



Обучающий вебинар «Модели профилактической работы употребления ПАВ среди обучающихся»

Корнова О.В.,
Забиран С.А.,
педагоги-психологи
ППМС-Центра

Цель: повышение профессиональных компетенций руководителей МО классных руководителей ОУ г. Мурманска в области организации работы по профилактике употребления ПАВ среди несовершеннолетних .

Рассматриваемые вопросы:

1. Причины и механизмы вовлечения несовершеннолетних в употребление ПАВ;
2. Модели профилактической работы и их содержание;
3. Понятие «Ассертивность», цель и задачи её формирования у несовершеннолетних;
4. Использование игровых методов и приёмов для формирования асертивного поведения у несовершеннолетних (практика)

Мотивы интереса к наркотическим веществам

ВНУТРЕННИЕ:

Новые впечатления;
Быть «своим в компании»;
Метод «отключения», ухода от неприятностей;
Желание иметь собственный опыт

ВНЕШНИЕ:

Проблемы в учёбе
Семейные проблемы;
Конфликты с окружением;
Зависимости родителей;
Гиперопека в семье;
Эмоциональная депривация;

Модели профилактической работы

Модели профилактики злоупотребления ПАВ

психосоциальная модель


направлена на формирование устойчивости негативным социальным влияниям посредством реализации определенных профилактических программ.

медицинская модель

ориентирована преимущественно на медико-социальные последствия наркомании, предусматривает в основном информирование учащихся о негативных последствиях приема наркотических и иных ПАВ для физического и психического здоровья;

образовательная модель

направлена на формирование в образовательном процессе личностных качеств и поведенческих навыков, определяющих выбор здорового образа жизни.



Информационная модель – информирование о последствиях приёма ПАВ, механизмов действия позволяет предотвратить употребление

Модель предоставления альтернативы – развитие социальных программ, в которых подростки могут реализовать свои потребности

Педагогическая модель

6

профилактической деятельности

Теоретическо-целевой блок

Содержательный блок

Организационно-технологический блок

Результативно-оценочный блок

Модель организации профилактической деятельности с обучающимися



Содержательный блок:

1. Формирование общих знаний, установок о самих себе, об окружающих. Выработка психологических умений и жизненных навыков.

К числу обязательных навыков, предусмотренных в Модели, относятся:

- умение отстаивать свои границы не нарушая границы окружающих (ассертивность),

- навык эффективного общения,

- навык принятия решений,

- навык саморегуляции.

2. Формирование специальных знаний, отношений, установок о ПАВ.

Информирование о негативных психоэмоциональных, физиологических, правовых последствиях употребления ПАВ, совершения других поступков, несовместимых с принятыми в обществе моральными и социальными нормами поведения.

Организационно-технологический блок

1. Обеспечение психологической безопасности образовательной среды.
2. Реализация профилактических образовательных программ.
3. Реализация профилактических программ на основе образовательных технологий метапредметной направленности.
4. Обследование целевой группы (**дифференциация контингента**: социально-психологическое тестирование, выявление «группы риска»), консультирование, коррекция, психолого-педагогическая и медико-социальная помощь
5. Формирование актива и организация волонтерской деятельности.
6. Мониторинг процесса и результата профилактической деятельности.

Результативно-оценочный блок:

1. Оценка организации процесса профилактики и оценка результатов профилактики.
2. В структуре планируемых результатов - личностные и метапредметные результаты. (основной акцент на личностные результаты)
3. Результаты коррекционно-развивающей работы, социально-психологической реабилитации и профессионального самоопределения обучающихся, отнесенных к «группе риска» по девиантному поведению.
4. Динамика численности обучающихся из группы риска.

Модель организации профилактической деятельности с педагогами



Содержательный блок:

1. Формирование общих знаний, отношений, установок о самих себе, об окружающих. Выработка психологических умений и жизненных навыков. **Профилактика профессионального выгорания.**

К числу обязательных навыков относятся:

- навыки эффективного общения, конфликтологическая культура, медиативные навыки;
- навыки принятия решений;
- навыки психической саморегуляции;
- навыки толерантности к фрустрации, взаимодействия с негативным эмоциям, навыки конструктивного реагирования на критику.


2. Формирование специальных знаний, отношений, установок о ПАВ.

Организационно-технологический блок:

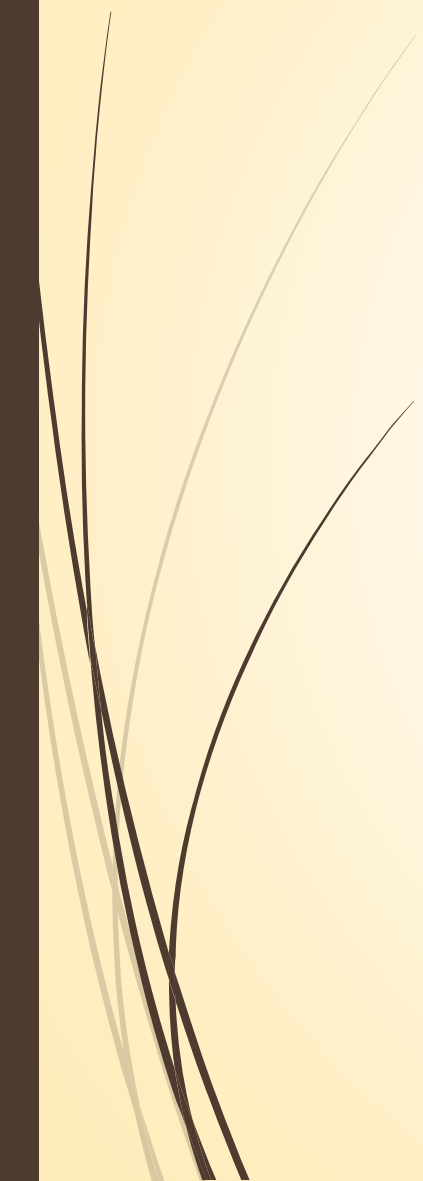
1. Освоение интерактивных, метапредметных технологий, технологий достижения личностных результатов.
2. Разработка программ профилактической деятельности
3. Разработка программ профилактики эмоционального выгорания (подключается психолог)
3. Разработка просветительской программы для родителей.
4. Повышение квалификации, профессиональная переподготовка, самообразование.
5. Формирование актива в педагогическом коллективе.
6. Мониторинг процесса и результатов профилактической работы с педагогами и специалистами образовательных организаций.


Результативно-оценочный блок

1. Оценка организации процесса разработки и реализации программ профилактической направленности, а также оценка личностно-профессиональных компетенций учителей, необходимых для осуществления профилактической деятельности.
2. Уровень освоения и внедрения технологий метапредметной направленности, воспитательных технологий, направленных на достижение личностных результатов. Открытые мероприятия.
3. Снижение численности специалистов, имеющих признаки высокой степени профессионального выгорания, а также увеличение числа специалистов с высоким уровнем удовлетворённости качеством жизни, который зависит от развития навыков совладания со стрессом и некоторых личностных характеристик.



Обучение социально-важным навыкам, которое реализуется в форме групповой работы:

- ▶ резистентности к негативному социальному влиянию
 - ▶ ассертивности или аффективно-ценностного обучения
 - ▶ формирования жизненных навыков
- 



Ассертивность - от английского «assert» — настаивать на своем, отстаивать свои права. Способность человека уверенно и с достоинством отстаивать свои права, не попирая при этом прав других. Ассертивным называется прямое, открытое поведение, не имеющее целью причинить вред другим людям.

3 компонента ассертивности:

- когнитивная составляющая – вера в самоэффективность (Л. Бандура),
- эмоциональная составляющая – смелость/застенчивость,
- поведенческая составляющая – инициатива в социальных контактах.

Компонентами ассертивного поведения, являются:

- 1. принятие на себя ответственности за собственное поведение;
- 2. демонстрация самоуважения и уважения к другим людям;
- 3. эффективное общение;
- 4. демонстрация уверенности и позитивной установки;
- 5. умение внимательно слушать и понимать;
- 6. переговоры и достижение рабочего компромисса;
- 7. поиск простых выходов из сложных ситуаций.

Основное в профилактике зависимостей у подростков

- 1. Психологическая поддержка.
- 2. Формирование адекватной самооценки.
- 3. Формирование навыков принятия и выполнения решений, умения сказать «нет», отстаивать свои границы.
- 4. Формирование умения определять и нести ответственность за себя, свои действия, свой выбор.
- 5. Формирование умения в случае необходимости обратиться за помощью.
- 6. Формирование умения справляться с тяжёлыми мыслями и чувствами.
- 7. Способствование развитию навыков общения, решения конфликтов.



ПРАКТИКА

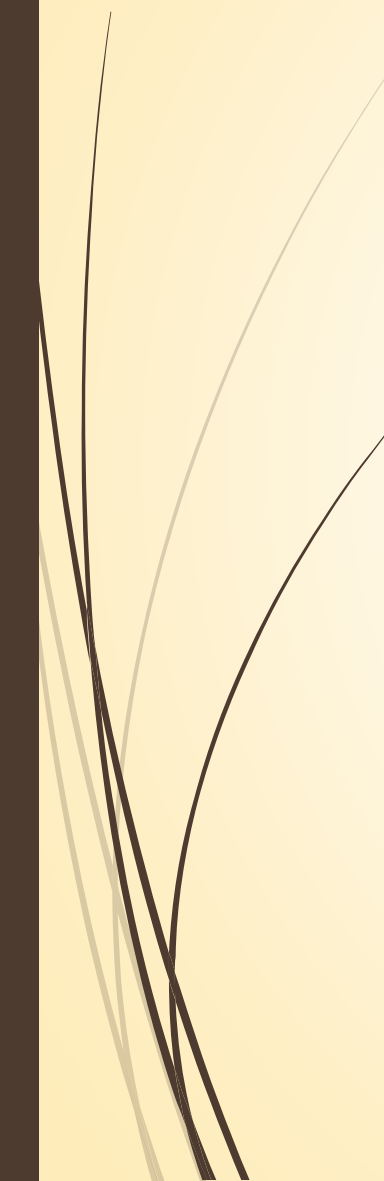
1. Билль о правах и обязанностях личности

Вы имеете право:

- ▶ иногда ставить себя на первое место;
- ▶ просить помощи и эмоциональной поддержки;
- ▶ протестовать против несправедливого обращения или критики;
- ▶ иметь свое мнение и свои убеждения;
- ▶ совершать свои ошибки, пока не найдете правильный путь;
- ▶ говорить «Спасибо, НЕТ», «Извините, НЕТ»;
- ▶ побыть в одиночестве, даже если другому хочется вашего общества;
- ▶ иметь свои собственные, какие угодно чувства, независимо от того, понимают ли их окружающие;
- ▶ менять свои решения и добиваться перемены договоренности, которая вас не устраивает.



Вы не обязаны:

- ▶ быть безупречным на 100%;
 - ▶ следовать за всеми;
 - ▶ делать приятное неприятным вам людям;
 - ▶ извиняться за то, что вы были сами собой;
 - ▶ чувствовать себя виноватым за свои желания;
 - ▶ мириться с неприятной для вас ситуацией;
 - ▶ жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;
 - ▶ сохранять отношения, ставшие оскорбительными;
 - ▶ нести ответственность за чужое поведение.
- 

При этом вы должны помнить, что:

- ▶ другие люди имеют те же права, что и вы;
- ▶ нельзя жить в обществе и быть свободным от него;
- ▶ мнение, отличное от вашего, может быть верным;
- ▶ никто не обязан вести себя так, как того хочется вам;
- ▶ неприемлемый для вас образ жизни может быть нормой для кого-то другого;
- ▶ совет, основанный на чужом опыте, может уберечь вас от ошибок;
- ▶ ваше чувство вины может указывать на недопустимость вашего поведения;
- ▶ вы ничего никому не должны до тех пор, пока не взяли на себя обязательства;
- ▶ никакие правила не освобождают вас от ответственности за ваши поступки.

* Билль о правах и обязанностях личности. — М.: Генезис, 2015.

2. Упражнение «Уверенное, неуверенное, агрессивное поведение в различных жизненных ситуациях»

- ▶ **Цель:** получить практический опыт различного реагирования в жизненных ситуациях, через который научиться различать агрессивные ответы, неуверенные ответы, ответы человека с развитой ассертивностью.
- ▶ **Процедура:** каждому участнику группы предлагается продемонстрировать неуверенную поведенческую реакцию, агрессивную реакцию и уверенную реакцию в некой гипотетической ситуации. Например, можно представить, что ваш друг «забыл» вернуть взятые в долг деньги. Агрессивная реакция в этом случае может быть такой: «Черт! Я так и знал, что тебе нельзя доверять. Сейчас же верни мои деньги!» Неуверенная реакция может быть выражена такими словами: «Прости, я не хочу быть назойливым, но, может быть, ты не будешь слишком задерживаться с возвратом этих денег?» Наконец, уверенное поведение может включать такую фразу: «Я полагал, что мы договорились: ты должен был вернуть мне деньги сегодня. Буду очень признателен, если ты сможешь сделать это не позднее пятницы».

- ▶ Таким образом, мы рассмотрим другие ситуации. Каждому из вас будет предложена ситуация, отличная от тех, что были ранее предложены другим. При работе над этими ситуациями мы прибегнем к ролевым играм, вы можете отождествлять себя с самыми уверенными, неуверенными или агрессивными людьми из числа ваших знакомых. При этом вы должны помнить, что невербальное поведение говорит о человеке не меньше, чем произносимые им слова, поэтому интонации, жесты и позы должны соответствовать изображаемой реакции. На подготовку вам дается 5-7 минут. Каждый из вас получит обратную связь от участников группы, которая будет оценивать степень уверенности или агрессивности ваших реакций.
- ▶ - Приятель лезет к вам с разговорами, а вы ужасно спешите, и вот чтобы отделаться от него, вы говорите: ...
- ▶ - Вы заказали в ресторане бифштекс с кровью, но он оказался пережаренным. Вы говорите официанту: ...
- ▶ - За ремонт автомобиля вы получили счет на сумму, которая на 2 тысячи превышает предварительную оценку. Вы говорите служащему мастерской: ...
- ▶ - Вы ловите на себе взгляд привлекательной особы противоположного пола и чувствуете, что, возможно, заинтересовали ее (или его) собой. Вы подходите к ней (к нему) и говорите: ...
- ▶ - Собака вашего соседа использует ваш газон как отхожее место. Вы подходите к соседу и говорите ему: ...
- ▶ - Ваш сосед по комнате в общежитии поставил вас в неловкое положение, без вашего ведома пригласив в гости незнакомого вам человека. Вы говорите ему: ...
- ▶ - Вы смотрите фильм в кинотеатре, а позади вас кто-то громко болтает. Вы оборачиваетесь и говорите: ...
- ▶ - Ваш знакомый (знакомая) приглашает вас куда-либо, но вам с ним не очень-то интересно. И вы говорите: ...
- ▶ - Ваш друг просит вас одолжить ему вашу машину, но вы не считаете его таким уж хорошим водителем. Вы говорите ему: ...
- ▶ - Ваш приятель ставит вас в неловкое положение, рассказывая при всех истории о вас, и вы говорите ему: ...

Обсуждение результатов.

**БЛАГОДАРИМ ЗА
ВНИМАНИЕ !**

