

# **ПРОГРАММА ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ АЛКОГОЛИЗАЦИИ ПОДРОСТКОВ**

**Выполнила студентка  
факультета клинической  
психологии  
5 курса 1 группы  
Кутовая Л.П.**



# Условия проведения

- Место: общеобразовательные школы
- Аудитория: подростки 6-11 классов, которые уже попробовали алкоголь или у которых формируются признаки алкогольной зависимости.
- Время проведения: 2017-2018 гг, 2 встречи в месяц
- Уровень профилактической деятельности: вторичная профилактика
- Кто осуществляет: психолого-педагогический состав школ, психиатр-нарколог.
- Коррекционные мишени: неустойчивая самооценка, слабые волевые качества, неразвитость навыка ответственности, ведомость, низкие социальные навыки, трудности в детско-родительских отношениях.



**Цель** – профилактика потребления алкоголя несовершеннолетними и формирование здорового образа жизни через создание условий для реализации творческого потенциала подрастающего поколения и укрепление института семьи

◎ **Задачи:**

- ◎ формирование у детей и подростков позитивных социальных и антиалкогольных, антинаркотических установок;
- ◎ -формирование положительных установок во взаимоотношениях ребёнка и взрослого, укрепление института семьи и пропаганда семейных ценностей;
- ◎ -обеспечение социально-психологической помощи подросткам группы «риска» и членам их семей;
- ◎ -вовлечение подростков в профилактические мероприятия и акции;
- ◎ -формирование у учащихся навыков, позволяющих снизить риск приобщения к спиртным напиткам;



# Актуальность

- Подростковый алкоголизм – серьезная проблема современного общества. Точные данные о распространенности алкогольной зависимости в пубертатном возрасте отсутствуют, однако, согласно статистике, более 10% всех госпитализаций подростков в психоневрологические стационары осуществляются в связи с постановкой диагноза «подростковый алкоголизм».
- По результатам опросов, в 90-е годы средний возраст юношей на момент первого употребления спиртного составлял 16-18 лет. Спустя десятилетие этот возраст снизился до 10-12 лет.
- Алкоголизм у взрослых возникает через 5-10 и более лет регулярного употребления спиртного. Для развития подросткового алкоголизма требуется всего 2-3 года регулярного приема спиртных напитков.
- Отличительными особенностями алкоголизма у подростков являются более явные и более грубые изменения со стороны всех органов и систем. Подростковый алкоголизм влечет за собой быстрое ухудшение физического здоровья, психическую и интеллектуальную деградацию.



# Этапы программы:

- Диагностический

Цель: выявление учащих группы «риска» и нуждающихся в помощи, уровня осведомленность подростков об опасности употребления и особенностей воздействия алкогольных напитков на организм, индивидуально-психологических особенностей детей группы «риска», а так же анализ семейных отношений.

- Мотивационно-просветительский

Цель: повышение уровня осведомленности о последствиях употребления алкоголя, о возможных путях решения проблемы, создание мотивации на дальнейшую работу. Популяризация здорового образа жизни и жизнеутверждающих ценностей для подростков и родителей.

- Коррекционный

Цель: работа с выявленными особенностями личности, которые могут привести к дальнейшей алкоголизации, обучение ответственности, навыкам общения, помощь в преодолении трудностей детско-родительских отношений.



# Диагностический этап

## 1 этап. Формирование группы «риска»

- Экспресс-диагностика алкоголизма и наркомании у подростков RAFFT
- Методика «Склонность к зависимому поведению» В.Д. Менделеевич
- Анкета «Выявление отношения подростка к алкоголю»
- Анкета «Мотивы, побуждающие молодежь употреблять алкоголь»
- Методика выявления степени информированности о вредных привычках учащихся 6 – 11 классов

## 2 этап. Анализ индивидуальных психологических особенностей подростков группы «риска»

- ПДО А.Е. Личко
- Опросник 16PF Р. Кеттела
- Методика Дембо-Рубинштейн на исследование самооценки

## 3. Диагностика семейных отношений

- Анализ родительских отношений А.Я. Варга, В.В. Столин
- Опросник “Анализ семейных взаимоотношений” Э. Г. Эйдемиллер (Методика АСВ).
- Индивидуальные клинические беседы с родителями и подростками, а так же применение метода наблюдения.



# Мотивационно-просветительский

- Создание информационного стенда для учащихся и родителей
- Совместный просмотр и обсуждение подростками и их родителями тематического видео «Трезвая Россия»
- Лекция для родителей «Здоровье молодежи – здоровье России»
- Представление презентации, выполненные подростками по данной теме, конкурс плакатов, рисунков.
- Викторина «Полезные привычки», направленная на активное приобщение воспитанников к здоровому образу жизни.
- Мероприятие по типу круглого стола «Мы выбираем здоровое будущее»
- Буклеты для подростков и родителей (информационный, тезисный), просвещающий о профилактике алкоголизма.
- Совместное консультирование родителей и подростков специалистом-наркологом. Консультирование детей и родителей по вопросам сложившейся ситуации, формирование мотивации на дальнейшую работу.



# Коррекционный

- Коррекция детско-родительских отношений, преодоление проблем с помощью индивидуальных консультаций психолога в русле клиент-центрированного подхода
- Тренинг "Развитие навыков ответственного поведения у подростков" (обучение способности принимать ответственность, предусматривать последствия своих поступков, воли и умения отказываться, формирование негативного отношения к аддиктивному поведению)
- Тренинг «Развитие коммуникативных навыков» (обучение межличностному общению, умению дать отказ от употребления алкоголя, способности эффективно взаимодействовать с окружением)
- Вовлечение подростков в общественно полезную деятельность, секции, кружки с привлечением педагогического состава (педагоги дополнительного образования, социальные педагоги)
- Привлечение родителей и детей к участию в мероприятиях школы. Вовлечение родителей в реализацию воспитательной программы.



# Пример занятия:

Тренинг "Развитие навыков ответственного поведения у подростков"

## 1 блок «Приветствие»

### Цели и задачи:

- подготовка группы к максимально результативной работе;
- знакомство и «разогрев» группы; установление эмоционального контакта между участниками.

### Упражнения:

- «Снежный ком»
- «Палочка ГИБДД»
- «Построиться по...»
- «Наши ожидания»
- «Принятие правил группы»
- «Комплименты»
- «Социометрия»
- «Подарки»

## 2 блок «Я знаю, что вредно и что полезно для моего организма»

### Цели и задачи:

- профилактика употребления психоактивных веществ у подростков и детей; формирование позитивного отношения к принципам здорового образа жизни; выработка навыков отказа.

### Упражнения:

- «Курение»
- «Плот»
- «Полет в будущее»
- «Давление группы»
- «Степной огонь»
- «Скажи нет»
- «Принятие ответственности»
- «Мера зависимости»
- «Точки приложения»
- «Эпитафия»



### Упражнение «Давление группы»

- Цель: Отработка навыков отказа, выбор наиболее эффективных стратегий отказа.
- Задание: Выбирается доброволец для участия в главной роли. В инструкции говорится, что будет предложена ситуация, где тебе необходимо будет отказываться от чего-либо. Отказаться нужно 3-мя способами: агрессивно, уверенно, неуверенно. Тренер описывает ситуацию: лидер двора или знакомые просят приготовить подростка наркотик у него дома, просят сказать родителям, что какая-то вещь находится у подростка, сосед просит поддержать у подростка какую-то вещь, просят купить наркотик.
- Обсуждение
- Как чувствовал себя человек в ситуации давления?
- Какой вариант отказа оказался более эффективным (мнение группы и главного героя)?
- Что можно было сделать, чтобы отказ был более убедительным?

### Упражнение «Принятие ответственности»

- Цель: Приобретение участниками практического опыта ответственного поведения в ситуациях выбора. Для этого используется сочетание методов «мозгового штурма» и ролевой игры.
- Задание: Тренер предлагает участникам разбиться на две команды. Участника иногда просят закончить выражение чувств или убеждений словами: «И я беру на себя ответственность за это». Иногда терапевт предлагает принять ответственность, заменив не могу на не хочу или но на и. Например, фраза «я хочу похудеть, но продолжаю много есть» звучит иначе, чем «Я хочу похудеть, и я продолжаю много есть». Заменив но на и, участник говорит более ответственно. Это утверждение ответственности помогает осознать себя обладающими внутренней силой, а не полагаться на контроль извне.
- Обсуждение
- Возможна ли в жизни ситуация, которую вы только что видели?
- Если бы это происходило на самом деле, чем закончился бы этот разговор?
- Это как-то повлияло бы на дальнейшие отношения этой пары?
- Какие еще проблемы, связанные с сексуальными отношениями, возникают у молодых людей?



# Ожидаемые Результаты

- Сокращение количества алкоголизирующихся подростков через повышение осведомленности об опасности употребления алкоголя, а также увеличение количества родителей, включившихся в активную борьбу против наркотиков и заботу о благополучии ребёнка. Мероприятия по повышению роли семьи и социализации подростков, сохранению психического, физического и духовного здоровья подрастающего поколения помогут им в укреплении семейных связей.
- Предложенная программа повысит восприимчивость подростков к негативным последствиям вредных привычек, а так же осознанность.