



**ИНДИВИДУАЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ  
РАБОТА ПО ПОТРЕБЛЕНИЮ НАРКОТИЧЕСКИХ  
СРЕДСТВ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

*Методические рекомендации*

Министерство образования Тульской области

Государственное образовательное учреждение дополнительного  
профессионального образования Тульской области  
«Институт повышения квалификации и профессиональной  
переподготовки работников образования Тульской области»

# **ИНДИВИДУАЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ПОТРЕБЛЕНИЮ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ И ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

*Методические рекомендации*

**Тула – 2017**

УДК 371.72  
ББК 74.200.55  
И60

**И60      Индивидуально-профилактическая работа по потреблению наркотических средств и психотропных веществ в образовательной организации:**  
Методические рекомендации / Под ред. А.И. Григорьевой; сост. Л.В. Заика, А.А. Молдованова. – Тула: ГОУ ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО», 2017. – 28 с.

Методические рекомендации содержат материалы по организации индивидуально-профилактической работы по профилактике потребления наркотических средств и психотропных веществ.

Рекомендации предназначены для специалистов органов управления образования, руководителей, педагогов, воспитателей и социальных педагогов образовательных организаций, а также для специалистов, работающих с несовершеннолетними, всех субъектов системы профилактики.

УДК 371.72  
ББК 74.200.55

Печатается в авторской редакции

Печатается по решению редакционно-издательского совета  
ГОУ ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО»

© ГОУ ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО», 2017

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ**

Современное российское общество переживает сложный период, когда нестабильность жизни в целом и кризис привычных норм и ценностей, являются основой проблематики самоопределения молодого поколения, вытекающей, прежде всего, из самого факта дестабилизации социальной жизни, который выражается, возможно, не только и не столько в отсутствии норм социального поведения, сколько в том, что сегодня они не образуют четко структурированных нормативных моделей.

Проблема профилактической деятельности среди подростков и молодежи в нашей стране представляет собой одну из самых сложных и противоречивых. Указанная проблема представляет собой комплексное социально-педагогическое явление, характеризующее состояние общества на современном этапе и одновременно влияющее на его развитие.

Молодые люди утрачивают смысл происходящего и зачастую не имеют определённых жизненных навыков, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый эффективный жизненный стиль. Особенно дети и подростки, находясь под воздействием хронических, непрерывно возрастающих интенсивных стрессовых ситуаций, не готовы к их преодолению и страдают от возможных негативных последствий.

Наличие большого количества дезадаптированных детей – детей, лишенных семьи, надлежащего ухода, воспитания, детей с отклонениями в развитии и поведении, совершающих правонарушения – представляют угрозу как для них самих, так и для окружающих.

Для решения вопросов профилактики наркозависимости, безнадзорности, асоциального поведения детей и социального сиротства, обеспечения эффективной социализации детей «группы риска», детской подростковой преступности разрабатываются и реализуются федеральные и региональные программы, принимаются новые нормативно-правовые документы, вносятся дополнения и изменения в действующие федеральные и региональные законодательные акты,

издаются инструктивно-методические рекомендации об организации и проведении в образовательных учреждениях профилактической работы по выявлению и устранению причин негативных проявлений в детской, подростковой и молодежной среде.

Профилактическая работа в образовательной организации – процесс сложный, многоаспектный, продолжительный по времени. Специфическая задача школы в сфере профилактической деятельности заключается в проведении ранней профилактики. Основой ранней профилактики является создание условий, обеспечивающих возможность нормального развития детей, своевременное выявление типичных кризисных ситуаций, возникающих у учащихся определенного возраста.

## **ПРОФИЛАКТИКА НАРКОЗАВИСИМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**

Федеральный Закон от 8 января 1998 г. № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах» (статья 4, пункт 2) особо отмечает, что одним из принципов государственной политики в области противодействия незаконному обороту наркотиков является приоритетность мер по профилактике наркомании и стимулирование деятельности, направленной на антинаркотическую пропаганду. Федеральным Законом от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» к органам и учреждениям системы профилактики отнесены органы управления образованием, которые разрабатывают и внедряют в практику образовательных учреждений программы и методики, направленные на формирование законопослушного поведения несовершеннолетних, и образовательные учреждения, обеспечивающие выявление несовершеннолетних, находящихся в социально опасном положении (в том числе употребляющих наркотики), и в пределах своей компетенции осуществляющих индивидуальную профилактическую работу с такими несовершеннолетними. К группе регулятивно-профилактических нормативных актов возможно отнести законы, постановления Правительства РФ, приказы и иные акты федеральных ведомств, устанавливающие правила легального оборота лекарственных наркотических средств и иного легального оборота наркотиков и их прекурсоров:

- Федеральный закон Российской Федерации «О наркотических средствах и психотропных веществах» от 08.01.1998 № 3-ФЗ;
- Закон Тульской области «О профилактике наркомании и токсикомании на территории Тульской области от 27.12.2007 года № 936-ЗТО;
- Концепция реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 30.12.2009 № 2128-р);

- Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010–2015 годы (утверждена распоряжением РФ от 23.09.2010 № 1563-р;
- Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утверждена Указом Президента РФ от 09.06.2010 № 690);
- Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде (утверждена министерством образования и науки Российской Федерации 05.09.2011);
- Указ Президента РФ «Об утверждении Стратегии Государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года» от 9 июня 2010 года № 690;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 16 июня 2014 г. № 658 «Об утверждении порядка проведения социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также в образовательных организациях высшего образования». Зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 13 августа 2014 г. Регистрационный № 33576.

В каждой образовательной организации необходимо планировать и проводить работу по ранней профилактике наркомании и токсикомании. Следует консолидировать усилия в этом направлении с органами милиции и здравоохранения, родительской ответственностью. Наиболее важным в организации профилактической работы в образовательной организации является убеждение всего педагогического коллектива в необходимости проведения этой работы, отказе от прежних поведенческих традиций, декларативной формы общения с родителями и учащимися; ориентации на то, что ребенок в этом процессе – активный участник, а не пассивный объект образовательной деятельности. Необходимо, чтобы не только специалисты (педагог-психолог, социальный педагог, дефектолог, воспитатель), но и педагоги-предметники, педагоги дополнительного образования – весь коллектив участвовал в воспитательном процессе и был задействован в профилактической деятельности.

Рекомендуется в библиотеке создать специальный стенд с брошюрами, журналами и другим информационным материалом по профилактике наркомании. Из числа активных читателей можно создать группы волонтеров, задачей которых была бы подборка материалов по борьбе с наркоманией, а впоследствии и проведение профилактической работы с подростками на эту тему.

Необходимо информировать родителей о широком распространении наркотиков в подростковой среде, подготовить и раздать родителям «памятки» о проявлениях наркомании у подростков и оказании им своевременной помощи. Полезно создать группы родительской общности (из числа работников здравоохранения, правоохранительных органов и т. д.) по предупреждению проникновения наркотиков в школу. Но особое внимание необходимо уделять организации индивидуально-профилактической работы по результатам социально-психологического тестирования обучающихся, направленного на раннее выявление потребления наркотических средств и психотропных веществ.



## **ОРГАНИЗАЦИЯ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

Индивидуальная профилактика – совокупность мер воздействия на отдельную личность с целью недопущения злоупотребления наркотическими средствами и психотропными веществами с использованием правовых, социальных, психологических, медицинских методов воздействия.

Основная цель индивидуальной профилактической работы с обучающимися – принять исчерпывающие меры, чтобы подростки полностью отказались от употребления наркотиков. Эта работа должна проводиться в пределах решения общей задачи индивидуального воздействия на профилактируемого, заключающееся в нейтрализации отрицательных свойств личности.

Методы убеждения следует сочетать с мерами медицинского, правового и социального воздействия. К индивидуальной работе с подростком должен быть подключен педагог-психолог, социальный педагог, родители, сотрудники милиции. Работа должна проводиться тактично, педагогически грамотно, носить доверительный, конфиденциальный характер.

Серьезное внимание при индивидуальной профилактике должно уделяться воспитательному воздействию, которое достигается посредством проведения профилактических бесед. И здесь на первый план выходит готовность педагога к выстраиванию диалога в ходе беседы.

Чтоб индивидуальная беседа с подростком дала положительный результат, педагог к ней должен тщательно подготовиться. Продумать методику ее проведения, возможные вопросы и свои ответы. При этом необходимо учитывать психологическое и физическое состояние подростка, его готовность и способность воспринимать воспитательные действия педагога. Так, например, совершенно бесполезно беседовать с ребенком, если он находится в состоянии алкогольного опьянения, в возбужденном или угнетенном состоянии, или чувствует физическое недомогание.

Надо также иметь в виду, что на уровень восприятия влияет психологическое состояние самого педагога, его твердая убежденность

в абсолютной справедливости тех нравственных установок, которые он стремится внушить своему подопечному. Поэтому педагогу не следует проводить воспитательную беседу, если он сам находится в состоянии раздражения или психологической подавленности. Педагог никогда не должен «срываться», повышать голос, высказывать угрозы. Если же нечто подобное все же произошло, то надо постараться вовремя остановиться. Если же ученику была нанесена обида, преподаватель обязан принести извинения и сделать все, чтоб инцидент был исчерпан.

В процессе индивидуальных бесед с подростком следует осторожно и тактично выяснить, кто вовлек его в наркоманию и откуда он получает наркотики. Затем педагоги совместно с родителями и работниками милиции принимают меры для изоляции подростка от поставщиков наркотиков и приятелей-наркоманов.

При наличии медицинских показаний следует убедить подростка в необходимости лечения и организовать проведение амбулаторного или стационарного лечения.

Содержание таких бесед на начальном этапе должно обязательно включать разъяснение существующего законодательства, направленного на борьбу с распространением наркомании; в частности, необходимо подчеркнуть, что в соответствующих случаях может быть осуществлено принудительное лечение в условиях лечебно-воспитательных профилакториев. Особое внимание должно быть уделено разъяснению последствий наркомании.

Беседу надо строить на основе глубокого изучения особенностей личности, возраста, характера, привычек (Приложение № 1 «Наркотики и возраст»). Она должна быть простой и доходчивой. Необходимо активно воздействовать на подростка, убедить его в пагубности наркотиков и общественной опасности действий, связанных с ними, рекомендовать пути преодоления пристрастия к наркотикам, разъяснить действующее законодательство по борьбе с этими препаратами.

Важно использовать в беседе апробированные позитивные примеры из реальной жизни, которые следует сопоставить с деструктивным поведением профилактируемого (возможно использование фото- и кинодокументов, публикаций в средствах массовой информации).

Как показывает опыт множества стран, в том числе и России, активное распространение знаний о наркотиках, их эффектах и осложнениях лишь подогревает интерес молодежи к этим веществам, поэтому разговаривать о свойствах и эффектах того или иного наркотика и об особенностях молодежной наркотической субкультуры в подростково-молодежной аудитории следует крайне осторожно.

Для педагога, проводящего индивидуальную беседу с подростком важно установление психолого-педагогического контакта; раскрытие внутреннего мира подростка; установление социально полезных интересов и увлечений. Необходимо с пониманием отнестись к переживаниям и трудностям подростка, возможно, попавшего в зависимость от наркотиков. Важно объяснить, что в решающей степени преодоление возникших трудностей в семье, учебном коллективе во многом зависит от самого подростка, от его желания пересмотреть свои взгляды, отношение к потреблению наркотиков; исправить поведение в целом.

Нередко употребляющий наркотики в ходе беседы ведет себя замкнуто, настороженно и неохотно рассказывает о себе. Для обеспечения двустороннего диалога следует четко формулировать и максимально детализировать задаваемые вопросы, излагать их в доступной собеседнику форме.

В ходе беседы, с учетом имеющихся сведений, подростку необходимо дать рекомендации, пожелания, оценить характер его проступков (Приложение № 2 «Правила «Нет!» наркотикам»).

Успех в индивидуальной профилактике наркомании во многом зависит от всестороннего и глубокого анализа мотивов приобщения к наркотику; личности подростка, а также от объективной оценки микросреды подростка, семейной обстановки, тщательно продуманного плана взаимодействия.

В план индивидуально-профилактического воздействия необходимо включить: посещение места жительства подростка, проведение с ним бесед; осуществление совместной работы с медицинским учреждением; постоянный контакт с семьей подростка; закрепление общественного воспитателя, вовлечение обучающегося в организованную досуговую деятельность.

Все мероприятия, проводимые в рамках индивидуально-профилактической работы должны быть строго индивидуальными, предельно конкретными, обоснованными и полными.

Индивидуально-профилактическая работа проводится, как правило, с двумя группами обучающихся:

- С подростками, которые подозреваются в употреблении наркотиков;
- С несовершеннолетними, отнесенными к «группе риска».
- Работа с учащимися «группы риска» сводится к выявлению обучающихся, подвергающихся опасности приобщения к наркотикам. В список подростков «группы риска» по наркотическим показателям включаются подростки по следующим показателям:
- Состоящие на учете ПДН ОВД и КДН;
- Регулярно посещающие молодежные клубы, бары, дискотеки и другие значные места, где можно приобрести наркотики (информацию о таких местах можно получить в милиции);
- Поддерживающие связи с лицами, склонными к правонарушениям, пьянству, наркомании, вернувшимися из мест лишения свободы, или регулярно посещающими места, где можно приобрести наркотики;
- Проживающие в семьях, где родители или другие члены семьи злоупотребляют алкоголем, либо употребляют наркотические или психотропные вещества, либо страдают психическими заболеваниями;
- Подростки с нарушениями психосоциальной адаптации (пропуски уроков, уходы из школы, нарушения межличностных взаимоотношений со сверстниками, семьей, учителями);
- Жертвы психологического, физического и сексуального насилия.

При решении вопроса о включении подростка в «группу риска» следует исходить из реальной опасности вовлечения в наркоманию, с учетом характера, поведения, подверженности чужому влиянию, окружению подростка, т. е. тем факторам, которые могут подтолкнуть его к употреблению наркотических средств.

Работа с подростками, включенными в «группу риска» должна проводиться и на занятиях, и в процессе индивидуального воспитания. Заместитель директора по воспитательной работе или классный

руководитель должен сообщить преподавателям предметникам, работающим с классом, фамилии подростков «группы риска», дать их подробные характеристики с тем, чтобы учитель мог найти наиболее верный подход к каждому из них. При этом каждый педагог должен знать, что все сведения о подростках «группы риска» не подлежат оглашению и могут быть использованы только для служебного пользования. На занятиях преподаватель должен создавать обстановку доброжелательного отношения к этим ребятам, умело вовлекать их в учебный процесс, в различные формы внеклассной работы.

Учителя и классные руководители должны постараться выявить все положительные черты в характере и поведении каждого Трудного подростка, умело приобщать этих ребят к активной учебной и общественной деятельности. Факты говорят, что во многих случаях добрым, внимательным отношением к подростку «группы риска», доверием со стороны взрослых, можно добиться улучшения его поведения. Вместе с тем необходимо постоянно помнить, что при отсутствии контакта с подростком никакие усилия по оказанию на него воспитательного воздействия не дадут положительных результатов.

Учитывая, что определенное число подростков «группы риска» имеет различные отклонения в деятельности нервной системы и психики, рекомендуется организовывать их тщательное обследование у психоневролога и работу перевоспитания вести в тесном контакте с врачом.

В процессе индивидуально-профилактической работы с обучающимися из «группы риска» педагог должен обеспечить постоянный контроль за их поведением во внеурочное время. Следует установить тесный контакт с родителями подростка или с лицами их заменяющими, убедить их в необходимости информировать педагога о его связях с лицами, оказывающими на него отрицательное влияние, обо всех случаях позднего возвращения домой. Если подросток состоит на учете в милиции, такую информацию можно получить от сотрудника инспекции по делам несовершеннолетних. Получив такую информацию, педагог во время беседы затрагивает и ставший ему известным негативный фактор, при этом, не раскрывая источника информации, обсуждает с подростком последствия такого события, вовлекает его в доверительную беседу, проявляя при этом свою осведомленность.

Подобный метод помогает удержать обучающегося от противоправных действий, так как создает впечатление у подростка, что о нем все известно. При проведении таких бесед необходимо соблюдать педагогический такт и информацию негативного характера, полученную от самого подростка, разглашение которой может принести ему моральный вред, следует отнести к разряду конфиденциальной. Положительно сказывается и такой метод, как телефонные звонки подростку во внеурочное, лучше вечернее время под благовидным предлогом, например, с предложением разового поручения. Педагог интересуется о занятиях подростка в вечерние часы, в его отсутствии справляется об этом у родителей, последних заранее следует предупредить о таких звонках.

В план индивидуально-профилактической работы необходимо включить деятельность, направленную на развитие позитивных интересов у подростка путем привлечения к дополнительному образованию; посещение семьи и взаимодействие с родителями подростка.

Для работы с каждым подростком, состоящим на учете в ОПН ОВД классный руководитель составляет план индивидуальной работы на четверть (триместр). Информация о выполнении этого плана и результата воспитательной работы в конце каждого отчетного периода необходимо направлять в ОПН ОВД письменные сведения. Посещение на дому подростков, состоящих на учете в инспекциях по делам несовершеннолетних, рекомендуется осуществлять только совместно с представителями правоохранительных органов.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ ПОДРОСТКОВ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ**

Крайне важно выявить ранние признаки употребления наркотических веществ, благодаря наблюдательности членов семьи подростка и педагогов. В поведении и характере ребенка, как правило, появляются заметные изменения. Среди них можно выделить следующие:

- ребенок длительное время проводит вне дома без особой на то причины;
- пропускает занятия в школе, снижается успеваемость;
- теряет интерес к учебе, увлечениям;
- изменение круга друзей и знакомых;
- наблюдаются резкие изменения в поведении (немотивированная агрессия, замкнутость и т. д.)
- из дома могут пропадать деньги и ценные вещи;
- на теле подростка наблюдаются следы от инъекций;
- могут появиться емкости с неизвестными веществами;
- родители замечают расстройства сна и аппетита, колебания настроения.

Наличие нескольких особенностей дает основания для беспокойства со стороны близких людей.

Советы семье, позволяющие избежать возникновения интереса ребенка к употреблению наркотиков:

1. Оказывайте эмоциональную поддержку ребенку. Поддержка родителей – один из факторов формирования адекватной самооценки подростка. Таким образом семья дает толчок успехам в школе, социальному и личностному развитию ребенка. Старайтесь поддерживать регулярный процесс общения с подростком. Ведите откровенные разговоры, будьте эмоционально близки друг с другом.

2. Выслушивайте друг друга. Умение слушать – признак проявления внимания к ребенку, к его мнению, взглядам и чувствам.

3. Умейте поставить себя на место ребенка.

Сталкиваясь с типичными для подросткового возраста проблемами, подросток, тем не менее убежден, что они уникальны и никому не знакомы. Продемонстрируйте свое понимание его проблем, покажите,

насколько небезразличны для Вас его переживания. Предложите свою помощь и незамедлительное участие в разрешении сложностей, которые беспокоят Вашего сына или дочь. Важно, чтобы ребенок осознавал, что Вы переживаете вместе с ним и в любой момент готовы прийти на помощь.

#### 4. Организовывайте совместный досуг.

Очень важно, когда родители имеют общее хобби с детьми. Это может быть любой полезный вид времяпрепровождения: поход в кино или театр, пикник, рыбалка и другие занятия на природе, спортивные увлечения, кулинария и прочее. Ребенок должен иметь альтернативные интересы, которые станут самым действенным средством профилактики наркозависимости.

#### 5. Общайтесь с друзьями своего ребенка.

Очень часто ребенок впервые пробует наркотики в кругу друзей. Друзья оказывают огромное влияние на поступки подростка. По давлением значимых сверстников часто происходит знакомство с наркотиками. Кроме того, в этом возрасте велика тяга к разного рода экспериментам. Именно поэтому задача ответственного родителя – принять участие в организации досуга друзей своего ребенка, привлекая их к занятиям спортом или творчеством.

#### 6. Осознайте уникальность своего ребенка.

Помогая сформировать положительные личностные качества ребенка, в последствии Вы сможете опираться на них. Ребенок ощущает Ваше одобрение его действиями, Вашу радость от его достижений, что позитивно отражается на самооценке. Это стимулирует занятие полезными, общественными делами, таким образом отвлекая от употребления наркотических веществ.

#### 7. Подавайте личный пример.

Алкоголь, табак употребляют многие взрослые люди. Однако, такой родительский пример может иметь негативные последствия. Запрет на использование детьми разного рода вредных веществ приводит к политике «двойных стандартов», что нередко вызывает со стороны подростка протест и даже бунт.



## ЛИТЕРАТУРА

1. Мудрик А.В. Социализация человека. М.: Академия, 2006. 304 с.
2. Мудрик А.В. Социализация вчера и сегодня. М.: МПСИ, 2006. 432 с.
3. Профилактика безнадзорности, правонарушений и наркомании среди обучающихся и воспитанников образовательных учреждений города Москвы (Нормативные правовые документы). Выпуск 4 / Отв. Редактор В.П. Моисеенко. М.: Центр «Школьная книга», 2008. 384 с.
4. Реабилитация детей с девиантным поведением: педагогика любви, заботы и риска / Сост. А.Г. Петрынин. М.: Эврика, 2009. 304 с.
5. Селиванова Н. Л., Соколова Е.И. Управление воспитательной системой школы. Проблемы и решения. М.: МПСИ, 2010. 312 с.
6. Селиванова Н.Л., Поляков С.Д., Борытко Н.М., Колесникова И.А. Воспитательная деятельность педагога. М.: Академия, 2008. 336 с.

## НАРКОТИКИ И ВОЗРАСТ

Как показывает статистика, первая встреча с наркотическими веществами происходит иногда в 8–10 лет, но чаще всего в подростковом возрасте. Для понимания причин и механизмов развития наркомании очень важно учитывать психологические характеристики возраста.

**8–11 лет.** Детей интересует все, что связано с наркотиками – их действие, способы употребления. Наркотик – это неизвестный и запретный мир и, как все неизвестное и запретное, вызывает особое любопытство. По данным диагностических исследований, дети этого возраста о последствиях употребления наркотиков либо ничего не слышали, либо слышали, но ничего не поняли, либо не восприняли всерьез. Знания о наркотиках обрывочны, чаще всего получены со слов друзей и случайных приятелей. Наркотики пробовали употреблять единицы; возрастных группировок, принимающих наркотики как норму, пока еще нет.

**11–13 лет.** Основной возраст начала наркомании. Интерес вызывает возможность употребления «легких» наркотиков из-за широко распространенного заблуждения об их существовании. О наркотиках в этом возрасте знают многое, хотя знания носят часто недостоверный характер. Отношение к наркотику если не позитивное, то с присутствием определенного «ореола привлекательности». Опасность употребления наркотиков недооценивается, занижена оценка наносимого ими вреда, а это становится стартом в употреблении психоактивных веществ. Говорят о проблеме только между собой.

**14–17 лет.** Наиболее опасный возраст для начала экспериментирования с любыми психоактивными веществами. Этот возраст часто называют возрастом независимости. Подростки не умеют ориентироваться на свои чувства, не доверяют им и часто даже не знают, что это такое. Но они очень остро чувствуют ложь и фальшь в расхождении психологической реальности с тем, как их учат ее воспринимать (говорится одно, а происходит другое). Подросткам хочется найти и сотворить другую реальность, наполненную настоящими и интен-

сивными чувствами. Алкоголь и наркотики – иллюзия возможности не играть в фальшивые игры взрослых, а построить свою, «честную» реальность. Подросток не боится за свою жизнь, ему гораздо больше хочется наполнить настоящий момент интенсивными переживаниями, чем влачить долгое, скучное и бессмысленное существование.

Опыт знакомства с наркотиками происходит на дискотеке, молодежной вечеринке, в компании друзей – в изолированном от влияния взрослых пространствах. У большинства возникает либо личный опыт употребления того или иного наркотика, либо опосредованный – через близких людей и знакомых.

Вместе с расширением и объективизацией информации о наркотиках и риске злоупотребления ими формируется и все более определенное отношение к проблеме наркозависимости.

Со слов подростков, можно выделить следующие мотивы начала употребления наркотиков:

- желание не отстать, быть как все;
- стремление испытать новые ощущения;
- способ развлечения;
- завоевание престижа;
- стремление заглушить внутренние противоречия;
- желание облегчить общение;
- возможность уйти от проблем;
- протест против поколения родителей;
- стимуляция творческих способностей;
- подражание кумирам.

Подросткам кажется, что люди не употребляют психоактивные вещества потому что:

- они боятся (родителей, милиции, учителей, смерти и зависимости).
- у них есть убеждения, что этого не надо делать (они сами так решили, это их выбор).
- у них есть позитивный пример – уважаемый ими взрослый, активно разделяющий ценность здорового образа жизни.

## **ПРАВИЛА «НЕТ!» НАРКОТИКАМ**

Опыт показывает, что в подростковом и молодежном возрасте желание принять наркотик возникает только в компании сверстников. Это может произойти на улице, на дискотеке, на концерте популярной музыкальной группы, когда хочется быть, как все, быть веселым, раскованным, забыть обо всех проблемах. Вот в такой обстановке и может возникнуть желание попробовать наркотик.

Для тех, кто твердо решил не попадать в зависимость от наркотиков, а хочет следовать в жизни правилам здорового образа жизни, авторы исследования по проблемам наркомании предлагают следовать правилам «Нет!» наркотикам.

Постоянно вырабатывать в себе твердое «Нет!» любым психоактивным веществам, в любой дозе, какой бы она не была малой, в любой обстановке, в любой компании. Всегда только «Нет!».

Постоянное формирование у себя умений в получении удовольствий при полезной ежедневной деятельности (хорошая учеба, занятия спортом, активный отдых на природе), а значит твердое «Нет!» безделью, скучной и неинтересной жизни, праздному времяпровождению. Для этого можно взять себе за правило на каждый день ставить себе задачу: «Я сегодня сделаю два полезных дела, которые мне делать не хочется. Но я их сделаю, сделаю до конца и хорошо». Такая ежедневная установка для себя поможет формировать силу воли и избавиться от скуки и безделья. Итак: «Нет!» безделью.

В жизни любого человека большое значение имеет умение выбирать себе друзей и товарищей среди сверстников. Третье «Нет!» – тем сверстникам и той компании, где прием наркотиков – дело обыденное. Для этого юноше или девушке, возможно, придется побороть свою стеснительность. Но каждый человек должен уважать свое мнение и не поддаваться влиянию окружающих, которые предлагают попробовать наркотик. «Нет!» – компании, где употребляют наркотик.

Четвертое «Нет!» – своей стеснительности и неустойчивости, когда предлагают попробовать наркотик. Жизнь дороже! Трагедия нарко-

манов заключается в том, что они добровольно попали в рабскую зависимость от химических веществ. Добровольно пошли по пути лишения себя всех человеческих качеств.

Знание и соблюдение законов безопасности жизнедеятельности поможет избежать роковой ошибки в жизни, ведь наркомания – это «дорога в никуда». Каждому человеку, а особенно начинающему жить, необходимо соблюдать пять правил «Как не стать жертвой наркомании»:

1. Прежде, чем приобрести порцию «дури», хорошенько подумай – а зачем тебе это надо? (Кроме проблем – ничего хорошего).

2. Если ты все же из любопытства купил эту дрянь, не поленись донести ее до унитаза. (Пожалеешь деньги – заплатишь гораздо дороже).

3. Боже упаси согласиться передать кулек или пакетик с сомнительным содержимым даже своему врагу. (Именно так чаще всего влипают в грязные истории).

4. Каким бы заманчивым ни показалось предложение попробовать немного «счастья» – откажись! (Бесплатным бывает только сыр в мышеловке).

5. Если, попробовав «дури», ты не прочь повторить, не забывай – за все надо платить! (Цена – твоя жизнь).

Решение любой, самой глобальной проблемы, начинается с выбора каждым человеком своей позиции. Если каждый юноша и каждая девушка сделают свой выбор в пользу здорового образа жизни, то именно это станет первым шагом в решении одной из самых серьезных проблем современной России.

## **ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ТРЕНИНГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НАРКОМАНИИ И ДРУГИХ ВИДОВ ЗАВИСИМОСТЕЙ**

### ***Игра «Спорные утверждения»***

Цель: эта игра, кроме информирования, даёт возможность каждому участнику высказать свои взгляды на проблему наркомании.

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

«Совершенно согласен»

«Согласен, но с оговорками»

«Совершенно не согласен»

«Не имею точного мнения»

Эти листы прикрепляются по четырём сторонам комнаты.

Ведущий зачитывает спорные утверждения, после чего участники должны разойтись и встать около тех листов, на которых отражена их точка зрения на данный вопрос. После принятия решения каждый из участников должен его обосновать: «почему я считаю именно так». Выслушав мнения каждого из участников, ведущий в виде краткой лекции излагает своё мнение. Выслушав все точки зрения, участники могут выбрать листы с утверждениями, наиболее подходящими для них теперь.

Примеры спорных утверждений:

1. Наркомания – это преступление.
2. Лёгкие наркотики безвредны.
3. Наркотики повышают творческий потенциал.
4. Наркомания – это болезнь.
5. У многих молодых людей возникают проблемы из-за наркотиков.
6. Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент.
7. Наркомания излечима.
8. Многие подростки начинают употребление наркотиков «за компанию».
9. Люди, употребляющие наркотики, очень часто не осознают, что зависят от них.
10. Наркоман может умереть от СПИДа.

11. Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.
12. По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет.
13. Наркоман может умереть от передозировки.
14. Продажа наркотиков не преследуется законом.
15. Наркомания не излечима.
16. Лечение и реабилитация наркоманов должны быть абсолютно бесплатным, если государство хочет решить эту проблему.
17. Наркоманы – это не люди.
18. Чтобы решить проблему употребления опиатов, нужно разрешить лёгкие.

### ***Игра «Словесный портрет»***

Группа при помощи жеребьёвки делится на четыре микрогруппы по пять человек. Группе даётся задание описать наркомана.

### ***Ролевая игра «Семья»***

Цель: принять личное участие в решении проблемы, найти возможные стратегии выхода.

Каждая микрогруппа должна придумать историю семьи, где кто-то страдает зависимостью от психоактивных веществ. Вся группа участвует в написании истории, распределении ролей. Задача каждого участника – найти способы решения проблемы и подумать, как лично он может повлиять на ситуацию.

Группа разыгрывает ситуацию, после чего необходимо обсуждение наиболее приемлемых способов решения проблемы.

Вариант распределения ролей в микрогруппе из пяти человек: наркоман, его мать и отец, его друг и тень наркомана (его внутренний голос).

### ***Игра «Отказ»***

Цель: дать возможность участникам овладеть навыками уверенного поведения, аргументационного отказа в ситуации выбора.

Работа проводится в микрогруппах, каждой из которых предлагается одна из ситуаций:

1) Одноклассник (сосед, лидер двора) просит разрешения приготовить наркотик у тебя дома.

2) Одноклассник (сосед, лидер двора) просит оставить какие-то вещи у тебя дома.

3) Одноклассник (сосед, лидер двора) предлагает попробовать наркотик «за компанию».

4) Одноклассник (сосед, лидер двора) просит отвезти какую-то вещь незнакомому тебе человеку.

5) Одноклассник (сосед, лидер двора) просит достать для него наркотик.

Задание подгруппам: в течение семи минут придумать как можно больше аргументов для отказа в этой ситуации. После этого каждая подгруппа «проигрывает» свою ситуацию перед остальными участниками. Один играет роль – «уговаривающего, другой – «отказывающегося». Ведущий предлагает использовать в каждой ситуации три стиля отказа: уверенный, агрессивный, неуверенный.

### ***Упражнение «Чувства»***

Участникам предлагается: вспомните ситуацию, когда вам приходилось общаться с человеком, находящимся в алкогольном или наркотическом опьянении. Возможно, это был кто-то из ваших родственников или знакомых или просто человек, встреченный вами на улице. Постарайтесь вспомнить чувства, которые вы испытывали, общаясь с этим человеком. Затем участники общаются в парах и в течение 5 минут рассказывают друг другу о чувствах, которые они тогда испытывали. При этом один в течение этого времени рассказывает, а другой внимательно слушает, затем они меняются. Затем участники возвращаются в круг и все вместе, под руководством ведущего, описывают те чувства, которые они испытывали, когда рассказывали и когда слушали.

Анализ чувств помогает осознать то, насколько мы лично вовлекаемся при столкновении с проблемой зависимости другого человека.

### ***Упражнение «Марионетка»***

Участники разбиваются на тройки. В каждой выбирается «марионетка» и два «кукловода». Упражнение заключается в том, что в каждой



подгруппе предлагается разыграть маленькую сцену кукольного представления, где «кукловоды» управляют всеми движениями «марионетки». Сценарий сценки участники разрабатывают самостоятельно ничем не ограничивают своего воображения.

После обдумывания и репетиций подгруппы по очереди представляют свой вариант остальным участникам, которые выступали в роли зрителей.

После того как все выступят, ведущий проводит групповое обсуждение, во время которого все желающие делятся своими впечатлениями. Хорошо, если в обсуждении будет сделан акцент как на чувствах «марионетки», так и на чувствах «кукловодов», управляющих ее движениями.

Цель этого упражнения – дать участникам на собственном опыте испытать как состояние полной зависимости, так и состояние, когда другой полностью зависит от тебя.

Участники могут говорить о разных чувствах: неудобстве, напряжении или, наоборот, чувстве собственного превосходства, комфорта; важно показать, что и состояния зависимости и гиперопека делают отношения между людьми искаженными и неполноценными.

### ***Мозговой штурм***

#### ***«Зачем люди употребляют наркотики и алкоголь?»***

Предлагается свободно высказаться по поводу причин, побуждающих человека употреблять алкоголь и наркотики. Ведущие фиксирует по мере поступления ответа на листе ватмана, поощряя к активности всех участников. Примерные варианты ответов могут выглядеть так: «человек употребляет наркотики и алкоголь потому, что эти вещества помогают ему:

1. Снимать барьеры в общении
2. Удовлетворять свое любопытство
3. Снимать напряжение и тревожность
4. Стимулировать активность
5. Следовать принятой традиции
6. Приобретать новый опыт».

В конце подводятся итог и делается обобщение, задается вопрос о том, что было трудно, были ли сделаны какие-то открытия. В ходе

обсуждения целесообразно обратить внимание на то, какие человеческие потребности якобы удовлетворяющие с помощью алкоголя и наркотиков и есть ли другие способы достичь того же эффекта. Например, человек употребляет алкоголь, чтобы снять психическое напряжение. Этому же можно достичь при помощи физических упражнений, прогулок, посещения дискотеки, разговоры с другом и т. п.

### ***Упражнение «Скульптура зависимости»***

Участникам группы предлагается разбиться на тройки и разойтись по комнате в подгруппах так, чтобы не мешать друг другу. Затем каждой из подгрупп предлагается построить «скульптуру зависимости» так, как они ее себе представляют. Ведущий объясняет, что «материалом» для скульптуры будут сами участники, кроме того, они могут использовать любые подручные средства: стулья, одежду и т. д. Дается некоторое время на обдумывание и репетицию, и затем каждая из подгрупп представляет свою скульптуру с необходимыми комментариями. После выступления всех подгрупп проводится групповое обсуждение, во время которого каждому участнику предоставляется возможность поделиться своими чувствами и ощущениями.

Смысл этого упражнения в том, чтобы дать участникам глубоко, вплоть до мышечного уровня, прочувствовать и осознать, что же такое зависимость и что происходит с человеком, находящемся в зависимом положении. Для многих людей именно на этом уровне – уровне телесного отреагирования происходит наиболее значимое и впечатляющее знакомство с зависимостью.

### ***Упражнение «Слепой – поводырь»***

Упражнение проводится в парах. В каждой паре выбирается «слепой» и «поводырь».

Инструкция «поводырям»: «Вы ведете своего партнера за собой. Глаза у него закрыты. Познакомьте его с окружающим миром». Участники в парах расходятся по комнате (возможен выход за пределы помещения). «Поводырь» ведет «слепого» за собой или поддерживает его сзади), знакомит его с предметами окружающего мира, людьми, интерьером. Через 10 минут участники меняются ролями. После завершения упражнения проводится обсуждение. Участники рас-

сказывают, как они чувствовали себя в роли «поводыря» и «слепого», было ли им удобно в этой роли, доверяли ли они своему партнеру.

Это упражнение рождает много ассоциаций. Оно позволяет на собственном опыте почувствовать, что значит быть зависимым, кому-то из участников оно может напомнить отношения в семье, в классе, в дворовой компании. Упражнение помогает подростку более отчетливо осознать свои жизненные роли и свою позицию.

### **«Ответственность»** (незаконченные предложения)

Предложения записываются под диктовку; во время паузы участники должны эти предложения закончить; наиболее верна первая реакция; если какое-то предложение не подходит, его можно пропустить; в конце дается немного времени для того, чтобы все завершить.

- Быть ответственным для меня означает...
- Некоторые люди более ответственны, чем другие, – это люди, которые...
- Свою ответственность по отношению к другим людям я проявляю через...
- Вид ответственности, который, как я чувствую, более тяжел для меня – это...
- Ответственного человека я узнаю по...
- Чем сильнее моя ответственность, тем больше я...
- Я побоялся бы нести ответственность за...
- Быть ответственным по отношению к самому себе – это...
- Я несу ответственность за...

Проводится обсуждение в парах и в кругу. Ведущий помогает участникам прояснить их точки зрения и осознать степень ответственности за свои чувства, мысли, поступки. При проведении обсуждения можно дать участникам почувствовать достоинства и недостатки двух позиций: «ответственности за других» и «ответственного отношения к другим».

### **Упражнение «Сказка»**

Ведущий тренер предлагает ребятам разделить на две группы и сочинить сказку про Тридевятое государство, в котором бы жили король и королева, а также их народ. Перед каждой группой уста-

навливается определенная задача. Первая группа пишет сказку, где существуют законы и как они соблюдаются. Вторая группа сочиняет сказку, где законов нет и где они совершенно не соблюдаются, о государстве беззакония. На работу отводится 10–15 минут. Каждая группа презентует свою сказку. Затем следует обсуждение. Ребятам предлагается ответить на вопросы:

1. В какой стране народу жилось лучше? Почему?
2. Нужно ли контролировать исполнение законов? Для чего?
3. Нужны ли законы вообще? Какова их роль?

## СОДЕРЖАНИЕ

Актуальность проблемы профилактической деятельности среди несовершеннолетних .....	3
Профилактика наркозависимости обучающихся в образовательных организациях .....	5
Организация индивидуально-профилактической работы в образовательной организации .....	8
Рекомендации психолога родителям подростков по профилактике употребления наркотических веществ .....	14
Литература .....	16
Приложение 1. Наркотики и возраст .....	17
Приложение 2. Правила «НЕТ!» наркотикам .....	19
Приложение 3. Игры и упражнения для тренинга по профилактике наркомании и других видов зависимостей .....	21

Компьютерная верстка  
*Р.В. Компачев*

Подписано в печать 28.09.2017  
Формат 60×84 / 16  
Печ. л. 1,75. Тираж 100 экз.

Отпечатано  
в РИО ГОУ ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО»  
300041, г. Тула, ул. Ленина, д. 22