребенок уже употребляет наркотические вещества, ведите себя спокойно, не паникуйте. Прежде чем предпринять что-либо, остановитесь и ответьте на следующие вопросы:

- Правильно ли Вы поняли то, что узнали?
- Что Вы можете сделать, чтобы как можно лучше помочь ребенку?
- Как Вы можете сохранить возможность доверительно общаться с ним?
- Употребляет ли он (она) наркотики постоянно или это единственный «эксперимент»?

Если это «эксперимент», может быть, достаточно просто поговорить с ребенком.

Если состояние здоровья или поведение ребенка доказывает, что он принимает наркотики регулярно, значит, пришло время обратиться к людям, которые могут помочь. Это профессионалы: наркологи, психотерапевты, психологи.

**Помните:** Вы не можете прожить жизнь за Вашего ребенка. Не можете заставить его измениться. Вы не можете заставить его принять Вашу помощь. Но Вы в силах сделать многое, чтобы желание победить стало его собственным.

## Памятки, буклеты для родителей

## Памятка для родителей № 1

**Памятка для родителей «Как уберечь детей от наркотиков?»**

- Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребёнком.
- Учитесь видеть мир глазами ребёнка.
- Умейте слушать. Поймите, чем живёт Ваш ребёнок, каковы его мысли, чувства.
- Говорите о себе, чтобы ребёнку было легче говорить о себе.
- Задавайте вопросы, выражайте своё мнение
- Научите ребёнка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению, предлагающих наркотики.
- Разделяйте и оказывайте ему поддержку.



## Памятка для родителей № 2

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ !**

Сегодня алкоголь и наркотики стали частью молодежной среды. Это реальность, в которой живут наши дети. Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и гулять в определенных местах.

**КАК ЖЕ УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ ЭТОГО ЗЛА?**

**Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.**



Учитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте, свой первый контакт с алкоголем, табаком.

- Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.
- Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе.
- Не запрещайте безапелляционно. Задавайте вопросы. Выражайте свое мнение.
- Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.
- Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.
- Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.

## Памятка для родителей № 3

### ДОРОГИЕ МАМЫ И ПАПЫ!



**Мы растем, и растут вместе с нами вопросы, которые мы задаем Вам и всему миру взрослых:**

- Что такое наркотики?
- Как они меняют состояние сознания? Как развивается зависимость?
- Зачем люди их употребляют (между прочим, уже в течение нескольких десятилетий)?
- И почему не употребляют?
- И как нам сделать правильный выбор?

**Если мы не получаем от Вас ответа, который помог бы нам разобраться в этом вопросе, мы исследуем эту реальность сами.**

### **ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ**



- Бледность кожи
- Расширенные или суженные зрачки
- Покрасневшие или мутные глаза
- Замедленная речь
- Плохая координация движений
- Следы от уколов
- Свернутые в трубочку бумажки
- Шприцы, маленькие ложечки, капсулы. Бутылочки
- Нарастающее безразличие
- Уходы из дома и прогулы в школе
- Ухудшение памяти
- Невозможность сосредоточиться
- Частая и резкая смена настроения
- Нарастающая скрытность и лживость
- Неряшливость

**Эти симптомы являются косвенными. Для подтверждения злоупотребления наркотиками и зависимости от них необходима консультация врача-нарколога.**

## Памятка для родителей № 4

### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ?

1. Не отрицайте Ваши подозрения.
2. Не паникуйте. Если даже Ваш ребенок попробовал наркотик, это еще не значит, что он наркоман.
3. Не набрасывайтесь на ребенка с обвинениями.
4. Поговорите с ребенком честно и разговор, пока Вы не чувствуете.  доверительно. Не начинайте справляться с Вашими
5. Если ребенок не склонен обсуждать. Будьте откровенны сами, говорите с Вами этот вопрос, не настаивайте. Предложите помощь. о Ваших переживаниях и опасениях.
6. Важно, чтобы Вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок видит ежедневно, как Вы справляетесь сами с Вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотик.
7. Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу. Если ваш ребенок отказывается идти вместе с вами, придите вы.



## Памятка для родителей № 5

Здоровье ребенка - самое большое счастье для родителей.

Но, к сожалению, всё больше и больше подростков начинает употреблять табак, алкоголь и наркотики.

По статистике основной возраст первого знакомства с наркотическими средствами приходится на 11-14 лет (41%) и 15-17 лет (51%).

### Причины:

- любопытство;
- желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей;
- желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей. Это может быть способом привлечения внимания;
- безделье, отсутствие каких-либо занятий, скука.



### Задумайтесь:

- ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.
- ограниченный в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта; не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие нет; что можно делать, а чего следует избегать.

### Несколько правил, позволяющих предотвратить потребление ПАВ вашим ребенком:

1. Общайтесь друг с другом.
2. Выслушивайте друг друга.
3. Ставьте себя на его место.
4. Проводите время вместе.
5. Дружите с его друзьями.
6. Помните, что ваш ребенок уникален.
7. Подавайте положительный пример во всём.

### Симптомы употребления подростками наркотических веществ:

Определить, употребляет ваш ребенок наркотики или нет, сложно, особенно если ребенок сделал это в первый раз или употребляет наркотики периодически. Важно сделать правильные выводы и учитывать, что некоторые признаки могут появляться совершенно по другой причине. И всё же стоит насторожиться, если проявляются:

#### Физиологические признаки:

- бледность или покраснение кожи;
- расширенные или суженные зрачки, покрасневшие или мутные глаза;
- несвязанная, замедленная или ускоренная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движения (пошатывание или спотыкание)
- резкие скачки артериального давления;
- расстройство желудочно-кишечного тракта.

#### Поведенческие признаки:

- беспричинное возбуждение, вялость;
- нарастающее безразличие ко всему, ухудшение памяти и внимания;
- уходы из дома, прогулы в школе по непонятным причинам;
- бессонница или сонливость;
- болезненная реакция на критику, частая и резкая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше были близки;
- снижение успеваемости в школе;
- постоянная просьба дать денег;
- пропажа в доме ценностей;
- частые телефонные звонки, использование жаргона, секретные разговоры;
- частое враньё, изворотливость, лживость;
- уход от ответа на прямые вопросы, склонность сочинять небылицы;
- неопрятность внешнего вида.

#### Очевидные признаки:

- следы от уколов, порезы, синяки;
- бумажные и денежные купюры, свернутые в трубочки;
- закопченная ложка, фольга;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- пакки лекарств снотворного или успокоительного действия;
- папиросы в пачках из-под сигарет.

### Уважаемые родители!

#### Чтобы навсегда сохранить веру в ребенка и себя:

1. Сами ведите здоровый образ жизни!
2. Будьте всегда рядом со своим ребенком!
3. Любите своего ребенка и принимайте его таким, какой он есть!
4. Не опоздайте! Вовремя дайте ребенку всю необходимую информацию.

### ПОМНИТЕ!

**ЧЕМ РАНЬШЕ ВЫ ЗАМЕТИТЕ НЕЛАДНОЕ, ТЕМ ЛЕГЧЕ БУДЕТ СПРАВИТЬСЯ С БЕДОЙ.**

## Рекомендации для родителей и педагогов № 6.

### Для вас родители:

#### Что вы должны сделать, чтобы защитить ребенка?

- Всегда знать, где ваш ребенок и с кем. С осторожностью относитесь к тому, чтобы ребенок ночевал вне дома.
- Пусть дети ходят парами или группами, когда это возможно. Дети должны всегда идти домой одним и тем же путем.
- Познакомьтесь со взрослыми, которые работают с вашим ребенком в школе и в свободное время.
- Не пускайте ребенка одного в общественный туалет.
- Прислушивайтесь к вашему ребенку. Простые слова типа: "Мне больше не нравится этот учитель музыки" или "Я не хочу, чтобы дедушка приезжал к нам в гости" могут нести в себе важное сообщение. Спросите ребенка: "Почему же?"
- Проверьте, понял ли ребенок то, чему вы его научили, играя с ним в игру типа "А что, если...?".
  - Обсудите с ребенком специфические ситуации и любую другую информацию по его личной безопасности, например, что он будет делать, если потеряется в магазине, пропустит автобус и т.д.
  - Пусть ребенок участвует в выборе правильного решения.
  - Концентрируйте внимание на ситуации, а не на человеке.
  - Начните с «незнакомого человека», потом перейдите к «людям, которых ты вроде знаешь», например, лифтер, сантехник, сосед, а затем — к тем, кого ребенок любит.
  - Будьте конкретными: «Что бы ты сделал(а), если бы такой-то пригласил тебя покататься на машине, прогуляться по парку?»
  - Не имеет значения, кто. Реакция ребенка должна быть одинаковой. Если ребенок ответит неправильно, поработайте над этим. Помогите ребенку говорить о том, как он должен поступить.
  - Нельзя быть уверенным, что ребенок все понял как надо, если не говорить с ним о потенциально опасных ситуациях очень конкретно.
- Время от времени говорите о личной безопасности всей семьей. Напоминайте вашим детям, что они всегда должны рассказывать, если с ними что-нибудь случится. Если первый, кому они расскажут, не поверит им, они должны рассказать еще кому-нибудь, и еще, и еще — пока кто-нибудь не примет меры.
- Если ребенок скажет вам, что с ним такое произошло, не паникуйте. Если вы проявите гнев, ребенок может ощутить чувство вины и взять назад свои слова. Отвечайте ребенку спокойно, уверьте его в том, что он ничего плохого не сделал и что это не его вина. Поддержите ребенка, попытайтесь понять его чувства — испытывает ли ребенок гнев, страх, печаль или тревогу, — успокойте его, сказав, что вы защитите его.

### ***ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК СООБЩАЕТ О НАСИЛИИ НАД НИМ***

#### **Когда ребенок рассказывает вам о насилии**

1. Отнеситесь к ребенку серьезно.
2. Попытайтесь оставаться спокойными.
3. Успокойте и поддержите ребенка словами:
  - «Хорошо, что ты мне сказала. Ты правильно сделала»
  - «Ты в этом не виновата»
  - «Не ты одна попала в такую ситуацию, это случается и с другими детьми»
  - Скажите ребенку: «Бывают такие секреты, которые нельзя хранить, если тебе сделали плохо».

Не думайте, что ребенок обязательно ненавидит своего обидчика или сердится на него (он может оказаться членом семьи, родителем или опекуном).

Терпеливо отвечайте на вопросы и рассеивайте тревоги ребенка.

Следите за тем, чтобы не давать обещаний, которые вы не можете исполнить (например: «Твоя мама не расстроится» или: «С тем, кто тебя обидел, ничего не сделают»).

#### ***Если ребенок говорит об этом в классе***

1. Покажите, что вы приняли это к сведению (например: «Это очень серьезно. Давай мы с тобой поговорим об этом позже»), и смените тему.

2. Организуйте разговор с ребенком наедине и чем скорее, тем лучше (например, на ближайшей перемене, в перерыв для обеда).

#### **После раскрытия**

- Поговорите с коллегой или с кем-нибудь, кому вы доверяете, о своих чувствах. Такие случаи всегда тяжело переживаются. Вам тоже нужна поддержка.
- Узнайте, сможете ли вы получить информацию о состоянии расследования, о принятых мерах и т.д., и если сможете, то как.
- Поддерживайте связь с ребенком, которому необходима постоянная поддержка. (Например, скажите ему: «Если захочешь поговорить, я в твоём распоряжении».)
- Уважайте право ребенка на уединение, не выдавая его другим школьным работникам и ученикам.

*✎ Не откладывайте сообщение. Помните, если вы подозреваете, что ребенок подвергся любому насилию, вы ответственны перед законом и должны сообщить об этом.*

### **ПАМЯТКА ДЛЯ ТЕХ, КТО ПЕРЕЖИЛ ЧРЕЗВЫЧАЙНУЮ СИТУАЦИЮ**

#### **ОЧЕНЬ ВАЖНЫ:**

- ❖ **АКТИВНОСТЬ** – помощь другим может приносить пострадавшим в террористической ситуации некоторое облегчение. Но при этом не следует путать активность со сверхактивностью, которая вредна уже тем, что отвлекает внимание человека от той помощи, к которой он сам нуждается.
- ❖ **РЕАЛЬНОСТЬ** – необходимо сопоставлять реальность с представлением о ней. Например, принимать участие в похоронах, осматривать место действия, возвращаться на место катастрофы в её годовщину и т. п. Все это помогает человеку примириться с реальностью.
- ❖ **ПАРАДОКСАЛЬНЫЕ ПОСТУПКИ** – как только человек осознает экстремальную ситуацию и примет её как свершившееся событие, нужно думать об этом, говорить об этом с другими, чтобы пережить случившееся; особенно важно обсуждать это событие с тем, кто, имея подобный опыт, чувствует себя хорошо.
- ❖ **ФИЗИЧЕСКАЯ И ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА** со стороны других людей – они необходимы, для того, чтобы облегчить состояние. Ни в коем случае нельзя

отказываться от поддержки. Более того, просить о поддержке и помощи не только не стыдно, но и необходимо.

- ❖ **УЕДИНЕНИЕ** – для того, чтобы справиться со своими чувствами, необходимо не только общение с другими людьми, но и уединение. Нужно найти возможность побыть одному, без семьи и близких людей. Излишняя активность и блокирование собственных чувств могут замедлить процесс возрождения их боли.
- ❖ **ВОЗРОЖДЕНИЕ ИЗ БОЛИ.** В период реабилитации неизбежна душевная боль. Важно понимать, что эта боль помогает человеку возродиться к новой жизни. Пережив то, что произошло, человек может стать даже более сильным, умудренным и зрелым, чем до трагической ситуации.

## **ЧТО НУЖНО И ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ**

- ❖ **НЕ** скрывайте свои чувства. Проявляйте ваши эмоции и давайте вашим друзьям обсуждать их вместе с вами.
  - ❖ **НЕ** избегайте говорить о том, что случилось. Используйте каждую возможность пересмотреть свой опыт наедине с собой или вместе с другими.
  - ❖ **НЕ** позволяйте вашему чувству стеснения останавливать вас, когда другие предоставляют вам шанс поговорить.
  - ❖ **НЕ** ожидайте, что воспоминания уйдут сами по себе. Чувства останутся с вами, и будут посещать вас в течение длительного времени.
- 
- Выделяйте время для сна, отдыха, размышлений.
  - Проявляйте ваши желания прямо, ясно и честно говорите о них семье, друзьям и на работе.
  - Постарайтесь сохранять нормальный распорядок вашей жизни насколько это возможно.
  - Позволяйте вашим детям говорить вам и другим об этих эмоциях и проявлять себя в играх и рисунках.
  - Способствуйте сохранению у ваших детей распорядка жизни, учебы и позволяйте им действовать согласно их собственным представлениям.

### **Как уберечь наших детей от этого зла?**

Лучший путь – это сотрудничество с вашим взрослеющим ребенком.

- Учитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте.
- Умейте слушать. Поймите, чем живет ваш ребенок, каковы его мысли и чувства.
- Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить вам о себе.
- Не запрещайте безапелляционно. Задавайте вопросы, выражайте свое мнение.
- Научите ребенка говорить «нет». Тогда ему легче будет сопротивляться давлению сверстников.
- Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.
- Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы вместе с ним.

### **Что делать, если возникли подозрения**

1. Не отрицайте ваши подозрения.
2. Не паникуйте. Если даже ваш ребенок попробовал ПАВ, это еще не значит, что он стал зависимым.
3. Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока вы не справились с вашими чувствами.
4. Если ребенок не склонен обсуждать с вами вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о ваших переживаниях и опасениях. Предложите помощь.
5. Важно, чтобы вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок ежедневно видит, как вы сами справляетесь с вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотики
6. Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу. Если ваш ребенок отказывается идти вместе с вами, придите вы.

### **Признаки и симптомы употребления ПАВ**

- Бледность кожи.
- Расширенные или суженные зрачки.
- Покрасневшие или мутные глаза.
- Замедленная речь.
- Плохая координация движений.
- Следы от уколов.
- Свернутые в трубочку бумажки.
- Шприцы, маленькие ложечки, капсулы, бутылочки.
- Уходы из дома, прогулы в школе.
- Невозможность сосредоточиться.
- Бессонница.
- Частая и резкая смена настроения.
- Нарастающая лживость

### **Передозировка ПАВ**

- самое грозное осложнение после употребления наркотиков.

#### **Признаки:**

- резкая бледность;
- неглубокое и редкое дыхание;
- отсутствие реакции на внешние раздражители;
- рвота;
- плохо прощупываемый пульс;
- потеря сознания

#### **Важно вовремя оказать первую помощь при передозировке:**

- вызвать скорую помощь;
- Поддерживайте человека в спокойном и удобном состоянии, не позволяйте ему двигаться;
- следите за дыханием;
- говорите отчетливо, в успокаивающей манере;
- не смейтесь и не вызывайте гнева у больного.

**Если вам нужна помощь обращайтесь:**



Наш сайт  
[srcn-deti.ru](http://srcn-deti.ru)

Наш электронный адрес [srcnes@soc.arz.nnov.ru](mailto:srcnes@soc.arz.nnov.ru)

**Мы ждем Вас**  
**по адресу:**



**ГКУ «СРЦН Арзамасского района»**  
**Нижегородская область,**  
**р.п. Выездное,**  
**ул. Пушкина, д. 106**

**Тел., факс: 8(83147)51421**

Государственное казённое учреждение  
«Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних  
Арзамасского района»

## Памятка для родителей

# «Осторожно ПАВ!»

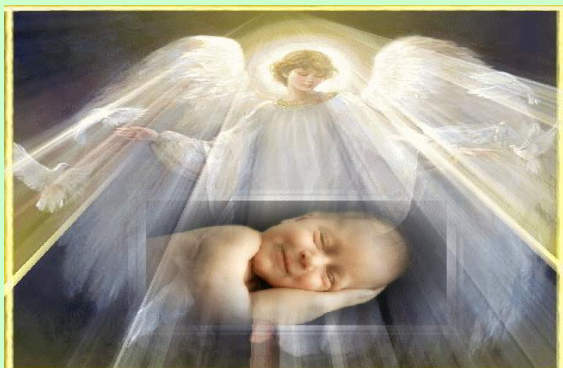
**ПАВ – психоактивные вещества: алкоголь, табакокурение,  
наркотики.**

**Уважаемые родители!**

*Сегодня алкоголь, табакокурение и наркотики становятся частью молодежной субкультуры. Это реальность, в которой живут наши дети. Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять ПАВ, ходить на дискотеки и гулять в определенных местах.*

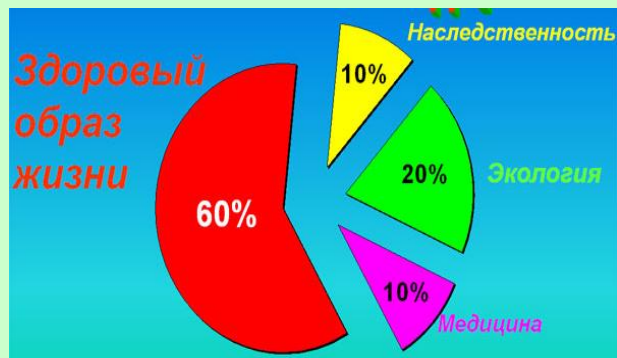
**Р.п. Выездное, 2015 год**

## Приложение 5. Памятки, буклеты для несовершеннолетних



Каждый из нас при рождении получает замечательный подарок-**здоровье**. Поэтому привычка сохранять здоровье-это залог нормальной жизни человека. А сформироваться эта привычка сможет только тогда, когда сам человек будет постоянно и регулярно заниматься тем, что приносит ему пользу.

### **От чего зависит наше здоровье?**



*Мы желаем вам, ребята,  
Быть здоровыми всегда.  
Но добиться результата  
Невозможно без труда.*

*Вы зарядкой занимаетесь  
Ежедневно по утрам.  
И, конечно, закаляйтесь –  
Это так поможет вам!*

*Свежим воздухом дышите  
По возможности всегда,  
На прогулки в лес ходите,  
Он вам силы даст, друзья!*

*Мы открыли вам секреты,  
Как здоровье сохранить,  
Выполняйте все советы,  
И легко вам будет жить!*



607247 Нижегородская обл.,  
Арзамасский район,  
р.п. Выездное, ул. Пушкина, д. 106  
телефон (831 – 47) 5-14-21  
e-mail: srcnes@soc.arz.nnov.ru

Министерство социальной политики  
Нижегородской области

Государственное казенное  
учреждение  
«Социально-реабилитационный центр  
для несовершеннолетних  
Арзамасского района»

## **Береги здоровье смолоду!**



[В контакте](#) [twitter](#) [YouTube](#) [facebook](#)

2014г.  
Р.п. Выездное

### **Вредные привычки -**

это образ жизни, поведения, склонности причиняющие вред здоровью, то есть, являющиеся **опасными**.

#### **1. курение**



#### **2. алкоголизм**



#### **3. наркомания**



#### **4. компьютеромания (игромания)**

Вредные привычки оказывают поистине колоссальный разрушающий эффект на организм человека. В ходе употребления табака, алкоголя и наркотиков происходят глубокие изменения личности, всех ее основных параметров и составляющих, нарушаются важные биологические процессы в организме, возникают различного рода заболевания.

Победить вредную привычку бывает очень сложно, поэтому на помощь приходит спорт. Активный образ жизни и физические нагрузки помогают избавиться от вредных пристрастий.

Занятия физической культурой и спортом оказывают положительный эффект, укрепляют здоровье.



Физическая культура, спорт, занятия в кружках, библиотеках, правильная организация свободного времени, интересного и содержательного отдыха - все это противостоит развитию вредных привычек, и прежде всего употреблению алкоголя, сигарет и наркотиков.



*Сигарету растопчи,  
Со спиртным расстанься,  
Лучше в секцию приди,  
Спортом занимайся!*

Марк Твен когда-то сказал:  
*«Привычка есть привычка, ее не выбросишь за окошко, а можно лишь вежливенько, со ступеньки на ступеньку, свести с лестницы».*  
И никто не говорит, что избавиться от вредных привычек вам будет легко. Так давайте возьмем себе в помощь верного союзника, который не только поможет нам обрести красивое, подтянутое тело, но и вернет утраченное здоровье! Давайте доверимся спорту!

**Ведь спорт – против вредных привычек!**



#### **Здоровый человек**

- дружит со спортом и физической культурой;
- правильно питается;
- любит прогулки;
- не имеет вредных привычек;
- не сидит днём и ночью у компьютера



# Умей сказать "НЕТ"!

«Нет»- это меч твой надёжный и щит,  
От бедствий, страданий тебя защитит.

Стремись стать свободным,

Уверенным будь,

И жизнь осветит тебе правильный путь!



Наш электронный адрес

[srcnes@soc.argz-dnch.ru](mailto:srcnes@soc.argz-dnch.ru)

Наш адрес:

р.п. Выездное, ул. Пушкина, д. 106

т. 5-14-21

Официальный сайт: [www.srcn-deti.ru](http://www.srcn-deti.ru)

ГКУ «Социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних Арзамасского района»

*Если ты любишь себя и ценишь свое здоровье, ты скажешь «нет» всему, что может принести тебе вред.*

## Влияние алкоголя На организм человека



Алкоголь. Его отрицательное влияние.

*Алкоголи - наркотические протоплазматические яды.*

*Алкоголи оказывают довольно близкое повреждающее воздействие практически на все органы.*



Здоровая ткань легкого



Больная ткань легкого

Дети и подростки, употребляющие алкоголь подвержены инфекционным заболеваниям.



Алкоголь, отрицательно сказываясь на здоровье женщины.

*Будущим мамам следует задуматься!!!*



Подростковый алкоголизм возникает и при чрезмерном употреблении пива



Пристрастие к алкоголю - причина различных преступлений

# Мы советуем:

Вредные привычки, которые прилипают, притягивают, пристают к молодым людям, становятся впоследствии причиной многих недоразумений, недугов, неприятностей. Любите себя: свой Мозг, свою Печень, свое Сердце. Они живые, они страдают, болят, задыхаются!!! Давайте не будем рабами вредных привычек!



**Наш девиз:** “Никогда не курить! Никогда не пить! Никогда не употреблять наркотические и токсические вещества”!

Наш электронный адрес

[zscnes@soc.azs.vpox.ru](mailto:zscnes@soc.azs.vpox.ru)

Наш адрес:

р.п. Выездное, ул. Пушкина, д. 106

т. 5-14-21

Официальный сайт: [zscn-deti.ru](http://zscn-deti.ru)

ГКУ «Социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних Арзамасского района»



р.п. Выездное, 2014 г. |

## В чем вред наркомании?

- ✚ Организм начинает разрушаться, сгорают нервные клетки, снижаются защитные реакции организма, человек подвержен заболеваниям. Наркотики вызывают предраковые процессы легких, атрофию мозга, разрушается кровь.
- ✚ Идет общая деградация личности в 15-20 раз быстрее, чем от алкоголя.
- ✚ Наркоманы – потенциальные преступники: стремясь получить дозу наркотика, часто прибегают к насилию, преступлению.

Подумай! Ты хочешь походить на этих людей?



## Наркотики - это, прежде всего проблемы с самим собой!

- ✚ Самое ценное в твоей жизни – свою свободу и независимость – ты просишь ради очередной дозы.
- ✚ Мыслить, чувствовать, желать ты сможешь только под «кайфом».
- ✚ Мозг отупеет, память отшибает. Работа, учеба, бизнес – на этом можно ставить крест.
- ✚ Тебе никогда не дадут права на машину. Найти хоть какую – никуда работу будет практически не возможно.
- ✚ Ты окажешься в тупике, из которого нет выхода.



## 9 заповедей здоровья:

- ✚ четкий режим дня;
- ✚ свежий воздух;
- ✚ больше смеха;
- ✚ физическая активность;
- ✚ правильное питание;
- ✚ не пить, не курить;
- ✚ личная гигиена;
- ✚ любовь к себе и другим;
- ✚ занятия по душе.

