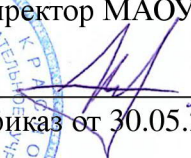


ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
МАОУ СШ № 147

Протокол от 29.08.2024 № 6



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СШ № 147

 / Кузьмин Р.В.  
Приказ от 30.05.2024 № 01-04-329/3

Программа  
профилактики употребления ПАВ среди обучающихся  
на 2024-2028 гг.

## **Пояснительная записка**

Выработка мировоззрений современной антинаркотической деятельности, формирование у детей и подростков здорового образа жизни является в настоящее время достаточно актуальной.

На данный момент доказано, что наиболее эффективной в этом плане является первичная личностно-ориентированная профилактика наркотизации детей и подростков. Как свидетельствуют результаты многочисленных исследований профилактикой необходимо заниматься, начиная с младшего школьного возраста, так как все чаще встречаются случаи злоупотребления ПАВ – алкоголя, табака, наркотиков уже в начальных классах.

Поэтому первичной профилактике употребления ПАВ необходимо уделять большое внимание. Данная программа предусматривает работу с детьми (с младшего школьного возраста и до выпуска) в тесном взаимодействии с родителями, с педагогами и персоналом школы.

Профилактика направлена на все ПАВ, в том числе — употребление табака, алкоголя и летучих токсических веществ.

Данная общешкольная программа предназначена для проведения систематических занятий с учащимися 1-11 классов.

### ***Цели программы:***

- обучение здоровому стилю жизни и навыкам сопротивления приобщению к ПАВ
- формирование осознанных антинаркотических убеждений у учащихся
- создание образовательной среды (совокупности социально-педагогических, психолого-педагогических, культурологических и др. условий), поддерживающей ценности жизни здоровый образ жизни, развитие человека, индивидуальности, личности и не принимающей идеологию решения жизненных проблем средствами наркомании

### ***Задачи программы:***

- способствовать осознанию и усвоению детьми основных человеческих ценностей;
- обучить детей методам решения жизненных проблем, преодоления стресса и снятия напряжения без применения ПАВ;
- формировать у детей психосоциальные и психогигиенические навыки принятия решений, эффективного общения, критического мышления, сопротивления негативному влиянию сверстников, управления эмоциями, в том числе в состояниях стресса;
- довести до сознания детей преимущества отказа от употребления ПАВ;
- формировать установку на ведение здорового образа жизни;
- повысить самооценку детей.
- развитие социальной и личностной компетентности (навыков эффективного общения, критического мышления, способности принимать решения, адекватной самооценки);

- выработка навыков самозащиты (умений постоять за себя, избегать ситуаций риска, делать «здоровый выбор», управлять эмоциями, разрешать конфликты, оказывать сопротивление давлению).

### **Предполагаемые результаты:**

- **Развитие навыков:**

- управления собой в состоянии напряжения, в стрессовых ситуациях;
- коммуникативной и социальной компетентности;
- конструктивного поведения в конфликтах;
- отстаивания и защиты своей точки зрения и защиты;
- ответственного принятия решений;
- рефлексии особых состояний сознания;
- осознанного отношения к ПАВ.

- Обеспечение непрерывности социально – психологического сопровождения развития и создания социально-психолого-педагогических предпосылок гармоничной личности в семье, в школе.

- Создание комплексной базы данных социально-психолого-педагогического развития ребенка, что даст возможность прогнозировать поведение детей и подростков, его возможные нарушения, а следовательно – проводить их своевременную профилактику.

- Выявление детей и подростков с проблемами социальной дезадаптации, нарушениями интеллектуального и психического развития, проведение с ними коррекционной работы.

### **В рамках реализации программы учащиеся смогут:**

- Иметь представление о внутреннем мире человека, о том, какую пользу приносят знания, и какое значение они имеют в жизни человека.
- Уметь свободно выражать свои мысли, чувства и переживания.
- Иметь навыки саморегуляции.
- Иметь стремление к личностному росту, самопознанию и саморазвитию.
- Стремиться к активному творческому самовыражению, поиску и утверждению своей индивидуальности, искать пути для самореализации.
- Быть готовым к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми.
- Владеть навыками эффективного общения, активного слушания, диалога, дискуссии.
- Иметь навыки социальной адаптации.
- Осознавать свою социальную, половую и семейную роли во взаимоотношениях с окружающим миром (людьми, природой, вещами).
- Иметь осознанное стремление к здоровому образу жизни, осознанное отношение к проблеме зависимости.
- Адекватно воспринимать окружающую действительность, уметь адаптироваться к реальным социально-экономическим, психологическим условиям, быть способным к ответственному принятию решения в ситуации выбора.
- Иметь представление о рациональных способах организации свободного времени.
- Уметь получать необходимую информацию, знать способы ее получения

### **Адресат: работа с целевыми группами различного возраста:**

I уровень – младший школьный возраст (1-4 классы)

II уровень – младшие подростки (5-6 класс)

III уровень – подростки и старшекласники (7-11 классы)

Для проведения индивидуальной и групповой диагностики используется тестовый материал с целью изучения осведомленности обучающихся о вредных привычках, выявления несовершеннолетних, склонных к употреблению и употребляющих психоактивные вещества. Также при помощи предлагаемых диагностических материалов можно выявить подростков употребляющих ПАВ.

**В занятиях программы использованы различные методы и формы организации работы и подачи материала:**

Каждое занятие включает:

- **теоретическую часть** (беседы, мини-лекции)

- **практику**, проводимую с использованием интерактивных методов (мозговой штурм, групповая дискуссия, игра, психологические и релаксационные упражнения).

**Цель:** обучение школьников умению владеть собой в различных обстоятельствах.

Усовершенствование широкого спектра навыков, необходимых для формирования здорового жизненного стиля, высокофункциональных стратегий поведения и личностных ресурсов.

**Цель:**

-выработка социальных навыков.

Воздействие на важнейшие социальные навыки и улучшения общей социальной компетентности.

- ориентация на информирование подростков относительно приема наркотиков, создание у них антинаркотических установок, нормативных ожиданий, а также на развитие умения противостоять нежелательному влиянию массмедиа и сверстников.

**Задачи:**

**формирование:**

- умения различать эмоции и чувства, распознавать их у себя и у других;
- умения принимать свои эмоции и чувства окружающих людей;
- умения говорить о своих эмоциях и проблемах;
- умения контролировать свои эмоции и поведение и управлять ими;
- умения признавать право на ошибки;
- адекватной самооценки, отношения к себе, своим возможностям и недостаткам;
- собственной системы ценностей, целей и установок;
- способности делать самостоятельный выбор, контролировать свое поведение;
- навыка совладания со стрессом;
- способности решать простые и сложные жизненные проблемы;
- умения оценивать ту или иную ситуацию и свои возможности контролировать ее;
- навыка совладания с изменениями и потерями.
- умения общаться с окружающими, понимать их поведение и видеть перспективы;
- навыков проявления инициативы в социальных взаимодействиях;
- умения вести разговор: слушать, обсуждать, спорить;
- навыков взаимодействия с представителями противоположного пола;

- навыков взаимодействия с людьми старшего возраста;
- навыков защиты собственной позиции;
- умения отстаивать собственное мнение;
- умения разрешать конфликты;
- умения создавать, сохранять и разрывать дружеские отношения;
- умения сопереживать и оказывать социальную помощь и поддержку;
- умения выслушивать похвалу и самим хвалить других;
- навыков сопротивления насилию и умения защищать свои границы;
- навыка структурирования своего свободного времени и организации досуга, альтернативного наркотизации.

Эти два компонента нацелены на то, чтобы повысить личную и социальную компетентность, а также снизить мотивацию к приему наркотиков и уязвимость подростков по отношению к благоприятствующим наркотизации социальным влияниям.

### **Задачи:**

#### ***информирование о:***

- действиях и последствиях употребления ПАВ;
- причинах и формах развития зависимости от ПАВ;
- распространении приема наркотиков среди взрослых и подростков;
- растущем общественном неприятии курения и использования других психоактивных веществ;
- давлении, которое оказывают СМИ, рекламирующие табак, спиртные напитки и прием наркотиков;
- методах, используемых в рекламе табака и спиртных напитков;
- способах противостояния влиянию СМИ;
- способах противостояния прямому давлению сверстников, побуждающих подростка курить, пить или принимать наркотики.

### **Содержание программы отвечает следующим принципам:**

- Возрастной адекватности – используемые формы и методы соответствуют психологическим особенностям учащихся
- Практической целесообразности – содержание мероприятий (занятий) отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у школьников навыков эффективной социальной адаптации, предупреждения раннего приобщения к ПАВ
- Динамическому развитию и системности – содержание программы, цели и задачи на каждом из последующих этапов определяются теми сведениями, оценочными суждениями и поведенческими навыками, которые уже были сформированы у детей в ходе реализации предыдущего этапа. Цели и задачи всех тем взаимосвязаны друг с другом.
- Необходимость и достаточность предоставляемой информации – школьникам предоставляется только тот объем информации, которым они реально могут воспользоваться в жизни, т.е. имеет для них практическую значимость
- Вовлечение родителей или значимых взрослых в работе по программе:
- совместное выполнение домашних заданий;

- предоставление специальной литературы;
- проведение семинаров, информирующих о том, как говорить с детьми о наркотиках, как учить их делиться своими проблемами и решать их совместно с взрослыми.
- **Взаимодействие и сотрудничество.** Программа реализуется посредством объединения усилий сотрудников образовательного учреждения, в котором внедряется программа, специалистов в области профилактики, правоохранительных органов и органов здравоохранения, представителей общественных организаций.
- **Оценка эффективности.** Программа, работа исполнителей и процесс реализации программы постоянно подвергаются экспертизе. По ее результатам вносятся уточнения и дополнения. Показателями эффективности являются: характер усвоения материала, изменение взаимоотношений, принятие решений, самооценка, общение и другое.

### **Содержание программы**

#### **формирование личностной компетентности**

обучение школьников умению владеть собой в различных обстоятельствах.

- Познай себя
- Учусь понимать себя
- Учусь владеть собой
- Познание себя. Выражение чувств.
- Понятие стресса и проблемно-разрешающее поведение.
- Личные психологические зоны риска

#### **формирование социальной компетентности**

воздействие на важнейшие социальные навыки и улучшения общей социальной компетентности.

- Учусь понимать других.
- Учусь общаться
- Секреты сотрудничества
- Как избежать конфликта
- Я и другие
- Как я разрешаю конфликты

#### **информирование о психоактивных веществах**

информирование подростков относительно приема наркотиков, создание у них антинаркотических установок, нормативных ожиданий, а также на развитие умения противостоять нежелательному влиянию массмедиа и сверстников.

- Возвращение Гулливера
- Ч то скажет доктор Айболит?
- Гулливер против табака
- Потребление ПАВ (мифы и реальность)
- Употребление- Злоупотребление-Болезнь.
- Лекарственные препараты.
- Потребление ПАВ (мифы и реальность). Что такое «зависимость»
- Реклама ПАВ: сопротивление и СМИ-грамотность.
- Психологические признаки опасности

- Что и кому я должен.
- Умение сказать «НЕТ!»

**Программа предусматривает организацию профилактической работы по следующим направлениям:**

1. проведение профилактической работы на протяжении всего периода становления личности школьника.
2. проведение профилактических мероприятий со всеми представителями системы *«школа-ребёнок-семья»*:
  - **Работа с педагогами**  
Цель работы с педагогами — знания и умения педагогов в создании в классе благоприятной для учащихся (не провоцирующей употребление ПАВ) атмосферы, отношение к ученикам, основанное на любви, уважении, оптимальной требовательности и справедливости. Повышение коммуникативной культуры педагогов может способствовать снижению употребления ПАВ среди учащихся.
  - **Работа с родителями**  
Цель работы с родителями — приобретение родителями знаний и умений по созданию в семье благоприятной (не провоцирующей употребление ПАВ) атмосферы, формирование отношения к своим детям, основанного на оптимальной требовательности, справедливости.
  - **Работа с учащимися**  
Цель — усиление «защитных факторов» детей и подростков против употребления ПАВ (психоактивных веществ) и ликвидация или ослабление «факторов риска» употребления ПАВ.

**Подходы:**

***Предоставление информации.*** Этот подход основан на том, что учеников информируют о конкретных ситуациях, представляющих опасность.

***Предоставление альтернативы.***

Если дети будут заняты какой-то интересной деятельностью, то у них не будет ни времени, ни желания употреблять ПАВ. Детям предоставляется широкая возможность заниматься спортом, наукой, искусством и т.п. (различные альтернативы, которые должны предотвратить употребление ПАВ).

***Апелляция к ценностям и знаниям.***

Наиболее важная цель в профилактике употребления ПАВ — это формирование у детей стратегических ценностных социально значимых ориентации. Когда у ребенка есть цель достигнуть чего-то важного в жизни, то тогда он сам будет стремиться подчинить свою жизнь достижению этой цели.

**Этапы реализации программы** (все мероприятия проводятся в течение года).

**I. Подготовительный этап**

**Цель:** Проведение социально-психологического мониторинга среди учащихся и родителей (диагностика, анкетирование, опрос)

## **Блок № 1. Диагностический**

### **Анкетирование**

#### **(на входе реализации проекта)**

выявления степени информированности

(осведомлённости) о вредных привычках, получение 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.

#### **Методика Ивановой (экспресс-метод)**

Выявление учащихся, склонных к употреблению ПАВ

- выявление среди обучающихся склонности к употреблению алкоголя, наркотиков, психотропных веществ для последующей индивидуальной коррекционной и профилактической работы, психолого-педагогического сопровождения обучающихся «группы риска» и членов их семей.

## **Блок № 2. Информационно - ознакомительный**

### **Педагогический коллектив**

**Цель: Просвещение, формирование в педагогическом коллективе ценностно-смыслового единства по отношению к проблеме употребления ПАВ**

Лекции, семинары

-Введение в проблему, включение в деятельность по реализации данной системы профилактики.

-Формирование компетентности у педагогов по вопросам профилактики злоупотребления ПАВ детьми и подростками, формирование у них позиции активных соучастников профилактических мероприятий.

### **Работа с родителями: лекции (родительские собрания)**

1.Познай своего ребёнка

2. Факторы риска употребления ПАВ и защитные факторы

3.Гармоничные семейные отношения

4. Навыки общения с детьми

#### **Задачи:**

- Формирование у родителей знаний о психофизиологическом развитии детей;

- формирование представлений о факторах риска употребления ПАВ:

-определить условия, выступающие защитными механизмами в профилактике употребления ПАВ;

- Формирование у родителей понятия «семья», представлений о «здоровой» и «дисфункциональной» семье, стилях воспитания. О роли семьи в процессе профилактики употребления детьми ПАВ

- Сформировать общее представление о культуре детско-родительских отношений, правилах общения с детьми в различных типах ситуаций, о способах поддержки детей в конфликтных и кризисных ситуациях



## **Блок № 3. Планирование мероприятий учащимися (КТД), направленных на профилактику употребления ПАВ**

**Создание инициативной группы из коллектива учащихся для проведения профилактической работы внутри школы.**

### **Акции**

Выпуск стенных газет-молний

«Здоровый образ жизни»

Обозначить ценности, важные для подростков (семья, дружба, любовь, карьера)

### **Анкета-Игра**

«Социологический опрос»

создание условий для осмысления своего отношения к табакокурению, к здоровому образу жизни.

### **Конкурс**

Лучший плакат по темам: «Я против наркотиков», «Алкоголь-яд», «Тебе жить»

создание у учащихся установок против употребления ПАВ

## **II. Основной этап**

**Цель:** Реализация проекта по профилактике злоупотребления ПАВ

**Мероприятия, направленные на профилактику употребления ПАВ и формирование жизненных навыков.**

**Блок 1. (1-4 классы, примерное тематическое планирование занятий с учащимися):**

### **1.Познай себя**

- Формирование у школьников представления о себе, своих сильных сторонах, о качествах своей личности

### **2.Что скажет доктор Айболит?**

- формирование навыков преодоления любопытства, усвоение школьниками правил обращения с медицинскими препаратами

-активизация здорового чувства опасности, носящего защитный характер

### **3.Возвращение Гулливера**

-предоставление основных знаний о последствиях курения

-разъяснение причин курения

-формирование начального представления о здоровом образе жизни

-представить основные сведения о пассивном курении

-рассказать о влиянии курения на внешность человека

-влияние курения на учёбу

-почему курение и спорт несовместимы

-закрепление пройденного материала и формирование личной позиции в отношении курения

## **Блок № 2. (5-6 классы)**

### **1.“Я учусь владеть собой”**

-Формирование эмоциональной стабильности и положительной самооценки;

- Развитие коммуникативных навыков.
- Обучение ребят ответственному отношению к своим поступкам
- Развитие умения сказать “Нет”.
- Повышение самооценки и уверенности в себе.

Кл. руководитель  
Педагог-психолог

## **2. Потребление психоактивных веществ: миф и реальность (курение, токсикомания, алкоголь, наркотики и т. п.)**

Дать общее представление о ПАВ и последствиях их употребления

Кл. руководитель  
Педагог-психолог

## **3. Употребление – злоупотребление - болезнь.**

- сформировать представление о том, к чему приводит чрезмерное употребление напитков
- рассмотреть, каким образом злоупотребление алкогольными напитками влияет на внешний вид человека
- сформировать негативное отношение к употреблению алкогольных напитков, когда оно вредит здоровью человека и мешает ему благополучно жить

## **4. Лекарственные препараты**

- предупредить употребление лекарственных препаратов не в лечебных целях.

## **5. Особенности поведения и черты личности тех, кто употребляет наркотики.**

- дать информацию о влиянии ПАВ на организм человека
- сформировать представление о том, что человек, употребляющий ПАВ, может быть опасным для других
- объяснить, что употребление наркотических веществ всегда сопряжено с нарушением закона

## **6. «Наркотикам не место в моей жизни»**

- формирование негативного отношения к употреблению наркотиков
- обучить способам избегания опасных ситуаций
- выработать у учащихся отношение к употреблению ПАВ как к неприемлемой форме поведения.

## **Блок № 3. (7-11 классы)**

### **1.Познание себя. Эмоции.**

#### **Чувства. Выражение чувств.**

Развитие умений:

- различать эмоции и чувства, распознавать их у себя и у других;
- принимать свои эмоции и чувства окружающих людей;
- говорить о своих эмоциях и проблемах;
- контролировать свои эмоции и поведение и управлять ими.

### **2. Отношение к себе, самооценка.**

- научить признавать право на ошибки;
- развитие адекватной самооценки, отношения к себе, своим возможностям и недостаткам;
- развитие собственной системы ценностей, целей и установок;
- развитие способности делать самостоятельный выбор

-контролировать свое поведение.

### **3.Понятие стресса и проблемно– разрешающее поведение.**

- обучение навыкам совладания со стрессом;
- развитие способности решать простые и сложные жизненные проблемы, оценивать ту или иную ситуацию и свои возможности контролировать ее;
- формирование навыка совладания с изменениями и потерями.

### **4.Позитивное общение**

#### **Принятие решений**

- информирование подростков и обсуждение с ними возрастных особенностей, которые делают их психологически уязвимыми
- формирование умений создавать, сохранять и разрывать дружеские отношения

### **5.Когда взаимодействовать непросто**

Развитие умений разрешать конфликты

### **6.Потребление психоактивных веществ: миф и реальность.**

#### **Что такое «зависимость»**

- Предоставить подросткам необходимую информацию для преодоления общепринятых мифов и неправильного понимания значения психоактивных веществ (алкоголя, табака, марихуаны и наркотических веществ)
- Описание влияния алкоголя на организм. Физиологические и поведенческие эффекты влияния алкоголя на организм.
- Обсуждение мотивации употребления или неупотребления алкоголя. Изучить мифы и реальные факты, касающиеся марихуаны.
- Обсудить причины, по которым подростки могут использовать марихуану.
- Реальное воздействие марихуаны на организм

Дать достоверную информацию о причинах и последствиях формирования зависимости;

### **7.Реклама ПАВ: сопротивление и СМИ-грамотность**

- Повысить осознание подростками приёмов, которые используются рекламой для манипулирования поведением покупателей, и научить их сопротивляться этим приёмам

### **8.Психологические признаки опасности**

- анализ психологических особенностей подростков, у которых обнаруживаются аддиктивные (зависимые) формы поведения или склонность к ним (алкоголь, наркотики, игромания)

### **9.Что и кому я должен. Умение сказать «НЕТ!»**

- развитие навыков давлению со стороны.
- выработка индивидуальных способов следования оправданным и уклонения от ненужных и манипулятивных ожиданий окружающих
- сформировать навык принятия решения в ситуациях выбора и умения сказать «нет».

### **Блок №4 Индивидуальная работа**

**Цель:** - оказание психологической помощи и поддержки школьникам, находящимся в состоянии актуального стресса, конфликта, сильного эмоционального переживания, а так же их родителям и педагогам

- ликвидация или ослабление «факторов риска» употребления ПАВ
  - Работа со школьниками в процессе проведения проекта (ведение отдельных блоков программы совместно с классным руководителем или социальным педагогом).
  - Работа со школьниками в малых группах вне занятий по программе, с целью оказания необходимой помощи и поддержки.
  - Проведение с обучающимися, склонными употреблению ПАВ, индивидуальную коррекционную работу (составление индивидуальной комплексной программы сопровождения несовершеннолетнего, склонного к употреблению ПАВ)
- Цель:** Усиление личностной установки или формирование мотивации несовершеннолетнего на полное прекращение употребления ПАВ.

### **III. Заключительный этап (рефлексивный)**

**Цель:** Проведение контрольной диагностики с целью оценки эффективности программы, анализ достигнутых результатов и определение перспектив дальнейшего развития программы.

#### **Блок № 1. Диагностический**

##### **Анкетирование (на выходе реализации проекта):**

- выявления степени информированности (осведомлённости) о вредных привычках
- выявление роли воспитательного воздействия педагогов на формирование привычек здорового образа жизни у детей

##### **Круглый стол**

Анализ опроса участников программы на конец учебного года, включающего в себя:

- изучение степени удовлетворенности участников образовательного процесса содержанием и процессом реализации образовательной программы;
- получение достаточного объема знаний по заданной тематике.

Приложение № 1

### **Методические рекомендации по реализации проекта**

#### **Структура занятий.**

**Каждое занятие программы включает несколько обязательных этапов:**

- 1. Начало работы.** Введение в тему занятия — объяснение и демонстрация навыка. Для создания рабочего настроения в группе и повышения интереса желательно использовать в начале работы интерактивные игры-разминки, арт-методы. (5 мин)

2. **Работа по теме занятия.** Поведенческий тренинг определенного навыка в упражнении. Упражнения можно проводить в форме ролевой игры, дискуссии, мозгового штурма, предполагающих использование осваиваемого навыка. (25 мин)

3. **Завершение. Обсуждение упражнения.** Поддержка в виде конструктивной обратной связи, направленная на повышение стремления к самосовершенствованию. Индивидуальная оценка достигнутого подростком прогресса с целью позитивного подкрепления. (10 мин)

4. **Домашнее задание.** Расширенная практика направлена на закрепление результатов работы и предполагает применение осваиваемого навыка вне занятий. По желанию участников проводится обсуждение предыдущего домашнего задания и дается задание на следующий раз. (5 мин)

**Для проведения занятий не требуется дорогостоящего оборудования, но желательно иметь необходимый минимум:**

- канцелярские принадлежности (бумага, ватман, плотные листы бумаги, фломастеры, маркеры, ручки, карандаши, краски для рисования, ножницы, клей, скотч, флип-чарт, бейджи, кнопки, скрепки);

- музыкальный проигрыватель для создания эмоционального настроения на упражнения и

- организации перерыва.

Кроме того, при наличии возможности, можно использовать:

- телевизор и видеоаппаратуру для показа видеоматериалов;
- фотоаппарат;
- копировальный аппарат для размножения раздаточных материалов, анкет и прочего.

**Чтобы программа была эффективной, при ее проведении необходимо помнить, что:**

- Наличие знаний о вреде наркотиков и даже изменение установок в отношении них не гарантируют желаемых изменений поведения, поэтому программа должна сочетать различные стили, походы и методики. Это позволяет всем участникам программы освоить необходимые знания, развить полезные социально-психологические навыки и отработать поведенческие модели.

- При информационном подходе сенсационность сообщений и тактика запугивания обычно вызывают сомнения в достоверности информации.

- Предъявленные осторожно и честно сведения о плюсах и минусах явления дают больший эффект, чем однобокая информация, поскольку в дальнейшем дети могут столкнуться с альтернативными или противоречивыми фактами.
- Доказана эффективность активного участия детей в специально моделируемых ситуациях, когда они формулируют свои личные позиции в отношении ПАВ, и неэффективность пассивного присутствия.
- Регулярное проведение работы по программе (еженедельные занятия) способствует ее эффективности.
- Эффективен тренинг социальной компетентности, особенно с подростками 11–14 лет.
- Проведение поддерживающих занятий после основной программы повышает ее эффективность.

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ.**

При работе подростками ведущий может столкнуться с определенными стереотипами, сформированными у них по отношению к взрослому. Эти стереотипы могут существенно затруднять процесс работы и снижать ее эффективность, поэтому одной из важнейших задач ведущего является преодоление этих стереотипов и формирование представлений о том, что работа со взрослым может быть построена на партнерстве и доверии.

#### ***Наиболее распространенные мнения и убеждения подростков о взрослых***

- 1. «Взрослые не хотят понять меня».** Ведущий может эффективно взаимодействовать с подростком, только если внутренний мир ребенка для него действительно интересен.
- 2. «Взрослый всегда оценивает и решает, что правильно, а что нет».** Ведущему следует избегать при работе с детьми оценочных суждений, ему необходимо делиться своими чувствами и своим мнением.
- 3. «Взрослые всегда уверены в своей правоте».** Ведущему следует относиться к информации полученной от подростка, с уважением и доверием.
- 4. «Взрослые никому не дают права на ошибку».** Ведущему следует помнить, что любой, даже негативный, опыт при условии принятия и переосмысления является ресурсом для личностного роста.

**5. «Взрослые всегда навязывают свою волю».** При работе с детьми следует учитывать их желания и потребности.

**6. «Общаясь со взрослым, всегда можно “надавить на жалость” и добиться своего».** Ведущему следует быть уверенным в своей позиции и не поддаваться на манипуляции.

**7. «Взрослые часто бывают неискренними с детьми».** Среди подростков, особенно группы риска, много тех, кто не раз в своей жизни был обманут взрослыми, поэтому они очень чувствительны ко лжи. Завоевать доверие подростков — важнейшая задача ведущего, которую он может решить, только если будет предельно искренним и правдивым во взаимоотношениях с детьми.

Чтобы преодолеть сложившиеся стереотипы, необходимо научиться конструктивно общаться с подростками.

**В этом помогут следующие рекомендации.**

– При первой встрече с подростками важно продемонстрировать, что у вас есть общие взгляды на самые разнообразные вещи. Добиться этого можно, задавая эмоционально нейтральные вопросы с заведомо прогнозируемым положительным ответом.

– Ведущему желательно не употреблять категорических суждений, а высказываться, используя выражения типа «наверное», «скорее всего», «возможно», «пожалуй, я могу с тобой согласиться», «у меня схожее мнение», «я тоже так думаю», «в твоих словах есть здравый смысл».

– Необходимо демонстрировать заинтересованность и внимание к увлечениям подростка, какими бы незначительными, на взгляд ведущего, они ни были. Можно попросить подростка рассказать о своих увлечениях более подробно, задавая ему ряд уточняющих вопросов и проявляя интерес.

– Не стоит спорить с подростком, отстаивая «истинную» точку зрения, потому что в большинстве случаев главная задача ведущего — преодолеть отчуждение ребенка, а не установить истину.

– Следует внимательно относиться к тому, что подросток рассказывает о себе и других людях, поскольку, рассказывая о себе, он пытается повысить чувство собственного достоинства, а, рассказывая о других, как правило, поднимает волнующие темы, за которыми стоят его собственные проблемы. Ведущему важно принять полученную информацию и тем самым помочь снятию внутреннего напряжения у подростков.

## **Рекомендации педагогам по профилактике злоупотребления учащимися психоактивных веществ (ПАВ).**

- Предоставляйте детям и подросткам объективную информацию о последствиях употребления ПАВ, учитывая возрастные и индивидуальные особенности.
- Помогайте детям и подросткам сформировать адекватное представление о себе, своих способностях и возможностях.
- Обучайте конструктивному взаимодействию с окружающими.
- Развивайте навыки преодоления стрессовых ситуаций, умение управлять собственными эмоциями.
- Выработывайте устойчивую способность у учащихся отказываться в ответ на предложения употреблять ПАВ.
- Поощряйте подростков отстаивать свою точку зрения, проявлять самостоятельность.
- Раскрывайте детям и подросткам перспективы здорового образа жизни, способы удовлетворения потребностей, разрешения проблем без применения ПАВ.
- Способствуйте осознанию учащимися жизненных целей и путей их достижения.

### **Простые правила на каждый день.**

- Как можно шире и глубже осваивайте молодежную субкультуру, т.е. проявляйте больше компетентности в вопросах, интересующих молодых.
- Не забывайте о чувстве юмора. Не бойтесь шуток, смеха, розыгрышей – они не мешают, а помогают в работе с детьми.
- Не срывайте на учениках плохое настроение, свои служебные и прочие неприятности.
- Улыбайтесь!
- Попытайтесь заинтересовать учеников своими увлечениями и проявить интерес к занятиям и интересам подростков.
- Постарайтесь ближе узнать тех подростков, на поведение и мнение которых «трудные» в вашем классе ориентируются, которым подражают.

## **Признаки, указывающие на то, что подросток употребляет ПСИХОАКТИВНЫЕ ВЕЩЕСТВА (ПАВ).**

### ***Внешние признаки:***

- бледность лица;
- усталый вид;
- быстрая потеря веса (человек, употребляющий наркотики, теряет аппетит);



- изменение координации;
- покраснения, пятна или волдыри вокруг носа и рта;
- постоянно воспаленные глаза;
- чрезмерно суженные или расширенные зрачки;
- специфический запах одежды (к примеру, уксусного формальдегида, использующегося при самостоятельном приготовлении наркотика);
- использование парфюмерии для сокрытия других запахов;
- изменения в одежде (чтобы скрыть следы приема наркотиков) – замена короткого рукава на длинный.

***Поведенческие признаки:***

- нарушение сна (бессонница);
- появление таинственности в поведении (к примеру, очень быстрые телефонные разговоры без обращения по имени);
- изменение дружеских контактов (потеря старых друзей, появление новых, как правило, более взрослых);
- воровство денег, пропажа вещей в семье;
- агрессивность (чаще всего проявляется в период абстиненции «ломки»);
- потеря интереса к прежнему образу жизни (хобби, увлечениям);
- прогулы в школе, снижение успеваемости;
- изменения в личной гигиене (в особенности в уходе за зубами - наркоману трудно их чистить, т. к. это приводит к рвоте);
- нарушение точности и аккуратности движений;
- стремление быть незамеченным родителями после прогулки.

*Безусловно, данный перечень не исчерпывает всех возможных сигналов употребления наркотиков. Некоторые признаки могут проявиться и у вполне благополучных детей. Поэтому предположение о том, что ребенок употребляет наркотики, должно быть основано на совокупности и взаимодополняемости перечисленных выше внешних и поведенческих признаков наркомании.*

**Рекомендации родителям**

**Что делать, если вы подозреваете, что ваш ребенок употребляет наркотики?**

**1. Разберитесь в ситуации.** Не паникуйте. Даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили на руке своего сына или дочери след укола, это еще не означает, что теперь ваш сын неминуемо станет наркоманом и погибнет. Зависимость от наркотика хотя и формируется достаточно быстро, все же на это требуется время.

Кроме того, бывают случаи, когда подростка вынуждают принять наркотик под давлением или в состоянии алкогольного опьянения. Помните и о том, что многим взрослым людям приходилось употреблять наркотические средства (например, обезболивающие наркотики, масочный наркоз и т.д.) Найдите в себе силы спокойно во всем разобраться. Решите для себя, сможете ли вы сами справиться с ситуацией или вам нужно обратиться за помощью. И постарайтесь с первых же минут стать для своего ребенка не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с надвигающейся бедой.

**2. Сохраните доверие.** Ваш собственный страх может заставить Вас прибегнуть к угрозам, крику, запугиванию. Это скорее всего оттолкнет подростка, заставит его замкнуться. Не опешите делать выводы. Возможно, для Вашего сына или дочери это первое и последнее знакомство с наркотиком, Будет лучше, если Вы сможете поговорить со своим ребенком на равных, обратиться ко взрослой части его личности. Особенно ценным для сохранения доверия мог бы быть разговор с подростком о вашем собственном опыте употребления (Возможно, алкоголя). Было ли тогда важным почувствовать себя взрослым или быть принятым в компании, или испытать новые ощущения? Не исключено, что подобные же проблемы стоят сейчас перед вашим ребенком. Возможно, что наркотик для него сейчас - это способ самоутвердиться, пережить личную драму или заполнить пустоту жизни.

**3. Оказывайте поддержку.** "Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я все же люблю тебя и хочу помочь", - вот основная мысль, которую вы должны донести до подростка. Он должен чувствовать, что бы с ним ни произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом, получить понимание и поддержку. Оставайтесь открытыми для своего ребенка. Пусть у него как можно чаще будет возможность обратиться к вам со своими трудностями. Постарайтесь найти больше времени для общения и совместных занятий; поощряйте интересы и увлечения подростка, которые смогут стать альтернативой наркотику; интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И наконец, помните, что сильнее всего на вашего ребенка будет действовать ваш собственный пример. Подумайте о своем собственном отношении к некоторым веществам типа табака, алкоголя, лекарств. Будьте уверены, дети видят, как вы справляетесь с собственными зависимостями, пусть даже не такими опасными, как наркотик.

**4. Обратитесь к специалисту.** Если вы убедились, что ваш ребенок не может справиться с зависимостью о наркотика самостоятельно и вы не в силах помочь ему - обратитесь к специалисту. Не обязательно сразу обращаться к наркологу. Если у подростка еще не выработалась стойкая зависимость и наркотик для него - способ

справиться с личными проблемами, лучше начать с психолога или психотерапевта. Будет очень хорошо, если и сам подросток сможет пообщаться с психологом (при этом важно избегать принуждения). Специалист сможет более точно и объективно оценить ситуацию и вместе с вами и вашим ребенком попробовать найти выход из трудного положения. Если же вы чувствуете, что у вашего ребенка уже сформировалась стойкая зависимость от наркотика, не теряйте времени - обращайтесь к наркологу. В настоящее время существуют различные подходы к лечению наркомании. Посоветуйтесь с разными врачами, выберите тот метод и того врача, которые вызывают у вас доверие. И помните, чтобы помощь нарколога была эффективной, необходимо искреннее желание подростка освободиться от зависимости. Наркомания - тяжелое и коварное заболевание. Будьте готовы к тому, что спасение вашего ребенка может потребовать от вас серьезных и длительных усилий.

## Приложение № 2

### **Анкеты «Вредные привычки»**

Анкетирование проводится с целью получения информации о формировании привычек курить, употреблять наркотические вещества у учащихся 1-11 классов, 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:**
- 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

**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.

### **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 пробовать 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.

Приложение №3

**Изучение осведомленности обучающихся  
о психоактивных веществах**

**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

**6. 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.** \_\_\_\_\_

### **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)

### **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, нарушалось 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

### **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 - ...

### **Методика выявления степени информированности о вредных привычках учащихся 6 – 11 классов**

Данная методика предназначена для выявления отношения к вредным привычкам учащихся **6 – 11 классов**.

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

### **Анкета «Что ты знаешь о наркотиках»**

Проверь себя.

#### **1. Наиболее распространенный наркотик в России**

- анаша;
- алкоголь;
- опий.

#### **2. Какая возрастная группа наиболее подвержена наркотической зависимости?**

- 10-17;

- 18-25;
- 26-35;
- 36-60;
- 61 и старше.

### **3. Большинство наркоманов впервые употребили наркотик**

- под «давлением»;
- за компанию;
- случайно.

### **4. Какое из перечисленных веществ приносит огромный вред здоровью большинству населения России:**

- сигареты;
- опий;
- кокаин.
- кофеин.

### **5. Какое из перечисленных веществ представляет наибольшую опасность?**

- анаша;
- никотин;
- ингалянты (средства бытовой химии).

### **6. Что лучше помогает отрезветь пьяному?**

- кофе;
- холодная вода;
- время;
- прогулка.

### **7. Как долго остается анаша в организме после курения?**

- один день;
- 12 часов;
- до 1 месяца;
- один час.

### **8. Что делает анашу особенно опасной сегодня?**

- она широко распространена;
- она может влиять на физическое и умственное развитие;
- дети младшего возраста употребляют ее;
- все вместе.

**Ответы:**

1. Алкоголь. Осторожно – это опасно! Вы можете найти его в киосках, в магазинах, ресторанах, почти в каждом доме. Его даже рекламируют по телевизору. Многие люди, включая подростков, употребляют его, не задумываясь о будущем.

1. 18-25 лет.

2. 3. За компанию. Большинство людей пробуют наркотик впервые в компании друзей.

3. Сигареты. Миллионы людей курят. Ежегодно тысячи людей умирают из-за привычки курить. Курение приводит к сердечным заболеваниям, заболеваниям легких, раку. Это делает табак самым опасным наркотиком.

5. Ингалянты (средства бытовой химии). Их употребление очень быстро приводит к умственному недоразвитию, тем более, что наркотик часто употребляют дети.

6. Время. Холодная вода, кофе, физическая нагрузка не помогут быстрому отрезвлению. Требуется много времени, чтобы организм освободился от алкоголя.

7. До одного месяца. Тетра-гидроканобиол (наркотическое вещество, содержащееся в конопле) накапливается в жировых клетках организма и обезвреживается очень долго.

8. Все вместе. Этот наркотик очень распространен среди молодежи. Его употребление задерживает физическое и умственное развитие, нарушает память, внимание, способность приобретать знания, что затрудняет, а порой делает невозможным дальнейшее обучение.

Анаша часто является «воротами» для других наркотиков. Она, конечно, не «заставляет» людей применять другие наркотики, но наступает время, когда она не дает прежних ощущений, тем самым, вынуждая принять более сильный наркотик.

### **Анкета для проверки знаний по проблеме наркомании**

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

#### **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 одноразовое 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.

Приложение № 4

### **Экспресс-метод выявления несовершеннолетних, склонных к наркотизации (Авторы: Иванов А.В., Иванова С.В.)**

Исключительно важным начальным этапом для целенаправленной профилактики является предварительная оценка объекта профилактической работы. Для изучения представлений подростков разного возраста о наркотиках и об их отношении к ним, специалистами Института специальной педагогики и психологии был разработан экспресс- метод выявления групп риска подростков, склонных к наркотизации (А.В.Иванов, С.В.Иванова 1999).

Метод включает в себя анкету, состоящую из десяти вопросов и метод семантического дифференциала, дающий возможность оценить не столько сферу знаний о наркотиках, сколько характер внутреннего отношения и переживаний к данной проблеме.

В результате обработки данных мониторинга с использованием этого метода можно выделить ряд параметров, по которым определяются факторы риска: «фактор окружения», «фактор опасения», «фактор личного опыта», а также «фактор отношения», уровень риска, по которому выявляется по результатам методики семантического дифференциала.

На основании ответов по каждому из факторов можно судить о том, как велика вероятность «вхождения» подростка в группу риска, а также делать выводы о направленности профилактической работы.

Кроме непосредственно диагностической функции методика позволяет «войти» в детско-подростковый коллектив для дальнейшего обсуждения проблемы распространения наркотиков.

### **Инструкция.**



На бланках в правом верхнем углу опрашиваемые должны отметить свой возраст и пол (если опрос проводится анонимно).

Нужно предупредить несовершеннолетних при заполнении семантического дифференциала складывать бланк по линии сгиба так, чтобы не было видно уже заполненные таблицы.

### **1 шаг. Заполнение семантического дифференциала (наркотик).**

**Инструкция:** перед вами таблица, состоящая из двенадцати пар определений, в каждой паре определения противоположны друг другу по смыслу (например: горячий - холодный, громкий - тихий и т.д.), цифры означают степень выраженности того или иного признака. Охарактеризуйте слова, которые мы будем вам называть, данными признаками, всеми двенадцатью, обводя кружком ту цифру, которая, по вашему мнению, соответствует степени выраженности признака предложенному слову. Никакой предмет не может быть и горячим, и холодным одновременно, т.е. надо выбирать какой он для вас. Не представляйте физические параметры называемых нами слов, и не пытайтесь анализировать их, необходимо отмечать свою первую реакцию. Ноль постарайтесь использовать только в крайнем случае, если очень затруднительно определиться с характеристикой. Пожалуйста, не обсуждайте между собой заполнение методики, важно, чтобы это была ваша личная реакция. Слово, которое мы вам называем, пишете справа от таблицы. Первое слово – наркотик.

### **2 шаг. Заполнение опросника.**

**Инструкция:** когда закончите заполнять семантический дифференциал, переверните бланк на другую сторону. Перед вами десять вопросов, на первый вопрос вы можете подчеркивать несколько слов, или дописать все, что для вас является верным.

Во втором вопросе в квадрате галочкой отметьте верный на ваш взгляд ответ.

В третьем вопросе надо написать, сколько может прожить человек после того, как начал регулярно употреблять наркотики.

В четвертом галочкой отмечаете верный на ваш взгляд ответ или дописываете свой вариант.

В пятом вопросе перечислите те наркотические вещества, которые вы знаете, и те, которые вы сами относите к наркотикам.

В шестом вопросе вы можете отметить что-то из предложенных вариантов или дописать свой ответ.

В седьмом вопросе вы описываете свои действия в предложенной ситуации.

В восьмом вопросе для вас верным может оказаться не один вариант, а первый и второй, отметьте и подчеркните, то, что для вас является верным.

В девятом описывайте состояние так, как, по-вашему, его можно охарактеризовать.

В десятом галочкой отмечаете верный для вас ответ.

Важно, чтобы все ответы были лично вашими, не обсуждались с товарищами и не были продиктованы тем, чему вас учили, это должно быть ваше личное мнение и ваш личный взгляд на данную проблему.

### **3 шаг. Заполнение семантического дифференциала.**

**Инструкция:** пожалуйста, переверните лист и проверьте, чтобы он был сложен, и не видно уже заполненного семантического дифференциала, заполните семантический дифференциал на себя, напишите справа Я—сам или Я – сама.

### **4 шаг. Заполнение семантического дифференциала.**

**Инструкция:** еще раз сложите лист (проверьте, все ли ребята выполнили инструкцию), следующее слово, которое вам необходимо охарактеризовать в предложенной таблице - удовольствие, справа напишите - удовольствие. Но это удовольствие не от наркотиков, вы должны представить то, что лично вам доставляет наибольшее удовольствие и описать его.

На бланке остается свободная таблица семантического дифференциала. Вы можете предложить несовершеннолетним заполнить ее на любое интересующее вас понятие. Это может быть или человек, которого вы хотите привлечь к профилактической работе, или фактор защиты, который, по вашему мнению, может быть значимым в вашей работе, или наиболее значимый, по вашему, фактор риска, на снижение которого вы хотите направить свои усилия в профилактической деятельности.

### **Обработка опросника.**

#### **1 вопрос.**

Друзья- 3 балла.

Друзья, телевидение, журналы- 3 балла.

Телевидение, журналы- 2 балла.

Телевидение, журналы, родители, учителя, друзья- 2 балла.

Родители, учителя- 1 балл.

Телевидение, журналы, родители, учителя- 1 балл.

#### **2 вопрос.**

А) 1 балл.

Б) 2 балла.

В) 3 балла.

Ответы типа: зависит от наркотика, зависит от человека и т.п. оцениваются на 3 балла.

**3 вопрос.**

До 5 лет- 1 балл.

До 15 лет-2 балла.

Более 15 лет-3 балла.

**4 вопрос.**

А) 3 балла.

Б) 2 балла.

В) 1 балл.

Другой вариант: если в собственном варианте ответа отмечается возможность употребления психоактивных веществ без вреда для здоровья человека и личности в целом- 3 балла.

**5 вопрос.**

Перечисление пяти и менее общеизвестных наркотических веществ- 1 балл.

Перечисление до десяти достаточно известных наркотических веществ – 2 балла.

Перечисление более десяти наркотических веществ – 3балла.

Если перечисляются жаргонные названия наркотических веществ, сложные лекарственные наименования и т.п. вне зависимости от количества - 3 балла.

**6 вопрос.**

А) 3 балла

Б) 2 балла

В) 1 балл.

Другие ответы оцениваются в зависимости от того, какая личностная оценка вкладывается опрашиваемым: положительная – 3 балла, нейтральная – 2 балла, отрицательная – 1 балл.

**7 вопрос.**

Ответы типа: «если захочет, перестанет сам», «как начал, так и закончит» и т. п., т.е. возможность отказа от наркотиков воспринимается как простое действие, не требующее вмешательства извне и основанное только на личном желании, оцениваются на 3 балла.

Если опрашиваемый пишет: буду уговаривать, объяснять, сделаю все возможное, скажу родителям, т.е. необходимость помощи осознается, но нет понимания всей сложности проблемы и знания о возможностях помощи в данной ситуации – 2 балла.

Если в ответах упоминается необходимость обращения за помощью к специалистам (даже если упоминается необходимость личного желания наркотизирующегося) – 1 балл.

**8 вопрос.**

А) 3 балла

Б) 2 балла

В) 1 балл.

Если одновременно отмечаются ответы А) и Б) – 3 балла.

При любом упоминании употребляющих наркотики людей в ближайшем окружении – 3 балла.

**9 вопрос.**

При положительном описании состояния наркотического опьянения *от первого лица* – 3 балла.

При описании отрицательных сторон наркотического опьянения *от первого лица* – 3 балла.

При нейтральном описании, или упоминании и положительных и отрицательных сторон наркотического опьянения, описываемых со стороны – 2 балла.

Описание негативных сторон наркотического опьянения, описываемых со стороны – 1 балл.

**10 вопрос.**

А) 2 балла

Б) 1 балл

В) 3 балла.

**Обработка семантического дифференциала.**

По каждому предложенному понятию (наркотик, удовольствие, Я - сам) получаем показатели: Отношения, Силы, Активности и полученные показатели обозначаем на оси ХУ.

При выявлении групп риска наркотизации, следует обращать внимание на соотношение параметра понятия «наркотик» и «Я сам». Параметр «силы» (в методе семантического дифференциала) во взаимных оценках выявляет отношения доминирования подчинения, поэтому, если показатели «силы» наркотика превышают показатель «силы» собственного Я, можно предположить наличие зависимости или отношения созависимости с кем-то из близких, злоупотребляющих психоактивными веществами.

Также следует обращать внимание на оценку несовершеннолетних себя по параметру «отношение», т.к. низкий показатель будет свидетельствовать о низкой самооценке, а значит, и о необходимости психокоррекционной работы, направленной на развитие адекватной самооценки.

Кроме того, у несовершеннолетних, употребляющих наркотики или имеющих близкие и частые контакты с людьми, злоупотребляющими психоактивными веществами, показатель «активности» наркотика будет выше, чем у тех, кто такого опыта не имеет.

В данном исследовании понятие «удовольствие» не несет непосредственной диагностической функции, посредством оценки данного понятия проверяется, правильно ли была понята инструкция испытуемым. Трудно представить, чтобы человек отрицательно относился к собственному удовольствию, поэтому, если по показателю «отношение» удовольствие будет иметь отрицательное значение, данные семантического дифференциала не оцениваются вообще. К тому же, оценка понятия удовольствие по показателю «силы» показывает, может ли человек сам организовывать и управлять теми событиями, которые приносят ему удовольствие, находить возможность и получать то, что доставляет ему радость. Кроме этого, можно делать выводы о том, что доставляет человеку удовольствие: возможность расслабиться и снизить свою личную активность (если по параметру «активность» удовольствия ниже, чем «активность» Я - сам).

Риск по фактору «опасение» свидетельствует о необходимости просветительской работы, направленной на развитие знаний о вреде наркотиков для организма человека и их разрушительном воздействии на личность. И в этом случае речь идет об организации общей воспитательной работы, основная цель которой заключается в формировании у детей и подростков антинаркотических установок как внутриличностных механизмов, обеспечивающих реализацию поведения в рамках здорового безопасного образа жизни.

Риск по фактору «окружение» указывает на опасную близость к подростку людей, употребляющих наркотики, и в данном случае требуется меры по изменению круга общения подростка, привлечение внимания родителей и педагогов к вопросу организации досуга детей и подростков, имеющих высокий балл риска по данному фактору.

Если к фактору «окружение» присоединяется риск по фактору «отношение», то требуется организация коррекционной работы, так как это есть «группа риска» в плане возможного наркотического заражения. В данном случае работа с детьми и

подростками должна быть направлена на коррекцию и нивелирование личностных деструктов, способных обуславливать приобщение к психоактивным веществам.

Риск по фактору «личного опыта» свидетельствует о необходимости серьезных мер профилактики, а в некоторых случаях, возможно, и лечения.

При составлении индивидуального плана работы с ребенком необходимо проводить диагностику личностных особенностей (тревожность, коммуникабельность, способность к восприятию социальной поддержки, направленность на поиск ощущений и др.), подростков, оказавшихся в группе риска. А также получить информацию о положении ребенка в семье, о характере семейных взаимоотношений, о его увлечениях и способностях, о его друзьях и особенностях поведения в школе и учебной деятельности.

### ***Бланк опросника***

#### ***Откуда вы получаете информацию о наркотиках?***

1. Пожалуйста, подчеркните: телевидение, журналы, родители, учителя, друзья, из других источников.

---

---

#### ***2. Как вы думаете, через какое время может возникнуть наркотическая зависимость?***

- А) Достаточно попробовать 1-2 раза
- Б) Употреблять регулярно 2-3-месяца
- В) Если употреблять редко, то вообще не возникает
- Г) Другой вариант \_\_\_\_\_

#### ***3. Сколько в среднем может прожить человек, регулярно употребляя наркотики?***

---

#### ***4. Правильно ли делить наркотики на легкие и сильные?***

- А) Да, существуют наркотические вещества, не приносящие вреда
- Б) Можно сказать, что есть наркотики более опасные и менее опасные
- В) Нет, все наркотики опасны в равной степени
- Г) Другой вариант \_\_\_\_\_

#### ***5. Перечислите наркотические вещества, которые вы знаете***

---

---

**6. Я думаю, употребление наркотиков это признак:**

- А) Самостоятельности
- Б) недостатка информации о вреде наркотиков
- В) Слабости
- Г) Другой вариант \_\_\_\_\_

**7. Что вы предпримите, если близкий вам человек начнет употреблять наркотики**

---

---

**8. Я встречал(а) людей, употребляющих наркотики, это:**

- А) Мои приятели, друзья, родственники (подчеркните)
- Б) незнакомые люди во дворе, на дискотеках и т. д.
- В) Вообще не встречал
- Г) Другой вариант \_\_\_\_\_

**9. Как вы думаете, какими словами можно описать человека, употребившего наркотик? ( Напишите несколько слов)**

---

**10. Был ли у вас собственный опыт встречи с наркотиком?**

- А) Мне предлагали, но я отказался
- Б) Не было
- В) Я пробовал(а)

## **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?

### **Анкета «Мотивы курения»**

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

отделение, 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, кроветворных 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 отсутствии сигарет приходится поступаться своим достоинством «стрелять».

12.

Дома - въевшийся запах табака, постоянно пыльное место вокруг пепельницы.

13.

Прожженные вещи.

14.

Отрицательный пример для младших.

### **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

### **Анкета «Отношение к спиртным напиткам»**

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

**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 продемонстрировать свою склонность к выпивкам.
3. Отрицательная величина говорит об отсутствии психологической склонностью к алкоголизации.
4. Величина, равная 0 или +1 является неопределенным результатом.

### **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

**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?***

**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.

### **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

бодрость 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.

Приложение № 6

#### **Анкета-игра для старшеклассников «Социологический опрос».**

Цель «Социологического опроса»: *создание условий для осмысления своего отношения к табакокурению, к здоровому образу жизни.*

#### Основные задачи:

- Получение информации для размышления.

- Оценка уровня трудностей, связанных с решением проблемы табакокурения в конкретном образовательном учреждении.

Результат акции «Социологический опрос» – создание общешкольного информационного блока, в котором будут отражены все собранные материалы.

Необходимый материал:

- Бланки опросника для всех участников;
- Листы ватмана;
- Фломастеры;
- Цветная пленка
- Линейки и карандаши.

Методические рекомендации:

Длительность проведения игры и количество участников можно планировать исходя из ресурсов образовательного учреждения. Работа эта занимает не более 15 минут.

Заполнить эту анкету предлагается также учителям и классным руководителям.

Рекомендуется результаты социологического опроса обсудить на классных часах, в школьных дискуссионных клубах.

**Инструкция участнику «Социологического опроса»**

**Дорогие старшеклассники!**

Вы не раз слышали о том, что человек должен вести здоровый образ жизни, что такие вредные привычки как курение, алкоголизм, наркомания не сохраняют наше здоровье. И человек имеет право сам решать, какие жизненные ценности для него наиболее важны.

И вы имеете право сами выбрать свой образ жизни, ведь у каждого из вас свои ценностные взгляды на жизнь...

Нам хотелось бы узнать мнение граждан нашей школы о такой проблеме как табакокурение. Мы предлагаем вам принять участие в социологическом опросе, ответив на вопросы анонимной анкеты.

В анкете предлагается ряд вопросов, на которые даются варианты ответов. Из этих ответов вы должны выбрать один, наиболее значимый, по вашему мнению, и отметить его знаком «+».

**БЛАНК ОПРОСНИКА**

**СОЦИОЛОГИЧЕСКИЙ ОПРОС УЧАЩИХСЯ ШКОЛЫ**

Класс \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Пол \_\_\_\_\_

Не курю \_\_\_\_\_ Пробовал(а) \_\_\_\_\_ Курю регулярно \_\_\_\_\_



**1. Выбери из представленных ниже жизненных ценностей 3 наиболее, по твоему мнению, важные для человека. Проранжируй их, поставив рядом числа: 1,2,3.**

- А) Профессиональная карьера;
- Б) Крепкое здоровье;
- В) Хорошая дружная семья;
- Г) Яркая, насыщенная жизнь;
- Д) Материальное благополучие;
- Е) Близкие друзья.

**2. Чем ты готов пожертвовать ради курения табачных изделий:**

- А) деньгами,
- Б) физическим здоровьем,
- В) обонянием и чувством вкуса,
- Г) чистотой дома и одежды,
- Д) приятной внешностью,
- Е) продолжительностью жизнью.

**3. С каким из данных утверждений ты согласен:**

- А) при курении в кровь попадают такие вещества, которые вырабатываются организмом в ситуациях достижения победы,
- Б) курение является универсальным «ключиком» в установлении отношений в группе,
- В) курение дает свободу, вызывая зависимость, т.к. свободному человеку не должно быть трудно бросить курить,
- Г) курение вызывает материальную зависимость,
- Д) многие взрослые хотят бросить курить и платят за это большие деньги,
- Е) курение – это примета взрослости,
- Ж) курят в основном под влиянием друзей, но отказ от курения не означает отказ от друзей,
- З) некурящие люди имеют право на свежий воздух,
- И) реклама курения – это чьи-то доходы за счет здоровья курильщиков,
- К) каждый в праве выбирать, курить или не курить.

**4. Какие жизненные ситуации могут подтолкнуть к курению:**

- А) одиночество, отсутствие друзей,
- Б) курящая компания,
- В) курящие родители,
- Г) любопытство, интерес,
- Д) безделье,

Е) мода, реклама.

**5. Продолжи предложения:**

А) здоровье – это...

Б) сильная воля и твердый характер – это...

В) свободный человек – это...

Г) жизнь без табака – это...

**Алгоритм обработки результатов «Социологического опроса».**

1. Для 1 - 4 вопросов анкеты найти сумму выборов по каждому утверждению.

Расчет делать для каждого класса отдельно и по школе в целом.

2. Для каждого утверждения найти процентное выражение сделанных выборов по следующей формуле:

$\frac{X * 100\%}{N}$ , где X – сумма выборов, N – число участников опроса.

N

3. Проранжировать полученный результат по убывающей (от наибольшего к наименьшему), определив таким образом, преобладающий выбор.

4. По пятому вопросу проводится качественный анализ. Для этого необходимо выбрать наиболее популярные (часто встречаемые) окончания предложений и объединить их в группы по смысловому содержанию. Единичные ответы не учитываются.

5. Полученные результаты анализа оформляются в виде схем и таблиц, и вывешиваются на общее обозрение.

6. Образцы схем и таблиц представлены ниже. Вы можете придумать свои варианты.

**Полученные результаты:**

**Жизненные ценности наиболее, по мнению школьного населения, важные для человека:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Чем готово пожертвовать ради курения табачных изделий население нашей школы:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Население нашей школы считает, что к курению подталкивает:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Население нашей школы считает, что ...**

*Здоровье – это...*

*Сильная воля и твердый характер – это...*

*Свободный человек – это...*

*Жизнь без табака – это...*

Приложение № 7

**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

#### **Источники:**

1. Бенюмов В.М., Костенко О.Р., Флоренсова К.М. Вред алкоголя, никотина и наркотиков: Пособие для учителя. – Киев, 1989.
2. М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников «Все цвета, кроме чёрного». – М., «Вентана-Граф»-2009.
3. Воропай А.В. Дорогая сигарета. – М., 1984.
4. Козьмин В.Д. Курение, мы и наше потомство. – М., 1991.
5. Матвеев В.Ф., Гройсман А.Л. Профилактика вредных привычек школьников. – М.: Просвещение, 1989.
6. Мак Корник. Энциклопедия безопасности курения. – М., 1996.
7. Жизнь без вредных привычек. Учебно-методическое пособие по предупреждению табакокурения в общеобразовательных учреждениях /Авт.– сост.: В.Н.Швецова, П.П. Миненко; под общ. ред. Л.И. Мироновой. – Хабаровск: ХК ИППК ПК, 2003– 60 с.
8. Рахманкулова Роза Анватовна, Негосударственная школа "Менеджер",
9. Воробьева Т.В., Ялтонская А.В. Профилактика зависимости от ПАВ. Руководство по разработке и внедрению программ формирования жизненных навыков у подростков группы риска. — М.: УНП ООН, 2008. — 64 с.

11. Профилактика злоупотребления ПАВ несовершеннолетними и молодёжью.  
Руководство. Под науч.ред. засл.деят.науки РФ, д.б.н., проф.Л.М.Шипициной и д.м.н.  
Л.С.Шпилени.,- М.2003