



Скворцова Маргарита Николаевна  
Педагог-психолог  
КГБОУ ХК ЦППМСП  
г. Хабаровск, Хабаровский край  
+79142155198,  
ritaskvorzova2014@gmail.com

Педагогом я работаю 9 лет, но в психологию пришла не сразу. После школы поступила в педагогический институт и закончила его по специальности учитель-логопед. Случилось так, что после окончания института начала работать в детском саду с детьми в логопедической группе. Дети попались сложные, и тут мне понадобилась психология, потому что без специальных знаний из психологии было сложно разрешать те вопросы, которые сопровождали меня в процессе работы. Поэтому я поступила снова учиться. Работала и училась уже на психолога. Работать с детьми мне стало легче, я стала больше понимать детей, легче стала разбирать конфликтные ситуации, которые возникали как у детей, так и у родителей. Но по семейным обстоятельствам пришлось переехать в другой город, и теперь работаю с подростками в Хабаровском Краевом Центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи. В этом Центре обучаются дети, попавшие в сложную жизненную ситуацию. У многих детей и родители находятся в сложной жизненной ситуации. Вот тут мне и пригодились знания по психологии. Занимаюсь психодиагностикой эмоциональной, волевой сферы, психокоррекцией, психотерапией эмоционально-волевых расстройств, депрессивных состояний, девиантных форм поведения. Провожу с подростками коррекционно-развивающие занятия, консультирование, тренинги, веду психотерапевтические группы для детей и родителей. Работая с детьми, стараюсь осваивать новые методы, например, Мозартикотерапию. Постоянно поддерживаю связь с создателем этой методики из Москвы. Узнала, что есть этот метод, и осваиваю его. Также занимаюсь глинотерапией, провожу тренинги. В процессе работы с детьми всегда очень хотелось понять их состояние и помочь им. Работая с детьми, стараюсь лечить их словом, советом, улыбкой, вниманием, потому что хороший психолог – это врач, который лечит душу. Настоящий психолог сглаживает противоречия, чтобы прийти к гармонии. Педагог-психолог старается предупредить проступки и зло. Мне хочется верить, что мои воспитанники вырастут хорошими людьми, смогут адаптироваться в жизни и не будут бояться трудностей, смогут их преодолевать. Я думаю, что, прежде всего, психолог – это друг и наставник. Поэтому моя работа – это постоянное творчество, серьезная ответственность за подростков, но в то же время – это очень трудная работа, которая требует большой воли и много эмоциональных затрат. Для того, чтобы держать себя в хорошей физической и эмоциональной форме, приходится заниматься еще и собой. Во-первых, конечно, овладевать дополнительными знаниями по психологии и новыми методиками. Во-вторых, заниматься спортом и физической культурой: фитнесом, танцами, степ-аэробикой и йогой. Я, как психолог, обязана

постоянно работать над собой, познавать что-то новое, расширять свой кругозор. Чтобы добиться успеха в работе с подростками, надо, прежде всего, их любить, любить такими, какие они есть – с их способностями и недостатками. Я думаю, что и дети откликаются на эту любовь.

## ПРОЕКТ

### ***ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ЗЛУОПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКАМИ И ДРУГИМИ ПСИХОАКТИВНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ СРЕДИ ПОДРОСТКОВ***

#### ***Целевая аудитория:***

Программа предполагает работу с подростками старшего (15-17 лет) и среднего (12-14 лет) школьного возраста.

#### ***Актуальность проекта:***

Хорошо известно, насколько вредным и опасным, как для отдельного человека, так и для общества в целом, является употребление табака, алкоголя и наркотиков. Девять из десяти больных раком легких в прошлом курили. Аварии и насилие, связанные с употреблением алкоголя, являются главной причиной смертности подростков и молодежи.

К сожалению, употребление ПАВ - широко распространенное явление. Мы ежедневно сталкиваемся с ним в средствах массовой информации и в обыденной жизни. За последние годы рост употребления табака и алкоголя подростками происходит особенно интенсивно. Так, по данным социологических исследований, проводимых ГУ «Краевой молодежный социальный медико-педагогический центр» среди школьников, более половины (65%) курят, а почти все опрошенные (91%) хотя бы раз в жизни употребляли алкоголь. Пробовали наркотики 13,8%, а токсические вещества-2,5% опрошенных.

Динамика роста употребления ПАВ среди молодежи заставляет пересматривать как содержательную часть профилактических программ, так и организационную структуру их реализации в образовательных учреждениях.

Смещение акцентов профилактики актуально не только из-за сопоставимости вредных последствий употребления ПАВ, но и потому, что подростки, допускающие злоупотребление алкоголем и табакокурением, значительно чаще имеют отклонения в поведении.

***Эффективность проекта:*** В результате практического применения программы отмечено уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психоактивных веществ среди подростков за счет формирования у них личностных ресурсов.

Результаты групповой коррекционной работы следующие:

1. Развитие коммуникативной сферы.

В начале применения программы были проведены ряд тренингов, на которых подростки познакомились друг с другом, и установили дружественные связи. Далее проводились дополнительные тренинговые занятия. В целом в группе сложилась благоприятная обстановка с высоким уровнем психологической безопасности. Так по результатам социометрии, которая проводилась перед применением данной программы и после нее были следующие:

- перед применением программы 20% аутсайдеров в классе;
- после применения программы 0% аутсайдеров.

Повысилась принимаемость, популярность в классе, появились дружественные связи в классе:

-перед применением программы принимаемость отмечалась у 80% воспитанников;

-после применения программы - у 100% воспитанников.

По данным диагностики адаптации к одноклассникам адекватная положительная адаптация (очень высокая, высокая и средняя):

-на начальном этапе применения программы у 80 % воспитанников;

- на заключительном этапе - у 95% воспитанников.

Таким образом, можно сделать вывод, что в результате коррекционной работы коммуникативные навыки и сплоченность в классе увеличилась на 15% - 20%, что для группы первого года обучения очень даже неплохой результат.

## 2. Самооценка подростков.

На групповых коррекционных занятиях шло развитие рефлексивной сферы, подростки анализировали свои недостатки и делали выводы, к чему им стремиться в дальнейшем.

Самооценка подростков исследовалась два раза: перед началом применения программы и после ее применения. Так, по данным диагностики самооценки выявлялось следующее:

- на начальном этапе перед применением программы у 71% подростков самооценка неустойчива, сильно изменчивая, у 29% подростков самооценка сильно завышена;

- на заключительном этапе применения программы у 50% подростков самооценка неустойчивая, у 25%- завышена и у 25%- самооценка средняя, адекватная.

Таким образом, по данным диагностики видно, что у 25% подростков произошла стабилизация самооценки, они научились адекватно воспринимать свои поступки, реагировать на критику и стараться измениться.

## 3.Уровень школьной адаптации.

В процессе применения программы на занятиях у подростков повышался уровень школьной адаптации за счет укрепления волевых функций, повышения уровня психологической безопасности в группе, повышения мотивации к занятиям, стабилизации эмоционального уровня подростков. Таким образом, по данным диагностики мы видим:

-перед применением программы положительный адекватный уровень школьной адаптации (очень высокий, высокий, средний) у 68 % воспитанников, низкая адаптация у 32% воспитанников;

- после применения программы у всех воспитанников уровень школьной адаптации положительный, адекватный. Это 100 % воспитанников.

Таким образом, уровень школьной адаптации улучшился на 32%.

Групповые коррекционные занятия улучшили коммуникативную сферу на 20%, стабилизировали самооценку на 25%, повысили уровень школьной адаптации на 32%. Общее состояние в классе оценивается, как благоприятное. Уменьшилось количество случаев прогулов школы и бродяжничества, значительно повысился уровень сплоченности класса.

## *Пояснительная записка*

### *Цель программы:*

Создание и укрепление у подростков ресурсов противостояния факторам риска возникновения зависимости от ПАВ.

***Задачи программы:***

✓ Формирование ответственного отношения к сохранению своего здоровья для достижения своих жизненных целей, формирование навыков отказа от рискованного поведения и употребления ПАВ.

✓ Создание условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы.

✓ Информирование о действиях и последствиях злоупотребления наркотическими и психоактивными веществами, причинах и формах заболеваний, связанных с ними, путях к выздоровлению, связи злоупотребления наркотиками и других форм саморазрушающего поведения с особенностями личности, общения, социальными сетями, стрессом и путями его преодоления.

✓ Направленное осознание имеющихся личностных ресурсов, способствующих формированию здорового жизненного стиля и высокоэффективного поведения:

-Я - концепции (самооценки, отношения к себе, своим возможностям и недостаткам);

-собственной системы ценностей, целей и установок, способности делать самостоятельный выбор, контролировать свое поведение и жизнь, решать простые и сложные жизненные проблемы, умения оценивать ту или иную ситуацию и свои возможности контролировать ее;

-умения общаться с окружающими, понимать их поведение и перспективы, сопереживать и оказывать психологическую и социальную поддержку;

-осознание потребности в получении и оказании поддержки окружающим.

✓ Развитие личностных ресурсов, способствующих формированию навыков поведения альтернативных саморазрушению:

-формирование самопринятия, позитивного отношения к себе, критической самооценки и позитивного отношения к возможностям своего развития, возможностям совершать ошибки, но и исправлять их;

-формирования умения адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать жизненные проблемы, управлять собой и изменять себя;

-формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их;

-формирование умения контролировать свое поведение и изменять свою жизнь;

-формирование умения осознавать, что со мной происходит и почему, анализировать собственное состояние;

-формирование умения сопереживать окружающим и понимать их, понимать мотивы и перспективы их поведения (формирование навыков эмпатии, аффилиации, слушания, диалога, разрешения конфликтных ситуаций, выражения чувств, принятия решений);

-формирования умения принимать и оказывать психологическую и социальную поддержку окружающим.

✓ Развитие стратегий и навыков поведения, ведущего к здоровью и препятствующего злоупотреблению психоактивными веществами:

-навыков принятия решения и преодоления жизненных проблем;

-навыков восприятия, использования и оказания психологической и социальной поддержки;

-навыков оценки социальной ситуации и принятия ответственности за собственное поведение в ней;

-навыков отстаивания своих границ и защиты своего персонального пространства;

-навыков защиты своего Я, самоподдержки и взаимоподдержки;

-навыков избегания ситуаций, связанных с употреблением наркотиков, других психоактивных веществ и другими формами саморазрушающего поведения;

-навыков и умений использовать альтернативные психоактивным веществам способы получения радости и удовольствия;

-навыков бесконфликтного и эффективного общения.

### ***Структура программы:***

Программа предполагает работу с подростками старшего (15-17 лет) и среднего (12-14 лет) школьного возраста.

Программа состоит из четырех разделов:

1. Информационный раздел;

2. Когнитивное развитие;

3. Развитие личностных ресурсов;

4. Развитие стратегий высокофункционального поведения и навыков.

В процессе проведения программы проводится работа как с самими подростками, так и с учителями, а также с родителями.

### ***Методы работы:***

1. Групповая работа;

2. Тренинг поведения;

3. Когнитивная модификация и терапия;

4. Личностный тренинг;

5. Дискуссии;

6. Мозговые штурмы;

7. Беседы;

8. Лекции;

9. Ролевые игры;

10. Психогимнастика;

11. Психодрама;

12. Элементы индивидуальной и групповой психотерапии;

### ***Предполагаемые результаты:***

Уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психоактивных веществ среди подростков.

Формирование здорового жизненного стиля и высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у подростков.

Развитие системного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами.

### ***Критерии эффективности:***

Уменьшение факторов риска злоупотребления наркотиками и другими психоактивными веществами:

✓ усиление личностных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;

✓ наличие навыков противодействия наркотицирующей среде, решения жизненных проблем, поиска, восприятия и оказания социальной поддержки в сложных жизненных ситуациях, принятия ответственности за собственное поведение, эффективного общения;

✓ развитие стратегий проблем-преодолевающего поведения избегания ситуаций, связанных с риском наркотизации.

До и после программы предполагается проведение экспериментально-психологического обследования ее участников по вышеназванным критериям. Проводится также отсроченное тестирование, спустя 6- 8 месяцев после проведения программы.

### ***Работа с подростками:***

20 занятий по 2 часа, 2 раза в неделю.

До и после цикла занятий проводится тестирование с целью определения эффективности программы.

### ***Темы занятий:***

1. Представления программы, знакомство. Ознакомление с задачами и правилами группы.

2. Понятие личности. Структура моей и твоей личности. Кто Я? Кто Ты? Что во мне и в тебе есть? Понятие границ личности. Развитие личности.

3. Чувства. Сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние.

4. Отношение к себе, самооценка, развитие и личностный рост. Ценность моей и твоей личности.

5. Информация о действиях и последствиях употребления психоактивных веществ. Мое отношение к наркомании.

6. Информация о действиях и последствиях употребления психоактивных веществ. Мое отношение к наркомании. Формирование навыков общения.

7. Отрицательное отношение к употреблению наркотиков, навыки отказа от ПАВ. Повышение уровня самооценки.

8. Информация о причинах, механизмах воздействия и последствиях употребления табака. Мое отношение к табакокурению.

9. Человек как сексуальное существо. Проблемы межполового общения.

10. Человек как сексуальное существо. Проблемы межполового общения.

11. Семья как единый организм. Понятие здоровой семьи и её отличие от семьи дисфункциональной. Химическая зависимость в семье.

12. Понятие группового давления и принятие собственного решения. Навыки выражения и отстаивания собственного мнения, поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению. Понятие насилия и права защищать свои границы.

13. Формирования навыков заботы о себе и защиты своего Я, границ личности. Умение говорить “Нет”.

14. Развитие заболевания зависимости от психоактивных веществ и выздоровление. Выбор и ответственность. Альтернативные употреблению психоактивных веществ способы получения удовольствия, решения проблем и время проведения.

15. Понятие стресса и проблемо-разрешающее поведение. Формирование навыков оценки проблемной ситуации и принятия решения. Способы решения проблем, личностных сложностей. Понятие личностных кризисов.

16. Безопасное поведение.

17. Понятие стресса и проблемо-разрешающее поведение. Преодоление проблемных и стрессовых ситуаций.

18. Формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их.

19. Понятие морали и нравственности, смысла жизни и личностных ценностей.

20. Завершение работы, подведение итогов.

### **Требование к ведущим группы:**

1. Ведущий должен иметь достаточное представление о проблеме употребления ПАВ, обладать необходимыми знаниями и информацией.

2. Ему надо очень ясно понимать что:

✓ Зависимость от психоактивного вещества - это комплексное хроническое заболевание с определенным генезом, симптоматикой и развитием, имеющее биологические, психологические, социальные, духовные корни;

✓ Зависимость от ПАВ - это семейное заболевание;

✓ Подростки имеют определенные физиологические возрастные особенности;

✓ Подростки имеют право быть не такими как взрослые;

✓ Существует группа риска по развитию химической зависимости среди подростков;

✓ Экономическая, политическая, социальная и психологическая обстановка в стране является фактором способствующим обострению проблемы химической зависимости среди детей и подростков.

3. Ведущий должен иметь свою собственную определенную позицию по отношению к употреблению химических веществ. Подростки как никто другой остро чувствуют ложь и замешательство ведущих. До начала работы по предлагаемым программам ведущий должен прояснить для себя, какое место в его жизни занимают химические вещества, и быть готовым говорить об этом с детьми. По опыту составителей данного пособия в 80% случаев ребята на занятиях спрашивают ведущего о том, пьет ли он спиртные напитки, употребляет ли наркотики, и если да, то зачем.

4. Ведущий должен обладать достаточно высоким уровнем личностного здоровья. Ему самому необходимо быть ответственным за свою жизнь, иметь адекватную самооценку, уметь делать выбор, иметь навыки общения и решения своих личных проблем - одним словом уметь и иметь все то, что мы хотим от детей, с которыми работаем. Это важный момент, потому что иначе ребенок не сможет овладеть необходимыми навыками и решить психологические задачи, которые ставятся перед ним в ходе работы по программе.

5. Ведущий должен обладать определенными профессиональными навыками, которые скорее можно назвать талантами. Специалисты, имеющие опыт ведения детских и подростковых профилактических групп выделяют следующие важные способности ведущего:

✓ Умение войти в мир подростков, не нарушая границ личности (своей и подростка);

- ✓ Умение создать безопасную и поддерживающую обстановку;
- ✓ Умение нести знания «между слов», т.е. умение пользоваться невербальным компонентом общения;
- ✓ Помнить и уважать себя в подростковом возрасте;
- ✓ Знание подростковых стилей и способов овладения материалом и иметь большой багаж различных форм активности.

6. Такая форма работы как малые группы предполагает не больше 9-10 участников. Следовательно, если в учебной группе на тренинге 30 человек, то ведущих должно быть не меньше трех. Есть упражнения, в которых требуется обеспечение физической безопасности участников («Доверяющее падение»), есть упражнения, требующие от подростков погружения в себя («Ценности»). А это, в свою очередь, требует от тренеров создания доверительной обстановки и минимизации травмирующих факторов, что возможно лишь при наличии двух или более ведущих. С другой стороны, это значительно облегчает работу ведущих и дает возможность взаимоподдержки, крайне необходимой в работе с подростками. Кроме того, это помогает анализировать работу ведущих тренинга и, что очень важно, позволяет подросткам видеть здоровые партнерские отношения между взрослыми людьми (тут, конечно, желательно, чтобы эти отношения действительно были здоровыми).

#### ***Требования к помещению:***

- ✓ Помещение должно быть достаточно просторным для проведения подвижных игр, но не слишком большим, т.к. это нарушает ощущение безопасности.
- ✓ В помещении не должно быть ничего лишнего - предметов, плакатов и т.д.
- ✓ Не должно быть острых и опасных углов, предметов и т.д.
- ✓ Помещение всегда должно быть одним и тем же, иначе нарушается ощущение безопасности.
- ✓ Помещение должно быть не проходным и не просматриваемым для посторонних.
- ✓ Стулья должны быть легко перемещаемыми и не скрепленными друг с другом.
- ✓ В помещении должно быть достаточно светло.
- ✓ Помещение должно быть достаточно звукоизолированным - иногда будет шумно.
- ✓ В помещение не должны проникать посторонние звуки.
- ✓ Дверь должна быть закрыта на время занятий.
- ✓ Оптимально, если есть возможность сидеть и рисовать на полу.
- ✓ Должна быть возможность крепить ватман к стенам.
- ✓ Помещение должно быть проветриваемо.

#### ***Основные принципы и задачи работы:***

Четкая формулировка и понимание задач, стоящих перед исполнителем в любой деятельности, вне всяких сомнений делает работу более организованной, четкой и успешной. Нам представляется чрезвычайно важным ясное понимание ведущими цели своей работы. Тогда будет понятнее, какой должна быть такая работа. Итак, какова же цель профилактической работы? По определению, профилактика - это система мер, направленных на предупреждение возникновения явления. Цель профилактики употребления психоактивных веществ - отказ детей и подростков от употребления химических веществ изменяющих состояние сознания. Могут ли какие-либо мероприятия привести к намеченной цели? Можем ли мы гарантировать, что



проведение определенных мероприятий приведет к тому, что дети не станут употреблять вещества никогда? Конечно, нет. Мы можем только с той или иной степенью вероятности предположить, что наша работа сделает это употребление менее вероятным. Поэтому для того, чтобы работа стала более продуктивной, нам представляется целесообразным формулировка более конкретных задач. Таких задач, про которые можно сказать - да, мы это сделали или мы это не сделали.

**Примерная структура занятий:**

Этапы	Время	Задачи	Средства	Роль ведущего
Приветствие		Обозначить начало занятия, создать особую атмосферу, подчеркнуть безопасность.	Определенные ритуалы.	Обеспечить для каждого участника максимально комфортное вхождение в группу.
Начало работы	5 - 10 мин	Самоопределение участников (с чем они пришли на группу, как себя сейчас ощущают).	Ритуализированная форма, которая каждый раз наполняется новым содержанием.	Предоставить каждому участнику возможность поделиться своими переживаниями, помочь осознать и принять свои чувства.
Разминка	5 - 10 мин	1. Объединение, сплочение группы 2. Развитие межличностных связей 3. Включение в совместную деятельность.	Более или менее подвижные игры с четко определенными правилами.	1. Обозначение правил и границ 2. Обеспечение безопасности участников.
Работа по теме	30 мин	Задачи соответствуют теме занятия.	Самые разнообразные формы активности (игры, рисование, психодрама и т.д.).	1. Дать определенную информацию в доступной форме. 2. Предоставить возможность выразить свои чувства 3. Помочь овладеть новыми навыками, основываясь на полученной информации.
Разминка	10 - 15 мин			
Работа по теме	25 мин			
Завершение занятия	1 мин	1. Возможность выплеснуть накопившееся напряжение 2. Завершение	Подвижные и (или) релаксационные игры.	Обеспечение безопасности участников.

		работы в позитивном эмоциональном состоянии.		
Прощание		Обозначить конец занятия.	Определенные ритуалы.	Эмоциональная поддержка детей.

***Занятие №1. Представления программы, знакомство. Ознакомление с задачами и правилами группы.***

*Цель: Установление контакта с учениками. Создание доверительной атмосферы. Достижение взаимопонимания в целях работы программы.*

№	t	Этап	Содержание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Представление ведущего. Информация о себе и о программе, о своих личных целях и целях программы.	Создать дружелюбный и безопасный настрой, продемонстрировать открытый стиль общения.		Ведущему неплохо сказать о своих реальных чувствах по поводу начала работы в группе.
2	15	Разминка	«Поиск общего», «Представление участников по парам» «Снежный ком».	Знакомство и сплочение группы.		Ведущие тоже принимают участие.
3	25	Работа по теме	Выработка правил (мозговой штурм).	Демонстрация демократического и безопасного стиля общения.	Ватман, маркеры.	Возможен вариант-ведущий сам предлагает правила.
4	10	Разминка	«Дни рождения», любая не очень сложная подвижная игра.	Первые попытки совместного активного отдыха, разрядка.		Подростки могут стесняться играть.
5	20	Работа по теме	Общий рисунок.	Общая деятельность. Выявление лидеров в группе. Материал для анализа атмосферы в группе.	Ватман, фломастеры, музыка.	Дать всем участникам рисовать.
6	10	Завершение	Завершающий обмен впечатлениями от занятия.	Демонстрация и овладение навыками открытого стиля общения,		Ведущий может начать и показать как говорить о чувствах.

				навыками разговора о чувствах.		
--	--	--	--	--------------------------------	--	--

***Занятие №2. Понятие личности. Структура моей и твоей личности. Кто Я? Кто Ты? Что во мне и в тебе есть? Понятие границ личности. Развитие личности.***

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

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	15	Начало работы	Обмен чувствами 10 определений «Кто Я?», обсуждение Повторение правил.	Обозначение перехода к особой атмосфере в группе, введение в тему занятия.	Бумага и ручки.	
2	10	Разминка	«Я никогда не...».	Разрядка, сплочение.		Здесь и далее в графе «разминка» может быть любая подвижная игра.
3	25	Работа по теме	Мозговой штурм на тему «Из чего состоит личность».	Осознавание себя как ценной личности.	Ватман, маркеры.	Важно учитывать правила мозгового штурма - любое мнение ценно.
4	10	Разминка	Рисунок «Что мне в себе нравится», возможно показать рисунок всем и прокомментировать.	Формирование позитивной «Я-концепции».	Бумага, фломастеры.	Важно поддержать участников в поиске позитивных сторон личности.
5	20	Работа по теме	Игра в границы «Скажи стоп» Проблема перехода границ (обсуждение в тройках).	Внимательное отношение к границам, ощущение своих физических границ.		Ведущий может не участвовать в тройках.
6	10	Завершение	«Путаница» Завершающий	Ощущение сплоченной		

			обмен впечатлениями.	группы. Навык разговора о чувствах.		
--	--	--	----------------------	-------------------------------------	--	--

***Занятие №3. Чувства. Сложности идентификации чувств. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения. Формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние.***

*Цель: Научиться идентифицировать собственные эмоциональные состояния.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	5	Начало работы	Обмен чувствами Придумывание прозвищ Повторение правил.	Вхождение в атмосферу группы, создание специфического климата.		Помогает подчеркнуть уникальность каждого.
2	5	Разминка	Мячик-ассоциации.	Навык спонтанного реагирования.	Мяч.	
3	35	Работа по теме	Мячик – чувства. Закрашивание человечков-чувств, обсуждение. Мозговой штурм «Какие бывают чувства», обсуждение «плохих» и «хороших» чувств.	Осознавание чувств, знакомство с диапазоном чувств, Ощущение чувств телом - знакомство с собственным телом.	Мяч, пус-тые чело-вечки, ватман и маркеры.	Может провоциро-вать глубокие личностные процессы.
4	10	Разминка	«Перемигивания».	Разрядка, сплочение группы, «разморажива-ние».		
5	25	Работа по теме	Эмоциональная гимнастика с элементами медитации Построение живых цепочек - (увидел-почувствовал-подумал-сделал-почувствовал...).	Осознавание сложности процесса возникновения чувства и реагирования на него, навык внимательного отношения к внутреннему состоянию.		Очень важно не уходить в слова, а все время говорить о реальных состояниях.
6	10	Завер	«Дождик»	Сплочение		

		шение	Завершающий обмен впечатлениями.	группы, разговор о чувствах.		
--	--	-------	----------------------------------	------------------------------	--	--

**Занятие №4. Отношение к себе, самооценка, развитие и личностный рост. Ценность моей и твоей личности.**

*Цель: Осознание возможности формирования адекватной самооценки.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, «Имена- качества», заполнение листа «Как я сегодня себя чувствую».	Вхождение в атмосферу группы.	Лист «Как я сегодня себя чувствую».	
2	10	Разминка	«Зоопарк».	Расслабление, разрядка, позитивные эмоции.		
3	30	Работа по теме	Работа с листком «Мои особенности и преимущества», обсуждение в небольших группах. Обсуждение проблемы развития и роста.	Формирование навыка позитивного отношения к себе и другому.	Бумага, фломастеры.	Если группа достаточно разогрета, можно попробовать использовать технику «Горячий стул».
4	10	Разминка	«Эхо», «Зеркало».	Формирование ощущения значимости собственных слов и жестов.		
5	20	Работа по теме	Рисунок «карта моей личности».	Знакомство с собой, формирование навыка глубокого и позитивного отношения к своей личности.	Бумага, бланки, фломастеры.	По желанию можно обсудить свои карты в группе.
6	10	Завершение	Медитация «Я - это Я». Обмен впечатлениями.	Навык внимательного отношения к себе.	Медитативная музыка.	

***Занятие №5. Информация о действиях и последствиях употребления психоактивных веществ. Мое отношение к наркомании.***

*Цель: Обеспечение детей объективной информацией о действии ПАВ, формирование собственного отношения к этой проблеме. Развитие коммуникативных навыков.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	5	Начало работы	Обмен чувствами.	Вхождение в атмосферу группы.		
2	10	Разминка	Игра «Да - Нет» «Клубок».	Переход к обсуждению серьезных проблем Возможность увидеть, что у других есть похожие сложности.	Клубок шерсти.	Ведущему имеет смысл задать тон серьезного и открытого разговора своим примером.
3	35	Работа по теме	Упражнение «Причины употребления наркотиков».	Ознакомление с объективной информацией о действии ПАВ.	Ватман, наклейки или липкие блоки.	
4	10	Разминка	«Салки - обнималки».	Сплочение, отдых.		
5	20	Работа по теме	Упражнение «Правда и неправда».	Узнать, насколько информированы о ПАВ, развеять мифы, существующие в молодежной среде о психоактивных веществах.	Листы с утверждениями «Правда» и «Неправда».	
6	10	Завершение	Обмен впечатлениями.	Навык разговора о чувствах.		

***Занятие № 6. Информация о действиях и последствиях употребления психоактивных веществ. Мое отношение к наркомании. Формирование навыков общения.***

*Цель: Обеспечение детей объективной информацией о действии ПАВ, формирование собственного отношения к этой проблеме. Решение некоторых проблем в общении.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Разговор о чувствах, об итогах прошедшей недели. Небольшое информационное вступление на тему «Что такое общение».	Переход группы в рабочее состояние.		
2	15	Разминка	«Невербальное знакомство».	Осознавание и активизация невербального компонента в общении.		Вызывает сильные переживания, могут возникать сложности.
3	25	Работа по теме	Упражнение «Опасность».	Информировать об опасностях, возникающих при употреблении наркотиков. Развеять мифы, существующие в молодежной среде о психоактивных веществах.	Лист ватмана и маркеры (или доска с мелом).	Может затянуться, нужно четко следить за временем.
4	10	Разминка	«Слепые паровозики».	Разрядка.		
5	20	Работа по теме	Упражнение «Я свободен».	Выработать свою позицию по отношению к ПАВ.		Ролевые модели общения по В. Сатир.
6	10	Завершение	Обмен впечатлениями.	Навык разговора о чувствах.		К этому занятию участники уже могут адекватно выражать свои чувства. Если пока не получается откровенного

						разговора - на это стоит обратить внимание.
--	--	--	--	--	--	---

***Занятие №7. Отрицательное отношение к употреблению наркотиков, навыки отказа от ПАВ. Повышение уровня самооценки.***

*Цель: Формирование осознанного отношения к проблеме. Развитие способности к гармоничному и поддерживающему общению.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувств. Имена-чувства.	Вхождение в атмосферу группы.		
2	15	Разминка	«Вход-выход из круга».	Отработка навыков эффективного общения.		Можно снимать на видео для последующего анализа в группе.
3	25	Работа по теме	Обсуждение проблемы вынесения оценочных мнений.	Навык откровенного разговора о проблеме.		На данном этапе работы можно включать элементы групповой терапии.
4	10	Разминка	«Белые медведи».	Отдых, интенсивное общение.		
5	20	Работа по теме	Упражнения «Я свободен», «Цель в жизни».	Осознать причины, по которым нужно оставаться свободным от наркотиков. Формировать чувство ответственности в принятии каких-либо решений.	Можно снять на видео, затем обсудить.	Необходимо обращать внимание на отношение форм общения к своему опыту.
6	10	Завершение	Игра «Надписи на спине». Обмен впечатлениями.	Опыт получения позитивной обратной связи.	Бумага, скотч, фломастеры.	Игра может не пойти при недостаточном уровне



						открытости.
--	--	--	--	--	--	-------------

**Занятие № 8. Информация о причинах, механизмах воздействия и последствиях употребления табака. Мое отношение к табакокурению.**

*Цель: Анализ причин начала употребления и механизмов воздействия табака. Разобраться, что такое давление сверстников и как ему противостоять.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Разговор о чувствах, об итогах прошедшей недели. Небольшое информационное вступление на тему «Что такое общение».	Переход группы в рабочее состояние.		
2	15	Разминка	«Невербальное знакомство».	Осознание и активизация невербального компонента в общении.		Вызывает сильные переживания. Могут возникать сложности.
3	25	Работа по теме	Информация «Статистические данные о губительном воздействии табака».	Информировать об опасностях, возникающих при употреблении табака. Развеять мифы, существующие в молодежной среде о психоактивных веществах.		Может затянуться, нужно четко следить за временем.
4	10	Разминка	«Слепые паровозики».	Разрядка.		
5	20	Работа по теме	Упражнение «Рисунок».  Упражнение «Ситуация».  Информирование	Определить опытным путем силу давления сверстников.  Поиск альтернативы желанию закурить. Информировать		Рольевые модели общения по В. Сатир.

			«Механизм воздействия никотина».	о наркотическом воздействии никотина.		
6	10	Завершение	Обмен впечатлениями: -что помогает отстаивать свою точку зрения; -как можно справиться с желанием покурить; -как противостоять давлению окружающих?	Закрепление полученных знаний. Развитие рефлексивных навыков.		К этому занятию участники уже могут адекватно выражать свои чувства. Если пока не получается откровенного разговора - на это стоит обратить внимание.

***Занятие № 9. Человек как сексуальное существо. Проблемы межполового общения.***

*Цель: Создание условий для формирования ответственного партнерства и навыков безопасного сексуального поведения, снижения риска ранних (добрачных) половых контактов; повышение информированности подростков об инфекциях, передаваемых половым путем, ВИЧ/СПИДе, о профилактике нежелательной беременности.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, итоги недели.	Вхождение в атмосферу группы.		
2	5	Первичное тестирование	Тест «Любовь без риска».	Входящее выявление уровня знаний учащихся.		
3	30	Работа по теме	Просмотр презентации «Инфекции, передающиеся половым путем, и безопасное сексуальное поведение».	Знакомство с темой занятия, осознание собственных установок и ожиданий.	Ватман, маркеры.	Ведущему заранее следует разобраться со своим отношением к данному вопросу.
4	10	Разминка	Упражнение «Ассоциации» (любовь).	Выработка своей позиции «Как вовремя		

			Притча «Я шла по дороге...».	повлиять на опасную ситуацию».		
5	15	Работа по теме	В 2 командах (Ток-шоу «Секс до брака: за и против») .  Мозговой штурм «Воздержание».	Осознавание и проговаривание собственных установок и ожиданий, формирование своей позиции.  Поиск плюсов в воздержании от ранних сексуальных контактов.		Желательна разбивка на пары с наименее знакомым партнером.
6	20	Завершение	«Вопросы на листочках», медитация.	Возможность откровенного разговора, осознание.	Маленькие листочки, фломастеры, музыка.	

***Занятие № 10. Человек как сексуальное существо. Проблемы межполового общения.***

*Цель: Создание условий для формирования ответственного партнерства и навыков безопасного сексуального поведения, снижения риска ранних (добрачных) половых контактов; повышение информированности подростков об инфекциях, передаваемых половым путем, ВИЧ/СПИДе, о профилактике нежелательной беременности.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, итоги недели.	Вхождение в атмосферу группы		
2	5	Разминка	Упражнение «Светофор».	Актуализация знаний о необходимости постоянного безопасного соблюдения безопасного	Три больших круга из бумаги по цвету светофора	

			Упражнение «Шаги».	сексуального поведения.  Опровержение неверных мнений, бытующих среди подростков и молодежи.	(красный, желтый, зеленый), карточки с описанием различных действий и ситуаций.	
3	30	Работа по теме	Просмотр презентации «Инфекции, передающиеся половым путем, и безопасное сексуальное поведение».	Повышение информированности подростков об инфекциях, передающихся половым путем.	Ватман, маркеры.	Ведущему заранее следует разобраться со своим отношением к данному вопросу.
4	10	Разминка	Упражнение «Ассоциации» (любовь).  Притча «Я шла по дороге...».	Выработка своей позиции «Как вовремя повлиять на опасную ситуацию».		
5	15	Работа по теме	Коллективная игра-тест «Ромашка».	Закрепление полученных знаний.	Бумажные лепестки ромашки с заготовленными вопросами-заданиями.	Желательна разбивка на пары с наименее знакомым партнером.

6	20	Завершение	Исходящее тестирование по теме.	Исходящее выявление уровня знаний учащихся.	Бланки теста «Любовь без риска».	
---	----	------------	---------------------------------	---	----------------------------------	--

***Занятие № 11. Семья как единый организм. Понятие здоровой семьи и её отличие от семьи дисфункциональной. Химическая зависимость в семье.***

*Цель: Психопрофилактика возможных трудностей в семье.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, итоги недели.	Вхождение в атмосферу группы.		
2	5	Разминка	«Черные шнурки».	Разрядка.		
3	30	Работа по теме	Обсуждение проблемы «зачем нужна семья» По тройкам - рассказ о своей семье, о правилах в семье Лекционный материал о дисфункциональной семье.	Осознавание установок относительно семьи. Возможность поделиться друг с другом своим жизненным опытом.	Лекционный материал.	Ведущий по очереди подсоединяется к каждой тройке.
4	10	Разминка	«Что мне нравится в моей семье?» (Как давно мы говорили родителям об этом? Они нам? Почему? Стыдно ли выражать свои чувства близким людям?).	Сплочение, подчеркивание эмоциональной значимости отношений с родителями.		
5	20	Работа по теме	Ролевая игра - семья. Мозговой штурм «хорошая семья - права и обязанности».	Осознавание внутренних привычных форм взаимодействия в семье, анализ своего поведения, планирование	Ватман, маркеры.	После игры важно обозначить выход из ролей - стряхнуть с себя роль (это касается каждой ролевой игры).

				изменений.		
6	10	Завершение	«Рисунок на спине», обмен чувствами.	Опыт духовного позитивного общения.		

***Занятие № 12. Понятие группового давления и принятие собственного решения. Навыки выражения и отстаивания собственного мнения, поиск компромиссов, умение противостоять групповому давлению. Понятие насилия и права защищать свои границы.***

*Цель: Формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, итоги недели, любая активность с именами и настроениями.			
2	10	Разминка	Слепец и поводырь.	Опыт ответственности и доверия.	Платки.	
3	20	Работа по теме	Упражнение «Я говорю...» (выполнение команд ведущего только по условному обозначению). Обсуждение.	Осознание личной ответственности в ситуациях, связанных с принятием решений.		
4	15	Работа по теме	Обсуждение «Способы ослабления влияния».	Поиск способов справиться с давлением.		
5	25	Работа по теме	Ролевая игра-давление группы. Обсуждение происходящего с человеком в ситуации давления.	Осознавание своего положения по отношению к групповому давлению.		Ситуации должны быть приближены к теме употребления психоактивных веществ
6	10	Завершение	Медитация, обмен чувствами.	Навык получения медитативного опыта.	Музыка.	

**Занятие № 13. Формирования навыков заботы о себе и защиты своего Я, границ личности. Умение говорить “Нет”.**

*Цель: Формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, итоги недели.	Вхождение в атмосферу группы.		
2	5	Разминка	«Третий лишний».	Разрядка, снятие напряжения.		
3	35	Работа по теме	Игра «Волк и семеро козлят» Обсуждение помогающих и мешающих мотивов и способов поведения.	Осознавание способов и отработка навыков давления, прояснения ситуации, умения говорить «нет».	Маленькие листочки.	Важно постоянно держать фокус внимания подростков на процессе.
4	15	Разминка	Упражнение «Подарок».	Формирование умений как сказать НЕТ.	Небольшой предмет: ручка, карандаш, точилка и т.п.	
5	20	Работа по теме	Упражнение «Мозговой штурм».	Осознавание, в каких ситуациях нужно сказать НЕТ.	Ватман, маркер.	
6	5	Завершение	Упражнение «Моток пряжи».	Рефлексия.	Отрезки красной, желтой, зеленой пряжи, соединенные последовательно между собой и сформированные в один клубок.	

**Занятие № 14. Развитие заболевания зависимости от психоактивных веществ и выздоровление. Выбор и ответственность. Альтернативные употреблению психоактивных веществ способы получения удовольствия, решения проблем и времяпровождения.**

*Цель: Более глубокое понимание проблем зависимости от ПАВ, осознание личной вовлеченности в эту проблему уже сейчас, варианты выхода.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, итоги недели.	Вхождение в атмосферу группы, навыки анализа изменений в себе.		
2	15	Разминка	«Вася-Вася», «Немой зоопарк».	Разрядка.		
3	25	Работа по теме	Игра «Велосипед» Коллективное составление определение болезни-зависимости от ПАВ.	Подкрепления знаний, полученных ранее, попытка прочувствовать их образность.	Ватман, маркеры.	
4	10	Разминка	«Дракон».	Разрядка.		
5	20	Работа по теме	Упражнение «Через призму бутылки».	Осознание того, что происходит с ценностями человека, употребляющего ПАВ.		
6	10	Завершение	Общий рисунок на тему - альтернативные способы получения удовольствия и решения проблем. Обмен чувствами.  Упражнение «Паутина».	Сплочение, осознание возможности позитивного выхода при наличии мотивации.  Отражение каждым участником возможных последствий	Ватман, фломастеры.	



				употребления ПАВ.		
--	--	--	--	----------------------	--	--

**Занятия № 15. Понятие стресса и проблемо-разрешающее поведение. Формирование навыков оценки проблемной ситуации и принятия решения. Способы решения проблем, личностных сложностей. Понятие личностных кризисов.**

*Цель: Ознакомление с процессом разрешения проблем и его этапами.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами.	Вхождение в атмосферу группы.		
2	20	Разминка	«Преодолей препятствие».	Эмоциональное включение. Ощущение собственной способности к преодолению.		Может повлечь нарушение правил.
3	20	Работа по теме	Дискуссия на тему «Как я справляюсь с жизненными трудностями» Обсуждаются проблемы, возникавшие последние месяцы и о том, как они вели себя в этих ситуациях.	Осознавание ответственности за то или иное поведение в сложной ситуации, обмен опытом.		Можно написать примеры преодоления стрессовых ситуаций.
4	10	Разминка	«Бурундуки», «Слепые паровозики».	Разрядка.		
5	20	Работа по теме	Упражнение «Принятие решения в сложной ситуации».	Выделение основных стратегий поведения человека (пошаговое разрешение проблем, поиск социальной поддержки, избегание).		Желательна запись ролевых игр на видео для обсуждения и получения обратной связи.
6	10	Завершение	Разработка рабочего листа	Осознавание собственного	Бумага.	На дом - заполнить

			"Навыки поведения, способствующие эффективному преодолению проблем".	уровня эффективности преодоления проблем.		рабочий лист, определяя имеющиеся навыки, и навыки, которые должны развиваться.
--	--	--	--	---	--	---

### ***Занятия № 16. Безопасное поведение.***

*Цель: Формирование навыков безопасного поведения, умения говорить «НЕТ» в рискованных ситуациях, связанных с употреблением ПАВ.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, обсуждение применения новых навыков.	Вхождение в атмосферу группы, навык анализа изменений в себе.		
2	5	Разминка	«Пицца - хат».	Разрядка.		
3	30	Работа по теме	Лекционный материал. Упражнение «Оценка ситуации», можно делать небольшими группами и сразу обсуждать что сложно, что просто.	Осознавания своей способности оценивать ситуации, степени собственной ответственности.	Ватман, фломастеры.	Можно заранее подготовить на плакатах этапы.
4	10	Разминка	«Колпак».	Разрядка, раскрепощение.		
5	25	Работа по теме	Упражнение «Шаги».  Упражнение «Два мнения».	Опровержение мифов о вредных привычках.  Формирование умения	Заранее заготовленные утверждения - мифы о вредных привычках.	

			Упражнение «Сумей отказаться».	конструктивно отстаивать свою точку зрения. Формирование умения сказать «НЕТ».		
6	10	Завершение	Обмен чувствами, итоги занятия, обсуждение нового опыта.			

***Занятия № 17. Понятие стресса и проблемо-разрешающее поведение. Преодоление проблемных и стрессовых ситуаций.***

*Цель: Ознакомление участников программы с процессом разрешения проблем по этапам проблемо-преодолевающего поведения.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, обсуждение итогов недели, того что получается применить из навыков, получаемых на занятии.	Навыки анализа изменений в себе.		
2	10	Разминка	«Паровозики».	Разрядка.		
3	10	Работа по теме	Обсуждение «Что такое стресс?». Выход на уровень организма (связь с основными стратегиями поведения животных). Стресс как подготовительная реакция организма к борьбе, обороне или бегству (физиология).	Информирование о состоянии стресса.		Обсуждение конструктивных и деструктивных стратегии разрешения проблем.
4	20	Работа по теме	Игра «Баржа»: мои чувства и состояние	Обсуждение вопросов: Как вы себя чувствовали		

			<p>организма в момент игры («индивидуальный портрет стресса»).</p>	<p>в состоянии стресса? Какую стратегию вы использовали во время игры? Как бы вы определили, что такое «стресс»? Какие способы преодоления стрессовых ситуаций вы используете в повседневной жизни? Какие способы преодоления стресса вы бы отнесли к конструктивным или неконструктивным?</p>		
5	5	Разминка	«Гриша-ша».			
6	10	Работа по теме	<p>Мозговой штурм «Что может быть причиной стресса?» (основными стрессогенными сферами выступают отношения с друзьями, родителями, учителями, т.е. семья, школа, ближайшее окружение).</p>	<p>Информирование о причинах возникновения стресса.</p>	<p>Бумага, доска или ватман, маркеры.</p>	
7	15	Работа по теме	<p>Обсуждение: «Основные пути борьбы со стрессом» (устранить стрессовый фактор или изменить свое</p>	<p>Осознание путей преодоления стрессовых состояний.</p>		

			состояние. Способы изменения своего состояния).			
8	10	Завершение	Обмен чувствами, анализ полученного опыта.	Навыки анализа.		

***Занятие № 18. Формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их.***

*Цель: Формирование навыков изменения себя.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами.	Вхождение в атмосферу группы.		
2	15	Разминка	«Разгоняем паровоз».	Разрядка.		
3	25	Работа по теме	«Создай скульптуру». Игра заключается в том, что её участники создают живую скульптуру, исходя из осознания возможности изменить себя. Обсуждение.	Осознавание возможности изменений внутри себя.		
4	10	Разминка	Любая подвижная игра.	Разрядка.		Участники могут сами выбирать игры из тех, которые больше понравились.
5	20	Работа по теме	Знакомство со схемой «Шаги постановки цели». Обсуждение возможных краткосрочных и долгосрочных целей, которые можно поставить перед собой в своей жизни.	Овладение навыком для использования при разработке краткосрочных и долгосрочных целей.	Схема	Можно заранее подготовить плакат.

			Написание реального плана и обсуждение в тройках.			
6	10	Завершение	Обмен чувствами, анализ полученных навыков.			

***Занятие № 19. Понятие морали и нравственности, смысла жизни и личностных ценностей.***

*Цель: Навыки формирования активной жизненной позиции.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами, итоги недели.	Вхождение в атмосферу группы.		Необходимо отметить, что данное занятие предпоследнее.
2	15	Разминка	Рисунок «Улучшение-ухудшение», обсуждение.	Применение на практике навыка осознания своих чувств, их анализ, осознание опыта «делать хуже» и «делать лучше».	Бумага, фломастеры.	Можно делать в группах по 5-7 человек.
3	20	Работа по теме	Шеринг: какие факторы влияют на наше поведение в конфликтной ситуации.	Определение факторов, влияющих на поведение в конфликтной ситуации. Определение, каким образом на поведение человека влияют желания, потребности, ценности.	Ватман, маркеры.	
4	10	Разминка	Любая подвижная игра.	Разрядка.		
5	25	Работа по теме	«Проблемные ситуации», обсуждение.	Формирование умений нахождения вариантов решения	Карточки с заранее написанными на них конф	

				конфликта.	ликтны ми ситуа циями.	
6	10	Завершение	Обмен впечатлениями, анализ полученных навыков.			

### *Занятие № 20. Завершение работы.*

*Цель: Обсуждение результатов совместной работы, подведение итогов, поддержка настроения на дальнейшую самостоятельную работу.*

№	t	Этап	Описание	Задача	Материал	Примечания
1	10	Начало работы	Обмен чувствами.	Вхождение в атмосферу группы.		Важно поговорить с участниками о предстоящем завершении работы, чтобы помочь им осознать процесс завершения.
3	15	Работа по теме	Общий рисунок.	Получение позитивных эмоций от совместной деятельности.	Ватман, фломастеры.	Можно сравнить с первым общим рисунком.
4	20	Разминка	Можно поиграть во все, что полюбилось во время занятий.	Разрядка, подкрепление позитивного отношения к работе в группе.		
5	20	Работа по теме	«Ладонка».	Опыт получения и выражения позитивной обратной связи. Возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу.	Бумага, фломастеры.	
6	25	Завершение	Завершающий обмен впечатлениями	Подведение итогов.		

**Список литературы:**

1. Аюпова В.М., Вострикова М.Г., Гориславец Е.Г., Савицкая И.А., Таенкова А.А., Шевцова О.В. Методические рекомендации для проведения занятий с подростками и молодежью по профилактике поведенческих болезней/Под ред. Таенковой И.О.-Хабаровск: Краевой молодежный социальный медико-педагогический центр, - Изд. 2-е, перераб. 2007.-60 с. - илл.
2. Ведишева М., Ранняя профилактика наркотизма: проблемы и подходы к их решению [Текст]/ М. Ведишева Л. Рыбакова М. Цейтлин //Воспитание школьников.- 1997. -№4. - С. 50-54.
3. Дементьева И.Г. Подростки и наркотики [Текст]/ И. Г.Дементьева. - М., 1997. -28 с.
4. Дилтс Р. Убеждения-путь к здоровью [Текст]/Р.Дилтс. - М., 2000. -22 с.
5. Долгова Т.Г. Молодежная субкультура и наркотики [Текст]: учеб, пособие / Т.Г. Долгова, Ю.И.Клейберг. - Тверь, 1997. -64 с.
6. Захарова А.А. Предупреждение отклонений в поведении ребенка [Текст] / А.А.Захаров. - СПб., 1999. -22 с.
7. Котляков В.Ю. Профилактика наркозависимости в школе [Текст] / В.Ю. Котляков. - Кемерово, 1997.- 68 с.
8. Кочкина Л. С. Социализация детей-сирот [Текст] / Л.С. Кочкина // Психолого-педагогическая и социальная поддержка детей и молодежи “группы риска”: состояние, проблемы, перспективы: сборник научных статей. Часть 2 / Под научной ред. Н.А. Заруба, Н.Э. Касаткиной, Т.А. Фральцовой С.Н. Чистяковой; ред. коллегия: И.В. Карнаева, Е.Л. Руднева, Т.Н. Семенова. - Кемерово: Изд-во КРИПКиПРО, 2003. - С. 15-21.
9. Кривцова С.В. Подросток на перекрестке эпох [Текст]/С.В.Кривцова. – Генезис, 1997. -288с.
10. Лозовой В. Профилактика наркомании: школа, семья [Текст]: учеб, пособие/ В.Лозовой. - Екатеринбург: Изд-во УрГУ, 2000. -168 с.
11. Максимова Н.О. О склонности подростков к аддиктивному поведению [Текст] / Н.О. Максимова//Психологический журнал. -1996. -№3. -С .149-152.
12. Ментс М. ванн. Эффективное использование ролевых игр в тренинге.- Спб.:СПб.: Питер,2002.-208 с.: ил.
13. Методические рекомендации из опыта работы образовательных учреждений г. Хабаровска./Профилактика наркомании, токсикомании, поведенческих болезней у школьников. Хабаровск, 2008.
14. Рахматшаева В.С. Грамматика общения [Текст]/ В.С. Рахматшаева// Семья и школа. -2005. №5. -С 18.
15. Сборник практических материалов по использованию интерактивных методик в учебно-воспитательном процессе./Учение с увлечением. Под ред. Шваревой А.М., Фоминой Н.Б.-Хабаровск,2005.