Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя школа №11»

Городской конкур проектов (программ)

в сфере профилактики наркомании, пропаганды здорового образа жизни

**Проект «Будь собой»**

Автор: Ильязова Юлия Альфредовна

Педагог-психолог «СШ №11»

Нижневартовск 2017

**Содержание**

Пояснительная записка ………………………………………………………..……….…….…3

Цель, задачи проекта …………………………………………………………………..….…….4

План мероприятий по реализации проекта ……………………………………..……….…….5

Механизм реализации проекта …………………………………………………………………6

Ожидаемые результаты …………………………………………………………………………6

Предполагаемые затраты на реализацию проекта …………………………………………….7

Методы первичной профилактики асоциального поведения ……………………...…………8

Список литературы …………………………………………………………………….………10

Приложение

**Пояснительная записка**

Тенденция к отклонению от общепринятых правил поведения имеет давнюю историю, она появилась одновременно с зарождением человечества. Уже тогда общество ставило некие преграды, которые удерживали людей от поступков, противоречащих общепринятым представлениям о правилах поведения.

Решить проблему асоциального поведения детей только силами специалистов практически невозможно. Необходимо привлекать к проблеме этой и самих подростков.

Проведение профилактических мероприятий силами подростков-волонтеров – является важнейшей задачей первичной профилактики асоциального поведения и злоупотребления молодежи психоактивными веществами. При этом осуществляется принцип «Равный равному». Данный принцип базируется на возрастных особенностях подросткового периода развития человека. В этом возрасте большинство молодых людей и девушек, с одной стороны, критически относятся к информации, получаемой от взрослых, с другой – все больше интересуются такими сторонами жизни, как взаимоотношения между полами, контроль собственных эмоций, доверие между людьми, употребление психоактивных веществ, в том числе, наркотиков и т.д. Данные особенности являются предпосылками к реализации принципа «Равный равному».

Основная идея заключается в тезисе, что подросток с большим интересом и доверием отнесется к информации, полученной от ровесника, нежели от взрослого человека. Кроме того, ровеснику всегда проще понять, что именно может быть интересным и важным для такого же подростка, как он. Естественно, мероприятия, проводимые подростками, ограничены в своем содержании материалом, которым хорошо владеет подросток. Именно поэтому большое значение придается подготовке волонтерского актива, который обладает не только необходимыми знаниями, но также лидерскими качествами и интересом к проведению подобных занятий среди сверстников.

Во время проведения занятий педагог выполняет исключительно административную функцию, обеспечивая привлечение необходимых ресурсов и проводя переговоры с администрацией учреждений и другими официальными организациями.

Но подростки – волонтеры не обладают достаточными знаниями для пропаганды здорового образа жизни, поэтому необходима организация специальных занятий, которые призваны научить основным приемам работы в группе подростков.

**Цель, задачи проекта**

**Цель:** осуществление комплекса мероприятий, обеспечивающих полноценную первичную профилактику асоциального поведения и злоупотребления молодежи психоактивными веществами.

**Задачи:**

1. Набор волонтеров от 14 до 18 лет.
2. Обучение волонтеров проведению профилактических мероприятий.
3. Реализация профилактических мероприятий силами волонтеров (принцип «равный-равному»).
4. Работа с подростками «группы риска», привлечение их к деятельности движения силами молодежных лидеров.

**Целевая аудитория.**

Подростки от 14 до 17 лет - данная возрастная группа является оптимальной для решения большинства задач по первичной профилактике асоциального поведения в молодежной среде. Специфика данной возрастной группы – вопросы самоопределения, жизненного выбора и свободы от ограничений со стороны взрослых. По-прежнему актуальными остаются вопросы сексуальных отношений, переживания собственных кризисов и разрешение конфликтных ситуаций. Стоит учитывать, что большую часть информации заинтересованные подростки в этом возрасте уже получили из Интернета, на специалистов и преподавателей ложиться ответственность за обсуждение субъективных позиций подростков, их взглядов на решение тех или иных моральных дилемм. Для этого необходимо установление доверительных отношений, что может быть достигнуто благодаря реализации принципа «Равный - равному». Наилучшим вариантом является работа через волонтеров, которым всегда проще установить контакт со своими сверстниками.

Формирование конструктивной жизненной позиции и навыков осознанного принятия решений – *главные задачи при работе с подростками данной возрастной группы*. При этом нельзя останавливаться на уровне мероприятий «за Здоровый Образ Жизни». В принципе, любая широко тиражируемая и повсеместно распространяемая тематика должны использоваться крайне избирательно. В противном случае мы рискуем столкнуться с сопротивлением, завязанным на подростковом негативизме – каждый юноша и девушка стремиться найти свой собственный, уникальный путь. Целью профилактики здесь является не насаждение, а, скорее, помощь в осознании собственных интересов и их обсуждение.

**План мероприятий по реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Этап** | **Содержание деятельности** | **Сроки** | **Ответственные** |
| **Организационно- подготовительный** | Набор волонтеров от 14 до 18 лет. | январь 2018 | Руководитель проекта |
| **Основной - практический** | Обучение волонтеров проведению профилактических занятий и вовлечение ребят «группы риска» к деятельности движения силами молодежных лидеров.  Реализация профилактических мероприятий силами волонтеров. | февраль –май 2018  бессрочно | Руководитель проекта  Участники проекта |
| **Заключительный - рефлексия** | Подведение итогов.  Анализ результатов и эффективности реализации проекта.  Планирование мероприятий на следующий год в рамках данного проекта с учетом рекомендаций, выработанных в результате анализа. | май 2018 | Руководитель проекта  Участники проекта |

**Механизм реализации проекта**

*Система занятий по подготовке волонтеров из числа учащихся 14-16 лет.*

Перечень профилактических занятий представлен в приложение 1.

Занятия по обучению волонтеров проводятся 1 раз в неделю в течение 1-1,5 часа.

В начале занятий вырабатываются и принимаются правила работы в группе. Ведущий занятия создаёт условия для высказывания каждого участника группы, инициирует пассивных, чаще обращаясь к ним, резюмирует, сообщает новую информацию и т.д. Ведущий также отслеживает динамику состоянияё и развития группы, планирует работу группы, чередуя серьёзные упражнения с разминками на релаксацию и сплочение.

Вместе с группой ведущий рефлексирует и проводит итоги работы в группе.

При проведении занятий необходимо соблюдать ряд рекомендаций, способствующих эффективной работе команды добровольцев.

* + Занятия построены по системе, понятной волонтерам.
  + Единообразие каждой встречи – один и тот же день недели, время, возможно, единая традиция начала и окончания занятия.
  + Стабильный состав ведущих. Иными словами, могут быть приглашенные специалисты, но при них всегда присутствует и занимает активную позицию будущий координатор этой группы.
  + После 2-3 занятий из числа волонтеров стоит выбрать старшего, который обзванивает ребят, если они не приходят, и контролирует посещаемость.
  + Не дожидаясь окончания цикла обучения, нужно включать волонтеров в практическую деятельность. Например, предлагать проводить занятия для подростков у себя в школе по уже пройденным на обучении темам.
  + На занятиях можно использовать систему поощрений за проявление активности и правильные ответы на вопросы.

Пройдя обучение волонтер, проводит 2 занятия. Первое – пробное, в своей группе, второе - для подростков у себя в школе, либо на базе учреждения. Присутствие координатора, на подобных практиках - обязательно, выступающего в роли супервизора.

На завершающем занятии, волонтеры, получают сертификаты об обучении и сборник материалов для проведения профилактических мероприятий. Данный сертификат, позволяет волонтерам проводить профилактические занятия в своих школах, а сборник материалов содержит в себе всю необходимую для этого информацию.

**Ожидаемые результаты реализации проекта**

* Увеличение числа подростков – волонтеров, работающих по программе первичной профилактики асоциального поведения;
* Снижение числа обучающихся, употребляющих ПАВ;
* Вовлечение ребят «группы риска» в волонтерское движение.

**Предполагаемые затраты на реализацию проекта**

|  |  |
| --- | --- |
| Раздаточный материал  (значки, бейджы, футболки, листовки) | 1000 р. на чел. / 40000 р. |
| Сертификаты | 100 р. на чел./ 4000 р. |
| Издание сборника материалов по проведению профилактических занятий | 1000 р. на чел./ 40000 р. |

**Методы первичной профилактики асоциального поведения**

**Тренинговые занятия.**

**Описание.** Данный метод основан на принципе равенства между ведущим и участниками. Благодаря этому во время занятия устанавливаются доверительные отношения, способствующие откровенному высказыванию подростками своей точки зрения и адекватной реакцией на ее обсуждение. Циклы тренинговых занятий с одной и той же группой значительно эффективнее разового занятия, поскольку участники привыкают к ведущему и сами инициируют обсуждение значимых для них проблем.

**Цель.** Информирование подростков и молодежи по значимым для них проблемам.

**Средства.** Канцелярия, необходимая для проведения запланированных упражнений. Комфортное обособленное помещение.

**Вывод.** Преимуществом тренинговых занятий перед другими методами первичной профилактики является глубина обсуждения поднятых проблем. Согласно принципу равенства, любой участник имеет возможность поднять обсуждение того вопроса, который волнует именно его. Рекомендуется привлекать к ведению тренинговых занятий волонтеров, прошедших необходимую подготовку и близких к аудитории по возрасту, поскольку это способствует лучшему пониманию между ведущим и участниками.

**Кинолекторий.**

**Описание.** При работе с использованием данного метода уклон делается на наглядный материал, а именно, на фильм или выдержки из фильма. При этом задачи вовлечения, мотивирования и частично информирования за ведущего решает видео материал. По этой причине осознанный выбор фильма является основополагающим шагом для реализации первичной профилактики с использованием кинолектория. В настоящее время существует небольшое количество фильмов, снятых целенаправленно для проведения кинолекториев с обсуждением. Часто в рамках данного метода используют список рекомендуемых фильмов или составляют набор отрывков, акцентирующих внимание аудитории на проблемах, которые ведущий планирует обсуждать. Личность ведущего также является значимым фактором, поскольку после окончания фильма необходимо не потерять интерес аудитории и удержать ее внимание для последующего обсуждения.

**Цель.** Обсуждение мнений участников по поднятой проблеме.

**Средства.** В процессе проведения кинолектория не обойтись без проектора и экрана. Для повышения эффективности данного метода лучше подготовить список возможных вопросов заранее, чтобы в процессе обсуждения не отдалиться от заявленной темы.

**Вывод.** Кинолекторий является оптимальным методом для подведения итогов по теме, изученной аудиторией ранее. Также данный метод может быть использован при обсуждении проблемы, информирование по которой является достаточным и даже избыточным без нашего участия. В случае верного подбора фильма можно рассчитывать на откровенные высказывания участников просмотра и увлеченное обсуждение.

**Досуговые мероприятия.**

**Описание.** Под данной группой методов понимаются формы занятости подростков и молодежи, которые не несут в себе непосредственно информационной или навыковой профилактики наркозависимости. Досуговыми мероприятиями могут быть совместные посещения театров, музеев и выставок, посещение курсов, репетиторов, спортивных секций, танцевальных студий, творческих кружков, участие в развлекательных мероприятиях и волонтерских акциях, организуемых другими секторами молодежного добровольческого движения.

**Цель.** Вовлечение подростков и молодежи в конструктивные способы проведения свободного времени.

**Средства.** Необходимые ресурсы для данного метода полностью зависят от вида досуговой деятельности, предполагаемой к реализации. Как правило, это специализированные программы дополнительного образования, организуемые при поддержке государства или на коммерческой основе.

**Вывод.** Данный метод является эффективным за счет непосредственного контроля участников в их свободное время. Для реализации данного метода первичной профилактики государством и отдельными учреждениями организуется инфраструктура, обеспечивающая возможность бесплатного проведения досуга. В рамках первичной профилактики наркозависимости допустимы разовые яркие досуговые мероприятия, направленные на вовлечение новых участников в волонтерское движение, однако строиться первичная профилактика на данном методе ни в коем случае не может.

**Интеллектуальная викторина.**

**Описание.** Данный метод направлен на информирование через соревнование и проверку уже имеющихся у аудитории знаний. Соревновательный элемент позволяет преодолеть сопротивление, возникающие при обсуждении уже наскучившей участникам темы, а неудачи при ответах на вопросы усиливает мотивацию владеть верной информацией по заданной теме.

**Цель.** Проверка имеющихся у аудитории знаний и дополнительное информирование.

**Средства.** Для проведения успешной интеллектуальной викторины требуется интересная форма преподнесения заданий, а также наглядная форма представлений результатов. Желательно наличие призов для победителей и призеров.

**Вывод.** Интеллектуальная викторина – эффективный метод первичной профилактики, не требующий много времени. Использовать его рекомендуется для участников старшего возраста, чтобы избежать проблем с дисциплиной и отсутствием интереса. Рекомендуемый размер команды – не более десяти человек. В противном случае многие участники останутся не задействованными.

**Дискуссионный клуб.**

**Описание.** Дискуссионный клуб является структурированной формой обсуждения, при которой имеющиеся мнения участников четко классифицируются и сталкиваются между собой. Поиск правильного ответа, при этом, является номинальной целью. Фасилитация данного процесса требует высокой квалификации ведущего и заинтересованности участников.

**Цель.** Обсуждение различных мнений по заданной проблеме.

**Средства.** В случае если группы, представляющие различные точки зрения на проблему, готовятся заранее, то необходимый реквизит зависит от их требований. Если же дискуссия организуется без предварительной подготовки участников, рекомендуется использовать традиционные формы наглядного представления материала – флип-чарт.

**Вывод.** Данный метод требует от участников определенного уровня подготовки и высокой степени заинтересованности. Наиболее эффективно проведение дискуссионного клуба на группе волонтеров или ребят, обладающих фактическими знаниями. При работе на неподготовленной аудитории ведущему придется столкнуться с сопротивлением и отсутствием интереса к происходящему.

**Список литературы**

1. Анисимов Л.Н. Профилактика пьянства и наркомании среди молодежи: учеб.пособие/Л.Н. Анисимов - М,2006, -142с.
2. «Основы государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года» [Электронный ресурс]: Распоряжение Правительства РФ от 29.11.14 № 2403 - р. Режим доступа: Консультант плюс
3. «Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде» [Электронный ресурс]: Приказ Министерства образования РФ от 28.02.2000 №619. Режим доступа: Консультант плюс
4. Работа с подростками девиантного поведения. 5-11 классы: поведенческие программы, социально-психологические тренинги/ авт.-сост. И.А. Устюгова [и др.]. – Волгоград: Учитель, 2013. – 148 с.
5. Руководство по профилактике злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними и молодежью учеб.пособие / под.ред. Л. М. Шипицыной и Л.С. Шпилени ; - СПб. : [Б.и.], 2008 – 446 с
6. Школа для родителей. Методическое пособие по профилактике злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде. / Под ред. Л.М. Шипицыной. – СПб, 2007, - 127 с.

*Приложение 1*

**Перечень обучающих занятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название** | **Цели/задачи** | **Дата** |
| 1 | Старт | Познакомить участников с процессом и техниками общения;  Сформировать позитивный настрой на работу;  Способствовать формированию у участников ощущения единой группы. | 1 раз в неделю |
| 2 | О любви и хитростях общения | Познакомить участников с процессом и техниками общения;  Показать, что им может дать освоение техник общения;  Помочь подросткам овладеть навыками коммуникативной и социальной компетентности. | 1 раз в неделю |
| 3 | Эмоции и чувства | Объяснить, что такое эмоции и чувства, какими они бывают и что значат для людей;  Научить определять свое эмоциональное состояние;  Объяснить позитивное и негативное влияние эмоций в различных ситуациях. | 1 раз в неделю |
| 4 | Конфликты: модели поведения в конфликтных ситуациях | Сформировать у подростков стремление к предупреждению конфликтов, позитивному выходу из конфликтных ситуаций;  Научить предотвращать развитие конфликта;  Показать и отработать способы выхода из конфликтных ситуаций. | 1 раз в неделю |
| 5 | Белая ворона | Научить критически рассматривать сложившиеся в обществе стереотипы;  Показать, чем опасны стигматизация и дискриминация;  Привить уважение к личности. | 1 раз в неделю |
| 6 | ВИЧ/СПИД | Дать представление о ВИЧ/СПИДе, путях передачи, способах защиты;  Разъяснить что опасность заражения подстерегает каждого, если он не соблюдает мер предосторожности;  Сформировать толерантное отношение к ВИЧ-позитивным людям. | 1 раз в неделю |
| 7 | Скажи курению нет! | Показать причины и последствия курения;  Выработать критическое мышление к курению. | 1 раз в неделю |
| 8 | Алкоголь: мифы и реальность | Дать представление и причинах и последствиях алкоголизма;  Сформировать у участников навыки, помогающие удержаться от употребления алкоголя. | 1 раз в неделю |
| 9 | Наркотики: не влезай убьет! | Дать представление и причинах и последствиях наркозависимости;  Сформировать негативное отношение к наркотикам. | 1 раз в неделю |
| 10 | Завершающее занятие | Подведение итогов;  Показать подросткам как создавать собственные проекты и акции: где искать ресурсы и как планировать. | 1 раз в неделю |