**ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА**

|  |  |
| --- | --- |
| Название Программы | Выбор есть всегда |
| Вид Программы | профилактическая |
| Нормативно-правовое обоснование Программы | Федеральный закон -273 от 29.12.2012 г. «Об образовании в РФ»;Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;Конвенция о правах ребенка;ФЗ РФ от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка»; Семейный Кодекс РФ от 29 декабря 1995 г. № 223-ФЗ. |
| Цель Программы | профилактика потребления алкоголя, наркотиков, табачных веществ и формирование здорового образа жизни  |
| Область применения Программы | специализированные учреждения для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации  |
| Целевая группа | дети подросткового возраста |
| Методы работы с подростками | наглядные, словесные и практические |
| Формы работы с подростками |  групповые занятия |
| Срок реализации | В течение года |

**Пояснительная записка**

Ситуация с потреблением наркотиков, алкоголя, никотина среди современной молодежи продолжает оставаться катастрофической. Основной возраст первого знакомства с наркотиками – 11-16 лет – подростковый возраст. Подросток ещё плохо знает самого себя. Он торопится жить, торопится войти в мир взрослых людей. Все хочется попробовать, обо всем хочется составить собственное мнение. Если добавить к этому массу новых проблем, от экономических до сексуальных, первые личные драмы и разочарования, неумение справляться с собственными чувствами, то можно понять, почему именно подросток так уязвим для сигарет, алкоголя, наркотиков.

Дети, поступившие в ГКУСО РМ «СРЦН «Радуга» чаще всего уже имели или имеют опыт употребления алкогольных напитков, сигарет, одурманивающих веществ. Помимо того, что все дети поступают в учреждения педагогически запущенными, у них есть предрасположенность к пагубным привычкам на генном уровне.

В связи с этим была составлена программа «Выбор есть всегда».

**Цель Программы :**

Профилактика потребления алкоголя, наркотиков, табачных веществ и формирование здорового образа жизни.

**Задачи Программы :**

- формировать у детей и подростков позитивных социальных и антиалкогольных, антинаркотических установок;

- способствовать формированию положительного «образа — Я»;

- формировать навыки сопротивления социальному давлению.

- развивать социальную активность, побудить и привить интерес к себе и окружающим;

-просвещение подростков за здоровый образ жизни.

Программа построена на основе **принципов:**

**1. Принцип единства коррекции и диагностики.** Этот принцип отражает целостность процесса оказания психологической помощи в развитии ребенка как особого вида деятельности практического психолога.

**2. Принцип приоритетности коррекции каузального типа.** Предполагает устранение и нивелирование причин, порождающих проблемы и отклонения в развитии ребенка.

**3. Деятельностный принцип коррекции.** Теоретической основой для формулирования указанного принципа является теория психического развития, разработанная в трудах А.Н.Леонтьева, Д.Б.Эльконина, центральным моментом которой является положение о роли деятельности в психическом развитии ребенка.

**4. Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей клиента.** Согласно требования соответствия хода психического и личностного развития ребенка нормативному развитию, с одной стороны. И признание бесспорного факта уникальности и неповторимости конкретного пути развития личности – с другой.

 Данная программа рассчитана на детей старшего подросткового возраста.

 Занятия проводятся в группах по 6 - 10 человек, продолжительностью 1 ч. – 1 ч. 20 минут.

**Этапы реализации программы**

1. **Диагностический этап**

 Перед проведением коррекционной работы с детьми проводятся следующие диагностические методики:

1. «Анкета по выявлению вредных привычек для учащихся 5-11 классов». Позволяет выявить у несовершеннолетнего склонность к употреблению алкоголя, наркотиков и табачных изделий.
2. «Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению» А.Н.Орел. Стандартизированный тест-опросник, предназначен для измерения готовности (склонности) подростков к реализации различным формам отклоняющегося поведения.
3. «Цветовой тест Люшера». Позволяет измерить психофизиологическое состояние подростка, его стрессоустойчивость, активность и коммуникативные способности и определить причины психологического стресса, который может привести к появлению физиологических симптомов.
4. «Методика первичной диагностики и выявления детей «Группы Риска»», М. И. Рожков, М. А. Ковальчук. Предназначена для первичной диагностики выявления детей группы риска, т.е. имеющих склонность к различным формам девиантного поведения (отрицательное отношение к учебе, бродяжничество, асоциальное поведение, ранние формы алкоголизма, наркомани, агрессия и т.д.).
5. **Практический этап**

На данном этапе с детьми проводится профилактические занятия, ориентированные на развитие стремления подростка к здоровому образу жизни, получение адекватных знаний по вопросам употребления ПАВ и других вредны привычек, на созданий условий для формирования у детей культуры выбора, учатся принимать ответственные решения. Так же идет коррекция отдельных психологических особенностей подростка, являющихся факторами риска.

Все занятия состоят из вводной части или информационной, из практических игр и упражнений, рефлексии.

1. **Этап контрольной диагностики**

Определяется наличие или отсутствие склонности подростка к употреблению алкогольных, наркотических и табачных веществ.

**Ожидаемые результаты Программы**

- сформированность Я-концепции (самоуважения, самооценки, самоэффективности);

**-** использование данной программы должно привести к овладению основными знаниями о последствиях приема наркотиков, алкоголя и никотина, их влиянии на организм;

- уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психоактивных веществ среди детей подросткового возраста;

- наличие навыков у подростков противодействия пагубных пристрастий, решение жизненных проблем, поиск, восприятие и оказание социальной поддержки в сложных жизненных ситуациях себе и другим, принятие ответственности за собственное поведение, эффективность открытого общения.

**Тематический план коррекционно-развивающих занятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Всего часов** |
| **1. Диагностический этап** |
| **1** | Вводное занятие: Диагностика склонности у подростков к употреблению алкогольных, наркотических и табачных веществ | 1. **ч**
 | 1. **ч**
 |
| 1. **Практический этап**
 |
| **2** |  «Представление программы. Знакомство». | **1 ч. 20 мин** | **18 ч.****20 мин** |
| **3** |  «Структура моей и твоей личности, самооценка. Кто Я? Кто Ты?» | **1 ч. 20 мин** |
| **4** | «Стресс. Способы преодоления стресса» | **1 ч. 20 мин** |
| **5** | «Общение. Формирование навыков общения» | **1 ч. 20 мин** |
| **6** |  «Эффективное решение проблем» | **1 ч. 20 мин** |
| **7** |  «Я и здоровый образ жизни» | **1 ч. 20 мин** |
| **8** | «О вреде привычек» | **1 ч. 20 мин** |
| **9** | «Я и наркотики: мое отношение к проблеме наркомании» | **1 ч. 20 мин** |
| **10** | «Это не стоит твоей жизни!» | **1 ч. 20 мин** |
| **11** | «Последнее слово за тобой!» | **2 ч** |
| **12** | «Спасибо – нет!» | **2 ч** |
| **13** | «Я за свободу» | **2 ч** |
| **3 . Этап контрольной диагностики** |
| **14** | Итоговое занятие | **2 ч** | **2 ч** |
|  | **Итого :** |  | **22 ч. 20 мин** |

**Содержание программы**

***I. Диагностический этап***

**Занятие 1.** «Диагностика склонности у подростков к употреблению алкогольных, наркотических и табачных веществ» (2 ч.)

Цель: выявление склонностей к употреблению алкогольных, наркотических и табачных веществ.

Содержание занятия:

 1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информация о занятии.

5. Входная диагностика склонности к употреблению алкогольных, наркотических и табачных веществ несовершеннолетних («Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению» А.Н.Орел., «Цветовой тест Люшера», «Анкета по выявлению вредных привычек для учащихся 5-11 классов», «Методика первичной диагностики и выявления детей «Группы Риска»», М. И. Рожков, М. А. Ковальчук).

6. Заключение. Выводы. Рефлексия.

**Занятие 2.** «Представление программы. Знакомство» (1ч.20 мин.)

Цель: создать доверительную атмосферу в группе, достижение взаимопонимания в целях работы программы.

Содержание занятия:

1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: анкетирование «Насколько хорошо ты себя знаешь».

5. Практический блок: упражнение «Близкие знакомые», упражнение «Представление себя», упражнение «Поиск общего», упражнение «Взаимные претензии», упражнение «Групповой рисунок».

6. Заключительная часть:«Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 3.** «Структура моей и твоей личности, самооценка. Кто Я? Кто Ты?» (1ч.20 мин.)

Цель: сфокусировать внимание участников на собственном мироощущении, прикоснуться к понятию ценности каждой личности. Ощутить похожесть и индивидуальность отдельных людей.

Содержание занятия:

1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: «Начнем день», мини-лекция «Что такое самооценка».

5. Практический блок: упражнение «Кто Я?», упражнение «Я никогда не…», мозговой штурм «Из чего состоит личность», рисунок «Что мне нравится в себе», игра «Скажи стоп», игра «Путаница».

6. Заключительная часть: «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 4.** «Стресс. Способы преодоления стресса» (1ч.20 мин.)

Цель: обучить конструктивным способам преодоления негативных переживаний.

Содержание занятия:

1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: «Начнем день».

5. Практический блок: дискуссия «Что такое эмоция?», дискуссия «Причины стресса», упражнение “Эмоции в мимике”, упражнение «Передача чувств прикосновениями», упражнение «Релаксация», упражнение «Стресс», упражнение «Выход из конфликта».

6. Заключительная часть: «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 5.** «Общение. Формирование навыков общения» (1ч.20 мин.)

Цель: формировать способность к гармоничному и поддерживающему общению.

Содержание занятия:

1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: «Начнем день».

5. Практический блок: игра «Испорченный телефон», упражнение «Чемодан», упражнение «Чайничек...», упражнение «Катастрофа в пустыне».

6. Заключительная часть: «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 6.** «Эффективное решение проблем» (1ч.20 мин.)

Цель: формировать навыки оценки проблемной ситуации и принятия решения, способы решения простых и сложных жизненных проблем, преодоления личностных сложностей.

Содержание занятия:

1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: «Начнем день», мини-лекция «Информирование о способах оценки проблемной ситуации».

5. Практический блок: дискуссия на тему: «Как я справляюсь с жизненными трудностями», упражнение «Наезд», упражнение «Остановись и подумай».

6. Заключительная часть: «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 7.** «Я и здоровый образ жизни» (1ч.20 мин.)

Цель: сформировать представления о себе, своём здоровье как о самой важной ценности.

 Содержание занятия:

1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: «Начнем день».

5. Практический блок: упражнение «Ассоциации», упражнение «Здоровье-богатство?», упражнение «Анализ вредных привычек», упражнение «Представление о здоровье».

6. Заключительная часть: «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 8.** «О вреде привычек» (1ч.20 мин.)

Цель: выявить и повысить уровень информированности подростков по проблемам, связанным с вредными привычками; выработать и развить навыки, предотвращающие употребление алкогольных, наркотических и табачных веществ.

Содержание :

1. Организационный момент.
2. Сообщение темы и целей занятия.
3. Принятие правил работы группой.
4. Информационный блок: «Начнем день», мини - лекция «Оценка уровня информированности»,
5. Практический блок: мини-лекция «Проблема употребления алкогольных, наркотических и табачных веществ», упражнение «Домино», упражнение «Мозговой штурм», упражнение «Коробочка», упражнение «Три способа поведения».
6. Заключение. «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 9.** «Я и наркотики: мое отношение к проблеме наркомании»

( 1ч.20 мин.)

Цель: осознание собственного отношения к наркотикам; осознание мотивов злоупотребления наркотиками; осознание проблемы зависимости.

Содержание занятия:

1. Организационный момент.

2. Сообщение целей и темы занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: «Начнем день», упражнение «Ожидание».

5. Практический блок: упражнение «Табу», упражнение «Портрет наркомана», упражнение «Мифы», упражнение «Сигарета».

6. Заключительная часть. «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 10.** «Это не стоит твоей жизни!» (1ч.20 мин.)

Цель: повысить уровень информированности о последствиях употребления алкоголя, создать ситуации, способствующие формированию осознанного выбора здорового, трезвого стиля жизни.

Содержание занятия:

1. Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группой.

4. Информационный блок: «Начнем день».

5. Практический блок: упражнение «Через призму бутылки», дискуссия о вреде употребления алкоголя и никотина, упражнение «Паутина», упражнение «Шаги» (мифы).

6. Заключение. «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 11.** «Последнее слово за тобой!» (2 ч.)

Цель: формировать четкие позиции, оценочных суждений в отношении тех или иных аспектов употребления алкогольных, наркотических и табачных веществ.

Содержание занятия:

1. Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группой.

4. Информационный блок: приветствие «Начнем день».

5. Практический блок: упражнение «Атомы – молекулы», мини-лекция, «Правда о наркомании», упражнение «Чистый экран», демонстрация ролика «Я говорю, НЕТ!», игра «Отказ».

6. Заключение. «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 12.** «Спасибо – нет!» (2 ч.)

Цель: формировать навык противостояния групповому давлению и осознание права и необходимости защищать себя.

Содержание занятия:

1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: «Начнем день».

5. Практический блок: упражнение «Отказ - дело серьёзное!», игра: « КРЕСТИКИ – НОЛИКИ», упражнение: «Как правильно отказываться в ситуации наркогенного заражения», ролевая игра: «Умей сказать « нет».

6. Заключительная часть. «Мнение». Выводы. Рефлексия.

**Занятие 13.** «Я за свободу» (2 ч.)

Цель: закрепление знаний, выработка у подростков активного и осознанного отношения к вредным привычкам.

Содержание занятия:

1.Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информационный блок: «Начнем день».

5. Практический блок: упражнение «Зубы дареного коня», упражнение «Ладошка», упражнение «Процесс принятия решения».

6. Заключительная часть. «Ритм». Выводы. Рефлексия.

***IV. Этап контрольной диагностики***

 **Занятие 14**. «Итоговоезанятие» (2 ч.)

Цель: Определение наличие или отсутствие склонности к употреблению алкогольных, наркотических и табачных веществ.

Содержание занятия:

 1. Организационный момент.

2. Сообщение темы и целей занятия.

3. Принятие правил работы группы.

4. Информация о занятии.

5. Итоговая диагностика склонности к употреблению алкогольных, наркотических и табачных веществ несовершеннолетних («Методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению» А.Н.Орел., «Цветовой тест Люшера», «Анкета по выявлению вредных привычек для учащихся 5-11 классов», «Методика первичной диагностики и выявления детей «Группы Риска»», М. И. Рожков, М. А. Ковальчук).

6. Заключение. Выводы. Рефлексия.

**Список источников**

1. Березина С. В. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании //

М.: Институт психотерапии, 2000.

2. Крыжановсная, Л.M. Психология семьи: проблемы психолого- педагогической реабилитации. М.: «Вако» 2005.

3.Модульный курс профилактики курения 5-11 класс, А. Н. Сизанов,

В.А.Хриптович. М.: «Вако», 2004.

4. Наглядно-методическое пособие «Профилактика подростковой

наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению

наркомании». С.Б.Белогуров, В.Ю.Климович. – М: Центр – «Планетариум»

2002.

5. Петракова, Т.Н. Руководство по профилактике наркомании среди детей и

подростков. М.: Дрофа 2007.

6. «Подростки 21 века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях», М. : «Вако», 2008.

7. Простакова, Т. М. Кризис подросткового возраста. // Феникс, 2009.

8. Психология современного подростка / Под ред. Л.А. Регуш. СПб., 2005.

9. Руководство по профилактике злоупотребления ПАВ несовершеннолетними и молодежью / Под науч. ред. Л.М. Шипицыной и Л.С. Шпилени. СПб., 2003.

10. Соловьёв, С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. 5-11 кл.: учебно-метод. пособие // М.: Дрофа, 2006. – 192 с.

**Интернет – ресурсы:**

1. http: // www. narkopomosh. ru
2. http://summercamp.ru
3. http://www.kluchnikov.ru/index.php?option=com\_content&view=article&id=34&catid=70&Itemid=13