



Министерство образования
Воронежской области

ГБУ ВО «Центр психолого-
педагогической поддержки и
развития детей»



«Практикум по моделированию профилактической работы в классе»

Занина Людмила Николаевна
методист ГБУ ВО «ЦППиРД»

Воронеж-2025 г.



Кто-то, когда-то, должен ответить,
Высветив правду, истину вскрыв,
Что же такое – трудные дети?
Вечный вопрос и больной как нарыв.
Вот он сидит перед нами, глядите,
Сжался пружиной, отчаялся он,
Словно стена без дверей и без окон.
Вот они, главные истины эти:
Поздно заметили... поздно учли...
Нет! Не рождаются трудные дети!
Просто им вовремя не помогли.
С. Давидович



Профилактика

компонент общей системы предупреждения употребления ПАВ несовершеннолетними и молодежью, формирования и пропаганды здорового образа жизни в обществе, а также формирования в обществе нетерпимого отношения к незаконному потреблению наркотиков и участию в их незаконном обороте

ЦЕЛЬ

развитие на постоянной основе инфраструктуры и содержания профилактической деятельности (включающей учебный, воспитательный и профилактический компоненты), направленной на минимизацию уровня вовлеченности в употребление ПАВ обучающихся образовательных организаций

Задачи образовательной организации в профилактике ПАВ

- формирование единого профилактического пространства
- мониторинг состояния организации профилактической деятельности и оценка ее эффективности
- минимизация влияния условий и факторов, способных провоцировать вовлечение в употребление ПАВ обучающихся
- содействие созданию современной и безопасной цифровой образовательной среды
- укрепление ресурсов семьи, обеспечивающих поддержку ребенку
- расширение практик обмена и внедрения в образовательной среде передовых методик и технологий
- интеграция профилактических компонентов в образовательную деятельность,
- развитие секций, кружков и иных форм организации внеучебного досуга
- вовлечение несовершеннолетних в деятельность общественных движений и организаций
- развитие ресурсов, обеспечивающих снижение риска вовлечения в употребление ПАВ

РЕСУРСЫ

СОЦИАЛЬНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЕ

ЛИЧНОСТНЫЕ

ЭТИКО-ПРАВОВЫЕ

ДУХОВНО-НРАВСТВЕННЫЕ

ИНФОРМАЦИОННЫЕ



ПРИНЦИПЫ, НА КОТОРЫХ БАЗИРУЮТСЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ПРОГРАММЫ:

1. Рассмотрение первичной профилактики как профилактики начала экспериментирования с психоактивными веществами. Необходимость проведения профилактической работы со всеми детьми.
2. Учет множественности факторов риска, направленность на снижение внутренних факторов риска и развитие возможностей противостояния внешним негативным воздействиям.
3. Опережающая профилактика по отношению к возрасту активных проб.
4. Непрерывность профилактической работы (регулярная систематическая работа в течение нескольких лет).
5. Направленность на развитие социальной компетентности и личностных ресурсов, являющихся факторами защиты от вовлечения в деструктивные формы поведения.
6. Комплексность в осуществлении профилактического подхода: обучение навыкам, а не только предоставление информации
7. Учет возрастных особенностей (ориентация на ведущую деятельность).
8. Сочетание групповой и индивидуальной форм работы.
9. Учебно-воспитательные учреждения (школы и детские дошкольные учреждения) как база основной работы.
10. Вовлечение родителей в профилактическую работу.
11. Позитивная направленность (не «что убрать», а «что добавить», не «почему плохо употреблять», а «как хорошо жить без этого»).
12. Сотрудничество различных ведомств в осуществлении профилактической работы.

СТРАТЕГИИ ПРОФИЛАКТИКИ:

Факторы риска употребления психоактивных веществ могут быть:

- * проблемы физического и психического здоровья;
- * рождение и воспитание в семье больных алкоголизмом, наркоманией;
- * регулярное общение со сверстниками, употребляющими наркотики, отсутствие устойчивости к давлению сверстников;
- * личностные особенности (неуверенность в себе, заниженная самооценка, колебания настроения, невысокий интеллект, неприятие социальных норм, ценностей и т. д.);
- * ранняя сексуальная активность, подростковая беременность;
- * высокий уровень семейного стресса, семейная нестабильность, низкий уровень дохода в семье;
- * неспособность освоить школьную программу, прогулы в школе;
- * проблемы межличностного общения в семье, школе, со сверстниками;

Факторы защиты от риска употребления психоактивных веществ могут быть:

- * семейная стабильность и сплоченность, адекватное воспитание и теплые, близкие отношения с членами семьи;
- * средний и высокий уровень дохода в семье, адекватная обеспеченность жильем;
- * высокое качество медицинской помощи;
- * низкий уровень преступности в регионе;
- * доступность служб социальной помощи;
- * высокий уровень интеллекта и устойчивости к стрессу, физическое и психическое благополучие;
- * высокая самооценка, развитые навыки самостоятельного решения проблем, поиска и восприятия социальной поддержки, устойчивость к давлению сверстников, умение контролировать свое поведение;
- * соблюдение норм общества в употреблении психоактивных веществ.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КОМПОНЕНТЫ ПРОГРАММ



Образовательный
компонент



Психологический
компонент

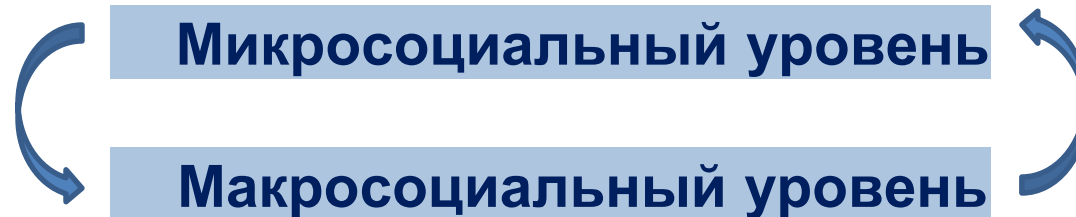


Социальный
компонент





Уровни реализации задач профилактики употребления ПАВ



НЕ рекомендуется!

- проводить профилактику с установкой на страх наркозависимости с использованием наркоманской атрибутики, включая конкурсы плакатов с использованием тем наркомании, например, «класс против наркотиков», «школа против наркотиков», рисовать или клеить сигареты, бутылки, шприцы, макеты наркотиков, черепа и т.д.;
- предоставлять учащимся информацию о действии психоактивных веществ, способах приготовления или приобретения ПАВ, атрибутике, связанной наркоманией, названиях наркотических веществ
- обсуждать состояния, которые переживает наркоман, употребляющий наркотики;
- использовать наркоманский сленг;
- приглашать бывших наркозависимых молодых людей для профилактических бесед в рамках первичной профилактической работы;
- проводить театрализованные «антирекламные» акции с использованием атрибутики ПАВ;
- в рамках массовых акций осуществлять «суды» над ПАВ с использованием макетов гипертрофированных сигарет, бутылок или обменивать сигареты на конфеты.

ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА
(ЦЕЛЬ:
формирование у субъектов профилактической деятельности (их представителей) отношения нетерпимости к обороту и потреблению ПАВ)

ВТОРИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА

система социальных, психологических и медицинских мер в отношении обучающихся, имеющих эпизоды употребления ПАВ, а также имеющих признаки формирующейся зависимости в ее начальной стадии.

Задачи первичной профилактики употребления ПАВ:

1. Развитие социальной и личностной компетентности:

- способствовать осознанию и усвоению детьми основных человеческих ценностей;
- формировать у детей психосоциальные и психогигиенические навыки принятия решений, критического мышления;
- повысить самооценку детей;
- сформировать установку «ведение здорового образа жизни».

2. Выработка навыков самозащиты:

- формирование навыков сопротивления негативному влиянию сверстников, рекламы, поступающей через каналы СМИ;
- информирование о психоэмоциональных, физиологических, соматических и социальных последствиях потребления ПАВ.

3. Предупреждение возникновения проблем общения и взаимоотношений:

- Обучение детей методам решения жизненных проблем и конфликтных ситуаций, навыкам эффективного общения, преодоления стресса и снятия напряжения без применения ПАВ;
- Формирование навыков регуляции эмоций.

**Первичная
профилактическая
работа**

**Информационно-просветительский
блок**

Классные
часы

Родительские
собрания

Уроки
окружающего
мира

Уроки ОБЖ,
физкультуры

Специальные
образовательны
е программы

Информацион
ный материал

Практический блок

Тренинги,
практические
семинар

Игровые
занятия

Рольевые игры

Праздники
здоровья

Спортивные
соревнования

Конкурсы: сочине
ний, рисунков,
поделок

Родительские
собрания и
конференции

Индивидуальны
е консультации

Пирамида обучения

«Я использую
все методы
работы с
группой, но
предпочитаю
эффективные»



Работа с подростками

В рамках деятельности по первичной профилактике употребления ПАВ среди подростков решаются следующие **задачи**:

- ❖ Повышение уровня информированности обучающихся и их родителей в вопросах сохранения здоровья
- ❖ Формирование позитивного отношения у подростков к сохранению здоровья в обществе
- ❖ Формирование у подростков и молодежи установок на сохранение здоровья
- ❖ Обучение подростков и молодежи навыкам, необходимым для сохранения здоровья

Подростковый возраст 11-14 лет (Психологические особенности возраста)

- *С детьми этого возраста можно провести более сложное обсуждение того, почему людей привлекают наркотики.*
- *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 важное значение приобретают друзья, а также надлежащее положение в группе и восприятие себя другими как «нормального».*



Подростковый возраст 11-14 лет

- - Формирование комплексного представления о здоровье, расширение знаний о негативном воздействии ПАВ на организм человека; формирование устойчивости к негативному давлению среды
- - Выработка специальных навыков высокой самооценки себя как личности; необходимо заложить установку “не делай, как другие” по отношению к ПАВ; расширение знаний о негативном воздействии ПАВ на организм (свойства, механизм действия, мифы о безопасности ПАВ)

Ребенок должен знать:

- непосредственное воздействие приема алкоголя, табака и наркотика на организм, включая опасность наступления комы или смертельной передозировки;

- о правовых последствиях незаконного употребления вредных веществ;

- как и почему может возникнуть 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.

Ребенок должен уметь:

- 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.

Подростковый возраст 11-14 лет

В разговоре:

- обсудите с ребятами, в какие игры они играют со своими друзьями. Знают ли они что некоторые забавные затеи, могут считаться правонарушением или представлять опасность для окружающих и их самих.

- отрепетируйте возможные сценарии, при которых друзья предлагают наркотики, пусть ваши дети поучатся произносить с чувством: «Это очень вредно!»

- обсудите, как реклама, песенная лирика и телепередачи бомбардируют их идеями о том, что употребление наркотиков выглядит шикарно. Убедитесь, что дети способны отделять мифы от реалий и похвалите их за умение мыслить самостоятельно.

- необходимо быть открытым и честным в общении с ребенком для того, чтобы он ясно понимал, что ожидает от него взрослый;

- говорить ребенку о том, что обращение за помощью является признаком силы характера;

- поощряйте в детях желание задавать вопросы и научите выбирать надежные источники информации;

- укрепляйте в детях чувство собственного достоинства, признавая их таланты, достижения, успехи, а также положительные личные качества.



Старший подростковый возраст 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.*
- В этом возрасте молодежь очень интересуется своим будущим.*
- Нынешние подростки многое знают о наркотиках, проводя различия не только между разными наркотиками и их последствиями, но и между пробным, случайным употреблением и привыканием.*

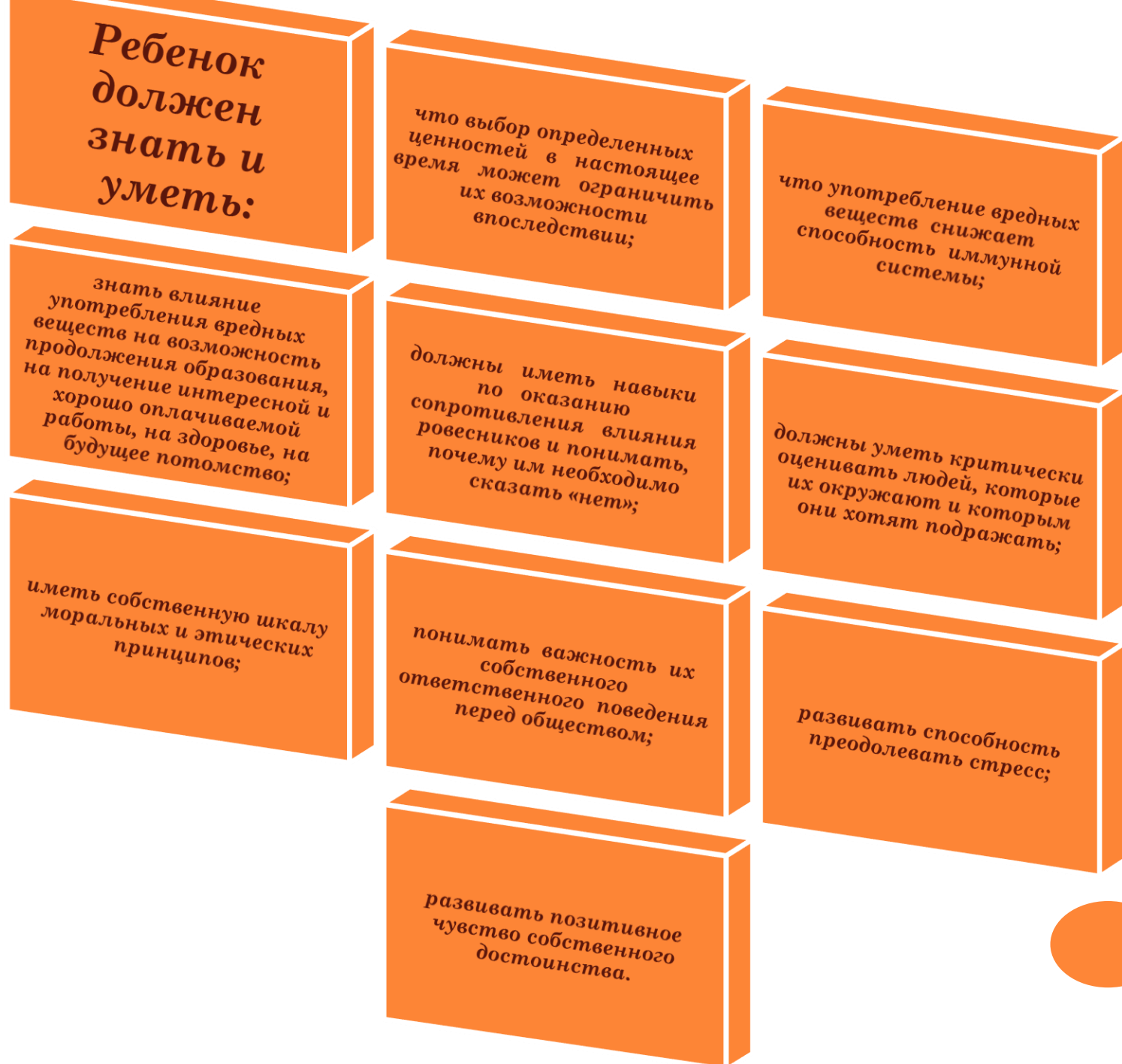


Физиологические изменения в подростковом возрасте

Физиологические изменения в головном мозге	Как они проявляются в поведении подростка	Как это учитывается в работе и общении с подростками
1. Сокращается период активности доминирующего центра коры.	Неустойчивое, непродолжительное внимание.	Лекционные блоки продолжаются не более 20 минут, после чего следуют интерактивные формы (игры, упражнения, дискуссии, самостоятельная работа в микрогруппах и т.д.).
2. Ухудшается способность к дифференцировке.	Ухудшается понимание излагаемого материала и усвоение информации	Использование ярких, понятных примеров и фактов. В ходе работы необходимо постоянно проверять, правильно ли Вас поняли подростки. Это можно сделать с помощью вопросов, анкет, игр. Сложный материал лучше излагать несколько раз с помощью различных методов.
3. Увеличивается латентный период рефлексорных реакций.	Замедляется реакция. Подросток не сразу отвечает на вопрос, не сразу начинает выполнять задание	Необходимо учитывать эту особенность при планировании времени для занятия. Стоит терпеливо дожидаться ответов подростков, не торопить их.
4. Подкорковые процессы выходят из-под контроля коры	Подросток плохо владеет своими эмоциями: не может контролировать появление и выражение как положительных, так и отрицательных эмоций	Взрослым необходимо с пониманием относиться к проявлению эмоций; не оценивать; не «заражаться» отрицательными эмоциями. В конфликтных ситуациях можно переключать внимание на что-либо другое. Можно использовать эту особенность в качестве «эмоционального якоря» для усвоения информации.
5. Ослабляется деятельность второй сигнальной системы	Речь может быть замедленной, краткой, стереотипной. Подростки плохо понимают аудиальную/ словесную информацию.	Стоит запастись терпением, можно подсказать необходимые слова. Рассказывая, использовать визуальные материалы (рисунки, схемы и т.д.), записывать ключевые слова. Рассказывать эмоционально, с яркими примерами.

Старший подростковый возраст 15-17 лет

- *Освоение навыков отказа и навыков пошагового общения в ситуациях наркогенного заражения, умения найти выход в конфликтной ситуации;*
- *Определить свои ценности и в соответствии с ними выстраивать жизненные цели.*



Старший подростковый возраст 15-17 лет

В разговоре:

- рассказать детям о том, что употребление наркотиков – это «не преступление без жертвы», и добиться понимания того влияния, которое оказывает употребление наркотиков на общество;

- 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;

- хвалить и поощрять детей за все то, что они делают хорошо, и за правильные решения, которые они принимают. Знание того, что их замечают и высоко ценят окружающие взрослые, оказывает мощное стимулирующее воздействие.

- больше общаться с детьми, периодически интересоваться тем, чем занимается ребенок, о чем он думает и что он чувствует;

- иметь представление о признаках употребления вредных веществ, чтобы вовремя помочь ребенку.



Профилактика девиантного поведения несовершеннолетних в подростковом и старшем подростковом возрасте *

Возраст: 11 – 17 лет



Особенности профилактической работы

Происходит поиск новых авторитетов в мире взрослых (не родителей), очень важно кто займет это место. Обретение устойчивого положения и статуса среди сверстников, поиск единства со сверстниками по интересам. Аддитивное поведение формируется преимущественно в подростковом возрасте у лиц с выраженными тенденциями к самоутверждению, но не обладающих необходимыми для этого психологическими ресурсами. Причиной формирования аддитивного поведения подростков является не психоактивное вещество как таковое, а стремление к получению быстрого удовольствия, удовлетворению любопытства, получения статуса в референтной группе. То есть поиск легких и быстрых путей удовлетворения актуальной потребности с игнорированием последствий. Это связано с неумением подростка удовлетворять эти потребности социально приемлемым, адаптивным способом, который требует больших знаний и навыков, но дает продуктивный результат. Поэтому развитие у подростков общечеловеческих ценностей позволяет сформировать полноценную самодостаточную личность. Учитывая сложность и многофакторность проблемы зависимости, профилактические мероприятия должны проводиться квалифицированными специалистами, способными выступать моделью здорового и адаптивного стиля жизни. Профилактическая работа в этом возрасте направлена на развитие ответственного поведения, осознанности и адаптивных форм совладания со стрессовыми ситуациями



Формы профилактической работы

Индивидуальные беседы и консультации. Домашние задания для самостоятельной и групповой работы. Творческие работы и проекты. Групповые формы работы: короткие лекции с использованием визуального материала, тренинги, игры, квесты. Акцент на диалоговых (интерактивных) методах с опорой на наглядность, использование психологических техник игротерапии и арт-терапии.

* Методическое пособие

«Основы позитивной профилактики зависимого поведения несовершеннолетних» (МБУ «Форпост»)// материалы вебинара

Тренинговые занятия

Цель – повышение уровня информированности по проблемам, связанным с наркозависимостью; выработка и развитие навыков предотвращения зависимости от ПАВ у подростков.

Задачи профилактического тренинга:

- ❖ Выяснить уровень информированности подростков и наличие у них навыков поведения, препятствующего возникновению зависимости от ПАВ
- ❖ Предоставить учащимся достоверную информацию о ПАВ, учитывая уровень информированности
- ❖ Сформировать у подростков навыки поведения, исключающего возникновение зависимости от ПАВ
- ❖ Проверить уровень усвоения информации и закрепить навыки

Примерная структура каждого тренингового занятия

Этапы	Время	Задачи	Средства	Роль ведущего
Приветствие		Обозначить начало занятия, создать особую атмосферу, подчеркнуть безопасность	Определенные ритуалы	Обеспечить для каждого участника максимально комфортное вхождение в группу
Начало работы	5 - 10 мин	Самоопределение участников (с чем они пришли в группу, как себя сейчас ощущают)	Ритуализированная форма, которая каждый раз наполняется новым содержанием	Предоставить каждому участнику возможность поделиться своими переживаниями, помочь осознать и принять свои чувства
Разминка	5 - 10 мин	1. Объединение, сплочение группы 2. Развитие межличностных связей 3. Включение в совместную деятельность	Более или менее подвижные игры с четко определенными правилами	1. Обозначение правил и границ 2. Обеспечение безопасности участников
Работа по теме	30 мин	Задачи соответствуют теме занятия	Самые разнообразные формы активности (игры, рисование, психодрама и т.д.)	1. Дать определенную информацию в доступной форме 2. Предоставить возможность выразить свои чувства 3. Помочь овладеть новыми навыками, основываясь на полученной информации
Завершение занятия	10 мин	1. Возможность выплеснуть накопившееся напряжение 2. Завершение работы в позитивном эмоциональном состоянии	Подвижные и/или релаксационные игры	Обеспечение безопасности участников
Прощание		Обозначить конец занятия	Определенные ритуалы	Эмоциональная поддержка детей

Интерактивные методы в превентивном обучении

Нормы поведения в процессе интерактивного обучения:

- ❖ В совместной работе нет «актеров» и «зрителей», все – участники
- ❖ Каждый член группы заслуживает того, чтобы его выслушали, не перебивая
- ❖ Следует говорить так, чтобы тебя понимали, высказываться непосредственно по теме, избегая лишней информации
- ❖ Если прозвучавшая информация не вполне ясна, необходимо задавать вопросы на «понимание» (например, «Правильно ли я понял?..»), и только после этого делать выводы
- ❖ Цель совместной деятельности заключается не в «победе» какой-либо одной точки зрения, а в возможности найти лучшее решение, узнав разные мнения по проблеме и т.д.

**групповая
дискуссия**

**ролевое
моделир
ование**

**мозговой
шторм**

акции

Последовательность ступеней освоения интерактивного метода



Мозговой штурм

Этапы проведения:

1. Перед началом занятий ведущий подбирает тему и состав участников.
2. Ведущий объясняет группе значение "Мозгового штурма" и его принципы:
 - ❖ Необходимо выработать как можно больше идей
 - ❖ Все идеи необходимо записать
 - ❖ Ни одна идея не должна отрицаться
 - ❖ Ни одна идея не обсуждается – для этого еще придет время
3. Группе предлагается выбрать председателя, спикера, секретаря и таймера
4. Каждый участник предлагает группе свою идею
5. Процесс выбора идей

Групповая дискуссия

- ❖ Группы должны быть небольшими
- ❖ Участники дискуссии говорят больше, чем ведущий
- ❖ Участники дискуссии получают групповые задания
- ❖ Каждый участник имеет возможность активно участвовать в обсуждении проблемы
- ❖ Внимание участников должно быть сконцентрировано на одном вопросе
- ❖ На обсуждение есть немного времени (20 мин. максимум)
- ❖ Каждой группе необходимо выбрать регистратора и докладчика

Ролевое моделирование (ролевые игры)

Ролевая игра - наработка вариантов поведения в тех ситуациях, в которых могут оказаться участники

В ролевых играх участникам предоставляется возможность:

- ❖ Показать существующие стереотипы реагирования в тех или иных ситуациях
- ❖ Разработать и использовать новые стратегии поведения
- ❖ Отработать, пережить, свои внутренние опасения и проблемы

Важно:

- ❖ Ролевая игра должна быть значима для участников
- ❖ Необходимо брать такие ситуации, которые могут быть решены в рамках занятия
- ❖ Важен правильный подбор лиц, которые должны принять участие в игре

Флешмоб

Примерный сценарий флешмоба:

- ❖ Заранее выбирается место и время проведения акции (учебные заведения, молодежные клубы)
- ❖ Выбираются «мобберы» (группа волонтеров, которые будут проводить эту акцию)
- ❖ «Мобберы» придумывают девизы, например, «Дружно, смело, с оптимизмом – за здоровый образ жизни!», «Кто поддерживает «За», подходите к нам сюда!»
- ❖ Подошедшие участники флешмоба, получают воздушные белые шары с логотипами «Мы – за!» и запускают их в небо
- ❖ «Мобберы» все вместе аплодируют каждому участнику, который присоединяется к молодежи, поддерживающей здоровый образ жизни

Проектная деятельность

Виды проектов:

- ❖ Исследовательские проекты предполагают изучение какой-то интересной, значимой для подростков проблемы
- ❖ Информационно-просветительские проекты направлены на сбор информации о каком-либо явлении, чтобы впоследствии познакомить с этими сведениями других (сверстников, младших школьников, родителей, жителей своего микрорайона и т.п.)
- ❖ Практико-ориентированные проекты отличает четко обозначенный с самого начала результат деятельности его участников. Этот результат обязательно должен быть социально значимым, удовлетворять интересы, потребности конкретной социальной группы

Групповые игры и упражнения

Цели:

- ❖ Разогрев, энергетизация группы – создание доброжелательной и рабочей атмосферы
- ❖ Актуализация проблемы, над которой предстоит работа в группе
- ❖ Отработка новых навыков поведения
- ❖ Релаксация, снятие напряжения у участников в промежутках между рабочими этапами
- ❖ Ритуал завершения рабочего дня, тренинга

Форма игр и упражнений:

- ❖ Вербальные: высказывания по кругу – свободные или на заданную тему метафоры – сочинение сказки по кругу
- ❖ Использующие художественные средства: рисование, лепка, коллаж, куклы, маски
- ❖ Двигательные: танец, живая скульптура, подвижные игры
- ❖ Физические упражнения
- ❖ Любые другие

**Соответствие
выбранной
игры этапу
тренинга**

**Четкая
инстру
кция**

**Обсуждение
впечатлений**

Групповые игры и упражнения

Виды:

❖ Игры-проблематизации

- тематическое соответствие разогрева и дальнейшей части работы
- организация перехода на этапе обмена впечатлениями к собственно рабочей части (этапу действия)
- на этапе обсуждения ведущему важно задать вопросы, направленные на усиление интереса к проблеме и на обозначение самой проблемы
- оказание поддержки тем участникам, которых упражнение эмоционально затронуло особенно сильно

❖ Игры на отработку навыков

- точно смоделированный тип ситуаций на заданную тему
- переход к играм на отработку навыков только тогда, когда у отдельного участника и всей группы достаточно ресурсов
- во время проведения игры необходимо подбадривать участников;
- на этапе обсуждения обязательно обсудить вопрос «что из полученного во время игры опыта я перенесу в свою жизнь и как»

Антинаркотическое молодежное движение (волонтеры)

Задачи:

- ❖ Охват достаточно большой аудитории несовершеннолетних
- ❖ Формирование устойчивых антиалкогольных и антинаркотических установок как у самих волонтеров, так у тех ребят, с которыми они занимаются
- ❖ Повышение среди несовершеннолетних уровня доверия к проводимой профилактической работе

КОНТАКТЫ



stop_pav@govvrn.ru



234-38-72

<http://stoppav.ru>





Благодарим за внимание!

Воронеж-2025

