

**Региональная общественная организация  
по пропаганде здорового образа жизни  
«Союз борьбы за народную трезвость»**

Информационно-методический центр

А. В. Корниенко

**ФОРМИРОВАНИЕ  
ТРЕЗВОГО ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ**

Учебно-методическое пособие  
для специалистов НКО

Москва  
2017

УДК 304.3, 37.013.42, 613.6.015  
ББК 74.200.55

Корниенко А. В. **Формирование трезвого здорового образа жизни в образовательной среде.** – Учебно-методическое пособие для специалистов НКО. – Москва, 2017. – 92 с.

Методическое пособие подготовлено в рамках проекта «Информационно-методический центр по первичной профилактике курения, алкоголизма и наркомании и формированию трезвого здорового образа жизни».

Учебно-методическое пособие является частью учебно-методического комплекса, разработанного для специалистов некоммерческих общественных организаций, занимающихся общественной деятельностью в сфере здоровьесберегающих технологий. Пособие представляет собой сборник практических материалов, советов, рекомендаций, позволяющий организовать работу по первичной профилактике в образовательной среде среди учащихся подросткового и юношеского возраста.

Материалы пособия будут интересны педагогам, психологам, работникам социальных и молодёжных служб, инспекторам по делам несовершеннолетних.

Рецензенты:

Гринченко Н. А., кандидат педагогических наук, доцент кафедры романо-германских языков и перевода Елецкого государственного университета им. И. А. Бунина, профессор Международной академии трезвости.

Николаева Е. И., доктор биологических наук, профессор кафедры психофизиологии ребёнка Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена.

- © А. В. Корниенко, 2017
- © Региональная общественная организация по пропаганде здорового образа жизни «Союз борьбы за народную трезвость», 2017
- © Союз некоммерческих организаций в сфере профилактики и охраны здоровья «Евразийская ассоциация здоровья», 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Предисловие</b> .....	5
<b>Часть 1. Основы первичной профилактики в образовательной среде</b> .....	8
1.1. Актуальность проблемы первичной профилактики химических зависимостей.....	8
1.2. Основные понятия первичной профилактики.....	11
1.3. Взаимодействие НКО и образовательных организаций.....	14
1.4. Особенности организации профилактической работы с подростками.....	21
1.5. Гендерный подход в профилактике химических зависимостей.....	24
1.6. Роль семьи в профилактике химических зависимостей.....	25
1.7. Эффективные методы и формы трезвенного воспитания в образовательной среде.....	29
<b>Часть 2. Опыт первичной профилактики в образовательной среде</b> .....	33
2.1. Организация и проведение экспериментального цикла мероприятий с использованием интерактивных форм работы с учащимися подросткового возраста в образовательной среде.....	33
2.2. Деловая игра «СМИ. Актуальная точка зрения»...	53

2.3. Сюжетно-ролевая игра «Молодёжная служба безопасности».....	58
2.4. Сотрудничество с родителями в процессе первичной профилактики химических зависимостей.....	65
<b>Заключение</b> .....	76
Список литературы.....	79
Приложение 1. Нормативная правовая база профилактики химических зависимостей в образовательной среде.....	82
Приложение 2. Список рекомендованной учебно-методической литературы.....	83
Приложение 3. Анкета «Отношение к алкоголю, табаку и наркотикам» (первичная диагностика).....	85
Приложение 4. Анкета «Заключительный опрос обучающихся по проведённым мероприятиям».....	86
Рецензия Н. А. Гринченко.....	88
Рецензия Е. И. Николаевой.....	90

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Учебно-методическое пособие «Формирование трезвого здорового образа жизни в образовательной среде» написано на основе проведённого теоретического и опытно-экспериментального исследования.

**Объект** нашего исследования – профилактика химических зависимостей в образовательной среде.

**Предмет** исследования – интерактивные формы работы по первичной профилактике химической зависимости и формированию трезвого здорового образа жизни с учащимися подросткового возраста.

**Цель** исследования – разработать эффективные формы и методы трезвенного просвещения подростков по первичной профилактике химических зависимостей и формированию трезвого здорового образа жизни в образовательной среде.

Данное учебно-методическое пособие написано при реализации проекта, для которого используются средства государственной поддержки, выделенные в качестве гранта в соответствии с Распоряжением Президента Российской Федерации от 05.04.2016 №68-рп и на основании конкурса, проведённого Общероссийской общественной организацией «Лига здоровья нации». Оно адресовано специалистам некоммерческих общественных организаций, занимающихся общественной деятельностью в сфере здоровьесберегающих технологий, и является частью учебно-методического комплекса, в состав которого входят: 1) учебно-методическое пособие «Формирование трезвого здорового образа жизни в образовательной среде»; 2) электронное приложение – DVD-диск с учебно-методическими материалами «Интерактивные формы работы с подростками по профилактике зависимого поведения и формированию трезвого здорового образа жизни в образовательной среде»; 3) Интернет-поддержка на сайте: <http://euraz.org/> с презентационным роликом и возможностью скачивания дополнительных материалов и консультаций с разработчиками проекта.

**Цель данного пособия** – оказать методическую помощь добровольцам в организации трезвенной деятельности в образовательной среде среди учащихся подросткового и юношеского возраста.

В *первой части* пособия рассматриваются основы первичной профилактики, главным принципом которой является ориентация детей и молодёжи на абсолютную трезвость.

Во *второй части* читатель найдёт практические материалы, прошедшие апробацию и получившие положительные отклики как со стороны психолого-педагогического коллектива школы, так и самих обучающихся – участников мероприятий. Это – сценарий деловой игры «СМИ. Актуальная точка зрения», сценарий сюжетно-ролевой игры «Молодёжная служба безопасности», образец договора с родителями, рекомендации для родителей.

Основная **целевая группа**, для которой разработано данное учебно-методическое пособие, подростки. Рассуждая о зависимом поведении, большинство специалистов направляет свои усилия на подростковый возраст. Чаще всего именно в подростковом возрасте впервые проявляется зависимость. [22] И тогда встаёт вопрос: в чём должна заключаться работа психолога или педагога, чтобы результатом была устойчивость человека к причинам, порождающим аддикции?

В настоящее время специалисты выделяют **аддиктивную личность** – человека, который в случае усложнения жизненной ситуации предпочитает не решать проблему, а изменить собственное состояние либо через употребление тех или иных химических веществ, либо через уход в виртуальную реальность, где всё кажется привычным и простым, либо меняя своё поведение (например, шопинг, любовная или сексуальная аддикция). Главные особенности такой аддиктивной личности состоят в том, что человек не способен выдерживать стресс, ждать, упорно трудиться. Все три характеристики связаны с развитием эмоциональной сферы подростка, но проблема состоит в том, что предпосылки зарождаются гораздо раньше, а именно – в дошкольном возрасте. [14]

Что это за предпосылки?

К программам, предлагаемым в детских садах, наибольшие вопросы со стороны специалистов вызывает **модель психического** – понимание ребёнком того, что другие люди могут смотреть на событие иначе, чем он, что они могут иметь другое эмоциональное состояние и тоже могут ошибаться. [15] Данная модель соотносится с **эмоциональным интеллектом** – умением человека понимать эмоциональное состояние как собственное, так и другого

человека, управлять своими эмоциями и вести себя адекватно эмоциональным состояниям друг друга. [16; 17; 18]

Формирование **волевых качеств** ребёнка – важнейшая характеристика, которая позволяет ему разрешать возникающие конфликтные ситуации, ждать в случае необходимости. И оно тоже начинается в дошкольном возрасте. Вся эмоционально-волевая сфера формируется в первые 6 лет жизни, однако результаты её формирования становятся заметными в более поздний период времени, поскольку в дошкольном возрасте ребёнку не предъявляются задачи, в решении которых проявляются эти качества. [16]

Таким образом, при создании профилактических программ для разных образовательных ступеней необходимо помнить, что дошкольный возраст имеет огромное значение для успешной профилактики химических зависимостей в подростковом возрасте. Причём детский сад имеет существенно меньшее влияние на ребёнка по сравнению с влиянием, которое оказывают на него его родители [1; 12; 19; 32], поэтому во все профилактические программы необходимо включать разделы по взаимодействию с родителями. Это и будет перспективой нашего дальнейшего исследования.

## **ЧАСТЬ 1.**

# **ОСНОВЫ ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ.**

### **1.1. Актуальность проблемы первичной профилактики химических зависимостей.**

Наркотическая ситуация в детской и молодёжной среде напрямую зависит от состояния общества.

За весь период существования нашей страны не было столь катастрофической ситуации. *«В России в 1914-1917 годах по сравнению с Европой был самый низкий уровень потребления алкогольной продукции – 0,83 литра абсолютного алкоголя (безводного спирта) в расчёте на душу населения, но с середины 1970-х годов началось существенное увеличение её потребления. К началу 1990-х годов потребление учтённой алкогольной продукции на душу населения составило 5,4 литра абсолютного алкоголя (безводного спирта) в год, а к 2008 году оно возросло до 10 литров, то есть в 1,8 раза. Однако, с учётом не разрешённых к потреблению спиртосодержащей продукции и крепких спиртных напитков домашней выработки, фактическое потребление алкогольной продукции на душу населения в настоящее время составляет около 18 литров в год».* [9]

По данным ООН, Россия занимает 1 место по героиновой наркомании, а по данным ВОЗ, – 3 место по употреблению алкоголя и 7 место по табакокурению. Средний возраст приобщения к наркотикам – 15-17 лет, к алкоголю – 14-15 лет, к табакокурению – 13 лет. [30; 28]

Негативными тенденциями отмечен рост числа курящих женщин (за счёт молодых), в том числе беременных. Растёт подростковый алкоголизм. По данным Роспотребнадзора, ежедневно в России потребляют алкоголь 33% юношей и 20% девушек. [27] С каждым годом увеличивается ассортимент одурманивающих веществ и изощрённые способы рекламы.

В России есть регионы с низким уровнем потребления алкоголя. В первую тройку самых трезвых регионов входят: Чеченская республика – 1-е место, республика Ингушетия – 2-е место, республика Дагестан – 3-е место. [24] На территории этих

республик подавляющее большинство населения исповедует ислам, который запрещает употребление алкоголя, там введены жёсткие ограничения по продаже алкоголя. Традиционное воспитание в духе неприятия любых доз алкоголя и воля руководства республик дают положительный результат.

Стоит обратить внимание на опыт Республики Саха (Якутия). Серьёзные подвижки в отрезвлении населения происходит при активном взаимодействии властных структур и общественности. В 2017 году 145 населённых пунктов приняли решение о полном запрете продажи алкоголя. [8]

Государственная политика играет главенствующую роль при противодействии распространению психотропных средств и наркотических веществ, а также в вопросах снижения уровня наркотизации населения. Ряд законодательных мер, принятых в рамках Концепции осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010-2015 гг., привели к положительной динамике, снижению распространённости потребления табака среди взрослого населения на 6%. Значимые изменения наблюдаются и в снижении распространённости курения у подростков. На слушаниях «Концепции осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2017-2020 гг.» в Общественной палате РФ 16.03.2017 г. озвучены такие цифры: *«распространённость курения у подростков в возрасте 15 лет, которые курят по крайней мере раз в неделю, с 2006 по 2014 г., снизилась среди мальчиков с 27% до 17%, а среди девочек – с 21% до 10%, среди 13-летних подростков этот показатель снизился среди мальчиков с 16% до 9%, а среди девочек – с 15% до 7%».*

С 2013 г. отмечается серьёзная положительная динамика в вопросе о желании бросить курить: если четыре года назад о стремлении отказаться от вредной привычки заявляли 57% курильщиков, то сегодня – уже 79%. От слов многие переходят к делу: в 2013 г. доля тех, кто бросил курить, составляла 10%, в мае 2017 г. – 19%. [10]

Направляя усилия на сохранение трезвости, государство экономит на содержании специализированных служб, занимающихся вопросами реабилитации лиц, имеющих химическую зависимость; правоохранительных органов; социальных учреждений и медицинского обслуживания. В

обществе данный подход уже осмыслен, и явно видны тенденции организации профилактического процесса с позиции трезвенного воспитания.

Согласно многочисленным исследованиям, поведение взрослых (которое в свою очередь зависит от политики государства) – родителей, учителей и других авторитетных людей, является мощнейшим программирующим фактором.

Из научного отчёта «Подростки: негативное потребление – социальные и личностные факторы риска и защиты». При поддержке РГНФ (грант 02-06-18007е). Н. рук. – Л. Г. Борисова; М. В. Коротких, А. А. Ярышева. Директор проекта И. И. Харченко.

Результаты массового социологического опроса 2880 учащихся 9-11 классов общеобразовательных школ Новосибирска и Новосибирской области, проведённого в 2002 году, показали, что дети основной причиной употребления алкоголя называют *«традицию отмечать праздники и значимые для человека события в жизни с помощью алкогольных изделий»* (78,9%). На вопрос о мотивах и стимулах к табакокурению и употреблению алкоголя наибольший процент ответил по следующим показателям: *«Хотят показаться взрослыми»* (59,0%); *«Непонимание вреда»* (42%); *«Это везде можно купить»* (36,6 %); *«Дурной пример взрослых»* (35,6%); *«Безразличие родителей, отсутствие запрета»* (32,2%).

Особая роль в воспитании детей принадлежит семье. Именно родители программируют ребёнка на то или иное поведение. Родительское программирование осуществляется на основе наблюдения. По определению Э. Берна, с первых месяцев жизни ребёнку закладывают инструкции, жестко программируя его ум и мозг. К 5-6 годам складывается основной замысел этой программы, который будет разыгрываться человеком в течение его жизни. Дальнейшие профилактические мероприятия – это лишь *«работа над ошибками»*.

Таким образом, что эффективность первичной профилактики напрямую зависит как от политики государства, так и поведения взрослых в целом и значимых взрослых в особенности.

## 1.2. Основные понятия первичной профилактики в образовательной среде.

**Образовательная среда.** Под образовательной средой в *узком смысле* следует понимать любое социокультурное пространство, в рамках которого стихийно или с различной степенью организованности осуществляется процесс развития личности. Сюда мы можем отнести: дошкольные учреждения, школы, учреждения профессионального образования, центры дополнительного образования, воспитательные учреждения для детей, лишившихся родителей или оставшихся без их попечения, а также детей, нуждающихся в помощи и защите государства, в том числе специализированные учреждения содержания подростков, совершивших правонарушения, системы МВД.

В *широком смысле* образовательная среда включает в себя не только образовательные организации и учреждения, но также **семью** и **досуговую сферу** – спортивно-оздоровительные клубы, клубы по интересам, общественно-полезный труд [6, сс.96-109; 229].

**Аддиктивное поведение.** В широком смысле – это любое зависимое навязчивое поведение. С точки зрения профилактики, это – поведение, связанное с неудержимым употреблением веществ, вызывающих наркотическую или, как принято сейчас говорить, химическую зависимость.

**Профилактика** (от греческого *prophulaktikos* – предохранительный) – это совокупность мероприятий, направленных на охрану здоровья, предупреждение возникновения и распространения болезней человека, на улучшение физического развития населения, сохранение трудоспособности и обеспечение долголетия.

«Гаси искру до пожара, беду отводи до удара», – гласит народная мудрость, в которой заключается основной смысл первичной профилактики. **Первичная профилактика** – это комплекс социальных, педагогических, медицинских и психологических мер, предупреждающих формирование вредной привычки, социально опасного аддиктивного (зависимого) поведения.

Как отмечено в сборнике методических материалов по «Профилактике злоупотребления психоактивными веществами»

(М., 2001), **Стратегия первичной профилактики** предусматривает комплекс мероприятий, направленных на:

- *«формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у детей и молодёжи социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приёма психоактивных веществ»;*
- *формирование ресурсов семьи, помогающих воспитанию у детей и подростков законопослушного, успешного и ответственного поведения, а также ресурсов семьи, обеспечивающих поддержку ребёнку, начавшему употреблять наркотики, сдерживающих его разрыв с семьёй и помогающих ему на стадии социально-медицинской реабилитации при прекращении приёма наркотиков»;*
- *внедрение в образовательной среде инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни и мотивов отказа от «пробы» и приёма наркотиков, а также технологий раннего обнаружения случаев употребления наркотиков учащимися»;*
- *развитие социально-поддерживающей структуры, включающей семью и микросоциальное окружение ребёнка «группы риска наркотизации» и ребёнка, заболевшего наркоманией» [21, с.36.]*

В образовательной среде себя оправдала **психосоциальная модель профилактики**, основанная на биопсихосоциальном подходе к предупреждению потребления наркотических средств и психотропных веществ. Это – совместная деятельность специалистов образовательных учреждений, направленная на формирование у детей и молодёжи личностных ресурсов, обеспечивающих доминирование ценностей трезвого здорового образа жизни, а также развитие психологических навыков, необходимых в решении конфликтных ситуаций, противодействии групповому давлению и способности адаптироваться к социальной среде.

Организация профилактической деятельности в образовательной среде предполагает непосредственное

взаимодействие с объектом профилактики – детьми, на которых направлены основные усилия. Приступая к организации профилактической работы, важно осознать конечную цель и основные подходы.

В нашем подходе к объекту профилактики мы опираемся на концепцию самоактуализирующейся личности по Маслоу: *«Человек от природы хорош и способен к самосовершенствованию, люди – сознательные и разумные создания, сама сущность человека постоянно движет его в направлении личностного роста, творчества и самодостаточности»*. [29] Самоактуализированного человека Маслоу представлял не как обычного человека, которому что-то добавлено, а как обычного человека, у которого ничто не отнято: *«Средний человек – это полное человеческое существо, с заглушёнными и подавленными способностями и одарённостями»*. [11; 29]

Базовыми **принципами первичной профилактики** в образовательной среде являются:

- правдивая и доступная информация о веществах, вызывающих наркотическую зависимость;
- развитие личностных качеств, позволяющих справляться с эмоциональным напряжением, сложными жизненными ситуациями, ориентироваться на достижение успеха, согласованного с морально этическими нормами, формированием чувства ответственности по отношению к себе, ближайшему окружению, государству и будущему поколению.

В Концепции государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года в числе **принципов**, на которых базируется достижение поставленных целей, есть такие, как:

- организация новых видов отдыха и досуга для молодёжи и взрослого населения, исключая традицию употребления алкогольной продукции;
- переориентирование населения на ведение трезвого здорового образа жизни. [9]

Человек рождается трезвым. **Трезвость** – фундаментальное состояние человека, позволяющее полноценно развиваться и правильно адаптироваться к изменениям в окружающей среде в физическом и социальном плане. Конституция Российской Федерации гарантирует право на жизнь, охрану здоровья и благоприятную окружающую среду. Полное формирование тела, всех органов и жизненных функций заканчивается к 25 годам. Следовательно, задача общественности и представителей государственной власти обеспечить условия для полноценного формирования человека, одним из которых следует считать сохранение трезвости подрастающего человека, что одновременно становится основной целью первичной профилактики химических зависимостей среди детей и молодёжи.

**Трезвенное просвещение** – *«это организованный процесс, имеющий целью формирование трезвенного мировоззрения как системы трезвенных убеждений. Трезвенное просвещение направлено на преобразование духовно-нравственного пространства личности и общества»*. [4, с. 34]

Важнейшим **условием** реализации первичной профилактики наркотического поведения и формирования трезвого здорового образа жизни в образовательной среде является организация территории трезвости и доступных способов реализации личности подрастающего человека.

Под **территорией трезвости** следует понимать: полное отсутствие точек продажи и способов распространения алкоголя, табака и других одурманивающих веществ; отсутствие рекламы алкоголя, табака, вейпов, кальянов и образов, связанных с данными отравляющими веществами. Употребление алкоголя, табака педагогами, родителями и, тем более, детьми, должно быть под жёстким запретом не только на территории образовательных организаций, но и на мероприятиях за их пределами.

**Критерием профилактики** в образовательной организации должно являться количество выпускников, ведущих трезвый здоровый образ жизни.

### **1.3. Взаимодействие НКО и образовательных организаций.**

Аддиктивное поведение формируется в детстве путём социально-культурных установок в микро- и макросреде, в

которой проживает человек. Эффективным способом профилактики является создание информационного пространства, в котором трезвость – норма жизни, базовая жизненная ценность, которую человек должен стремиться сохранить в течение всей жизни.

Исходя из положения о том, что человек самоактуализирующаяся личность, способная к развитию, важно, чтобы в этот период детям встретились равнодушные, увлечённые, интересные люди, ответственные, с позитивным настроем на жизнь и выраженной гражданской позицией. Добровольцы общественных организаций могут стать такими авторитетными людьми, особенно представители молодёжных общественных объединений, на которых подрастающее поколение хотело бы ориентироваться и которым хотело бы подражать.

За последние десятилетия общественностью выработаны эффективные формы профилактической деятельности. Союз общественных и государственных организаций позволяет добиться значительных результатов в противодействии распространению химических зависимостей среди подрастающего поколения и формированию трезвого здорового образа жизни. Общественные организации, нацеленные на взаимодействие с образовательными организациями, должны опираться **на нормативно-правовую базу**, регулирующую профилактическую деятельность и такое взаимодействие. (См.: Приложение 1)

Закон об образовании учитывает возможность использования сетевых форм реализации образовательных программ (Статья 13, часть 1). Сетевая форма реализации образовательных программ обеспечивает возможность освоения обучающимся образовательной программы с использованием ресурсов нескольких организаций (Статья 15, часть 1), к реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в области пропаганды трезвого образа жизни, могут привлекаться общественные, научные и иные организации, социальные и образовательные инициативы которых отвечают целям и задачам общего образования. В части 2 статьи 15 чётко оговорено, что использование сетевой формы реализации образовательных программ осуществляется на основании договора между организациями. Несмотря на то, что общественное объединение считается созданным с момента принятия учредителями решения

(не менее трёх физических лиц) о его создании, утверждения устава и формирования руководящих и контрольно-ревизионного органов, принятых на съезде (конференции) или общем собрании (Федеральный закон «Об общественных объединениях», глава II, статья 18), взаимодействие с образовательными организациями и учреждениями может осуществляться только юридически лицом, зарегистрированным в органах государственной власти.

По законодательству РФ образовательные организации обладают автономией, под которой понимается самостоятельность в осуществлении, в том числе образовательной и административной деятельности. Образовательные организации свободны в определении содержания образования, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий и реализуемых ими образовательных программ. (Закон об образовании, статья 28).

Общественные объединения могут начинать профилактическую деятельность в образовательной среде с конкретных организаций и учреждений. Например, решение о проведении в школах уроков трезвости, инициированное общественным объединением, образовательная организация принимает самостоятельно с учётом мнения коллегиальных органов управления, создаваемых в соответствии с её уставом. Опыт, полученный в конкретной организации, позволит, опираясь на результаты проведённой работы, обосновывать целесообразность введения инициатив общественной организации для тиражирования опыта на более широкую аудиторию.

Взаимодействие общественных объединений и образовательных организаций целесообразно выстраивать на основе взаимодополнения, совместной работы по охране здоровья обучающихся.

В соответствии со статьей 41 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» охрана здоровья учащихся включает: пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни; профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных напитков, наркотических средств и психотропных веществ и др., проведение профилактических мероприятий.

Основные функции образовательных организаций – это формирование общей культуры личности обучающихся на основе

усвоения обязательного минимума содержания общеобразовательных программ, их адаптация к жизни в обществе, создание основы для осознанного выбора и последующего освоения профессиональных образовательных программ, воспитание гражданственности, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье, формирование здорового образа жизни.

Контроль за соблюдением законодательной базы прилегающих территорий не является приоритетной задачей, в том числе у школ нет отдельных штатных единиц для организации подобной деятельности. В этом случае именно общественные объединения могут оказывать содействие и проводить работу по организации **территорий трезвости** – территорий, свободных от табачного дыма, точек продаж алкогольной продукции, питейных заведений вокруг школ, профтехучилищ, ВУЗов и других образовательных учреждений. Именно общественная организация может взять на себя роль не только посредника между правоохранительными органами (Роспотребнадзором, администрацией субъектов федерации), но и подготовить добровольцев из числа старшеклассников, родителей школы для осуществления такой работы. На протяжении почти десяти лет, в России успешно действует общественный социально-значимый проект «Гражданский контроль», который полностью соотносится с вышеописанной деятельностью, познакомиться с ним можно на сайте: **akzakon.ru**.

Перспективным направлением во взаимодействии с дошкольными, общеобразовательными организациями и учреждениями, учреждениями дополнительного образования, профтехучилищами, является оказание содействия повышению квалификации или непосредственно организация обучения психолого-педагогического состава школы. Они заинтересованы получать такие услуги от организаций, имеющих право осуществлять образовательную деятельность, так как наличие удостоверения о повышении квалификации идёт в зачёт при аттестации психологов, педагогов учебных учреждений (для педагогов, психологов школ – не менее 108 часов, для специалистов дошкольного образования – не менее 72 часов).

Для организации просветительской деятельности можно воспользоваться возможностью участия с докладом на

педагогических советах, семинарах, планёрках. Наиболее эффективно выстраивать совместную работу со специалистами, непосредственно осуществляющих профилактическую деятельность – социальными педагогами, психологами, классными руководителями, воспитателями, включая воспитателей общежитий. Содействие специалистам в вопросах профилактики может включать в себя следующие **виды деятельности**:

- подборку аудио-, видеоматериалов;
- составление списка методической литературы;
- подготовку ссылок на полезные интернет-ресурсы;
- предоставление базы общественных организаций, оказывающих эффективную помощь по избавлению от зависимости, желательно бесплатную, или непосредственно собственное оказание подобных услуг;
- организацию и проведение социально значимых профилактических мероприятий;
- оказание помощи в развитии добровольчества;
- информирование о профильных вебинарах, семинарах, желательно организованных на безвозмездной основе.

Современные технологии позволяют организовывать часть взаимодействия дистанционно.

При организации уроков культуры здоровья, трезвости или разработке программ для образовательных учреждений общественные организации должны опираться на «Федеральные государственные образовательные стандарты» (далее – ФГОС) и с учётом «Примерной основной образовательной программы» (статьи 12 и 28 Закона об образовании).

В настоящее время Минобрнауки РФ утверждены и поэтапно вводятся ФГОС начального общего, основного общего и среднего образования, прошедшие процедуру профессиональной и общественной экспертизы (приказы Минобрнауки РФ от 6 октября 2009 г. № 373, от 17 декабря 2010 г. № 1897 и от 17 мая 2012 г. № 413).

Примерные основные общеобразовательные программы, разработанные в соответствии с частью 9 статьи 12 Закона об образовании, включены в реестр примерных основных образовательных программ. [23]

ФГОС общего образования ориентированы на становление различных личностных характеристик выпускника, в том числе на осознанное выполнение им правил здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей среды.

Согласно ФГОС общего образования, привитие учащимся ценности трезвого образа жизни может осуществляться: **в рамках обязательных учебных предметов и предметных областей** (прежде всего окружающего мира, основ религиозных культур и светской этики, основ безопасности жизнедеятельности (далее – ОБЖ), биологии, химии, истории, обществознания, физической культуры, предметной области «Основы духовно-нравственной культуры народов России»); через **факультативные и элективные учебные предметы здоровьесберегающей тематики**, в том числе расширяющие (углубляющие) содержание обязательных учебных предметов: «Основы здорового образа жизни», «Социальная безопасность», «Как выжить в современном мире», «Здоровье и его самоконтроль» и др.; **во внеурочной деятельности обучающихся** (спортивные секции, дискуссионные и туристические клубы, студии, кружки, предметные недели и декады, олимпиады, концерты, выставки, экскурсии, походы, школьные СМИ (радио- и телестудии, пресса), проектно-исследовательская деятельность, общественно полезные практики).

В соответствии с ФГОС общего образования привитие подрастающему поколению ценности трезвого образа жизни может осуществляться и **через реализацию межпредметных (метапредметных) программ**. Например, на уровне начального общего образования школами реализуется программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, которая обеспечивает, в том числе формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически целесообразного поведения в быту, безопасного для человека; формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей и др.

Примерной программой начального общего образования в программе формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни предусмотрен раздел «Здоровьесберегающее воспитание», содержание которого

направлено на формирование отрицательного отношения к употреблению наркотических средств и психотропных веществ, в том числе алкоголя и табака. На уровнях основного общего и среднего общего образования в соответствии с ФГОС в основную образовательную программу школы включена программа воспитания и социализации учащихся, в рамках которой может быть организована просветительская работа о вреде одурманивающих веществ и трезвости как норме жизни.

**В примерные рабочие программы** учебных предметов также включены дидактические единицы, пропагандирующие трезвый образ жизни: в **учебный предмет «Химия»** – вредные привычки и факторы, разрушающие здоровье (курение, употребление, алкоголя, наркомания); в **учебный предмет «Биология»** – репродуктивное здоровье человека; последствия влияния алкоголя, никотина, наркотических веществ на эмбриональное развитие человека; факторы, нарушающие здоровье (гиподинамия, курение, употребление алкоголя, несбалансированное питание, стресс); культура отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих; в **учебный предмет «Обществознание»** – отклоняющееся поведение, опасность наркомании и алкоголизма для человека и общества, социальный контроль; социальная значимость здорового образа жизни; в **учебный предмет «ОБЖ»** – вредные привычки и их факторы (употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей) и их влияние на здоровье; профилактика вредных привычек и их факторов.

Таким образом, ФГОС регламентируют обязательное включение в основные образовательные программы общеобразовательных организаций системных мероприятий по осуществлению политики противодействия социально негативным явлениям. Задача общественных организаций – помочь выстраиванию более эффективного процесса в сфере первичной профилактики. Перечень методических пособий с разработанными уроками культуры здоровья, трезвости, программами внеурочной профилактической деятельности можно найти в приложениях (См.: Приложение 2).

## 1.4. Особенности организации профилактической работы с подростками.

По данным ряда исследований, приобщение к наркотикам и психотропным веществам происходит у подростков, которые уже имеют опыт употребления алкоголя и/или курения табака. Поэтому важно акцент делать на профилактике употребления алкоголя и развенчиванию мифов о его безвредности.

В мае 2017 года в Британском медицинском журнале (The BMJ – British Medical Journal) опубликована статья под названием «Умеренное употребление алкоголя – это фактор риска для развития мозга и снижения познавательной функции – лонгитюдное когортное исследование» («Moderate alcohol consumption as risk factor for adverse brain outcomes and cognitive decline: longitudinal cohort study») в которой приводятся научные доказательства того, что употребление алкоголя в малых дозах вредит головному мозгу.

Исследование проводила группа из 12 учёных на протяжении 30 лет, участие в нём приняло 550 человек. В исследовании установлено снижение когнитивных (познавательных) функций головного мозга у людей, употребляющих алкоголь в любых дозах. Причём, чем больше алкоголя выпивает человек, тем быстрее ухудшаются способности его мозга. Исследование показало неизвестную ранее связь между долгосрочным употреблением алкоголя (30 лет) в малых дозах и атрофией гиппокампа, а также изменениями в структуре белого и серого вещества головного мозга. [20]

Возрастная группа массового приобщения к алкоголю – 13-15 лет, что является особенно опасным для интеллектуального, психического, физического развития подрастающего поколения. Подростковый возраст является периодом серьёзных психологических и физиологических изменений, деятельностью которых руководит головной мозг. В свою очередь, алкоголь действует подавляюще на головной мозг, особенно в данном возрасте. А. Н. Тимофеев в книге «Нервно-психическое нарушение при алкогольной интоксикации» (Л., 1995) пишет: *«Алкоголь относится к наркотическим веществам жирного ряда, действующим парализующим образом на любую живую клетку, особенно на клетки головного мозга, оказывает парализующие*

*действия на высшие отделы центральной нервной системы, растормаживает механизмы нижележащих отделов».*

В 1975 г. Всемирная ассамблея здравоохранения вынесла решение «*считать алкоголь наркотиком, подрывающим здоровье*». В Большой советской энциклопедии (т.2, с. 116) сказано, что «*алкоголь относится к наркотическим ядам*». «*Алкоголизм – это форма химической зависимости, отличающаяся от наркомании тем, что алкоголь является легальным веществом...*». [7]

Для процесса взросления характерно развитие самосознания подростка, на основе которого разворачивается самореализация, формируются принципы и идеалы, необходимые для существования. Человек осознает себя в тот самый момент, когда он осознает других и начинает отличаться от окружения. Подросток формирует перед собой цель – достичь выразительного и устойчивого самосознания. Начинает проверять собственную эмоциональную способность переживать одиночество и интимность, однако при этом он чувствует себя дезориентированным и брошенным. Важным аспектом является забота о теле, ранее находившимся под опекой родителей. Развитие самосознания связано с осознанием своей идентичности. Согласно Э. Эриксону *под идентичностью понимается – ощущение собственной целостности, активности, жизненной силы, осознание собственной ценности и компетентности*. Этот результат самоопределения связан:

- с формированием внутренней позиции взрослого человека;
- с осознанием себя членом общества;
- со способностью самому решать проблемы своего будущего.

Легче формирование идентичности проходит в культуре с жёсткими социальными нормами (например, в странах ислама). В странах, где преобладает демократическая система, подростки более уязвимы в отношении проблем идентичности, потому что им предоставляется огромный выбор профессиональных, идеологических, социальных возможностей. [31]

Когда демократия сочетается с технологически обусловленными искажениями социального мира, кризис идентичности усиливается. В первую очередь это касается

получения продолжительного формального образования. Долгий период зависимости от родителей, во-первых, формирует у детей инфантильные формы поведения, характерное для них сниженное чувство ответственности и, во-вторых, период осознания того, какой должна быть их взрослая жизнь. Сниженное чувство ответственности – одна из основополагающих черт аддиктивной личности. [14]

Проблема идентичности связана и с чрезвычайно быстрыми социальными изменениями, требующими пересмотра основных жизненных ценностей и норм. Кризис идентичности, по мнению Эриксона, проявляется в трёх основных сферах поведения подростков: выбор карьеры, членство в группе сверстников, употребление одурманивающих веществ. В настоящий момент необходимо выделить и компьютерную зависимость. Причины приобщения к одурманивающим веществам различны, приём одурманивающих веществ становится весьма привлекательным в «нащупывании» внешних границ своего «Я», а также временно ослабляет эмоциональные стрессы, сопровождающие кризис идентичности.

**Референтной группой**, т. е. группой, на которую ориентируется подросток в общении, становятся ровесники. Это расширение социальных связей, обеспечение собственной безопасности, сфера самоопределения и понимания. Кроме того, группа помогает справляться с физиологическими и психологическими изменениями; позволяет играть подростку разные роли; помогает обрести большую уверенность в себе и самоуважение; также предлагает набор образцов поведения и ценностей, которые необходимо уважать. Немаловажным является и то, что смешанные группы позволяют подросткам общаться друг с другом и дают шанс испытать любовь и создать пары.

Группа выполняет разнообразные функции в жизни подростка. Небольшая группа – это своего рода попытка воссоздать семейную атмосферу чаще всего с целью заполнить пустоту, возникающую после отхода от семьи, и, тем самым, облегчить переход к независимости. Подросток определяет свой статус независимого человека внутри группы, а группа, в свою очередь, признает эту независимость. Подросток, который получает опыт общения в регулируемой семье или в школе в виде конфликтного взаимодействия с родителями и учителями,

находит более комфортное общение в кругу сверстников. Желая статуса, признания, взаимопонимания, подросток входит в неформальную группу. Это заставляет считаться с нормами группы, а возможно, и подчиняться им. В любом случае формируется лояльность к происходящему в группе и конформное поведение.

Эмоциональное благополучие личности в определенной степени зависит от того, насколько успешно реализуется мотивация к деятельности. Мотивация в свою очередь, связана с информацией, которой располагает человек. Информация, в данном случае, – это знания, личный опыт и дополнительные сведения о предметах и явлениях, получаемые человеком в течение жизни. Имеющаяся у человека информация может стимулировать его к приобретению новых поведенческих навыков и, соответственно, к изменению поведения в определенных ситуациях.

Таким образом, согласно исследованиям, подростковый возраст как период интенсивного физического и психического развития является наиболее уязвимым для многих положительных и отрицательных проявлений личности, в том числе и для начала приобщения к веществам, вызывающим наркотическую зависимость. Ущерб, который могут нанести легальные и нелегальные наркотики по развивающемуся мозгу, невозможно исправить. Поскольку ведущей деятельностью для подростка является общение в группе сверстников, то и профилактику надо проводить в группе через интерактивное общение под руководством опытного наставника.

## **1.5. Гендерный подход в профилактике химических зависимостей.**

Согласно статистике, мальчики приобщаются к курению, алкоголю раньше, чем девочки. Сама организация эмоционального компонента половой идентичности имеет существенную половую специфику. Чувство взрослости у мальчиков и девочек, относительно данной специфики, имеет разный характер. У мальчиков оно связано с идентификацией по половозрастным эталонам взрослого мужчины (*первая причина*), у девочек же – с присоединением к миру взрослых в целом (*вторая причина*). [26]

Проводить профилактику курения среди девочек более сложно, чем среди мальчиков – это зависит от особенностей женской психологии.[2; 10] **Третьей причиной** употребления наркотиков, по мнению подростков, является: «*Хотят забыть о личных проблемах*». (Из научного отчёта о результатах массового социологического опроса старшеклассников Новосибирска и Новосибирской области по теме: «Подростки: негативное потребление – социальные и личностные факторы риска и защиты». При поддержке РГНФ (грант 02-06-18007е). Н. рук. – Л. Г. Борисова; М. В. Коротких, А. А. Ярышева. Директор проекта И. И. Харченко). Третье место эта причина заняла из-за большого перевеса женских голосов. Действительно, в 16-17 лет личные проблемы чрезвычайно занимают девушек, многие из них глубоко ранимы и переживают малейшее событие душевного свойства как трагедию.

Подводя итог, следует отметить, что проводить профилактическую работу среди девочек и легче, и труднее, чем среди мальчиков. Легче потому, что девочки традиционно менее склонны к рискованному поведению. Труднее потому, что они более скрытные и эмоциональные, чем мальчики. И если появляется проблема приобщения к веществам, вызывающим зависимость, шансы на успех меньше, чем при профилактической работе с мальчиками.

## **1.6. Роль семьи в профилактике химических зависимостей.**

По мнению современных учёных, в развитии химических зависимостей доля генетических и средовых факторов составляет примерно 50:50, которые находятся между собой в тесной взаимосвязи (Michael Lynskey, 2017).

В чём состоит влияние **генетических** факторов? Многое зависит от наследственности и поведения будущих родителей ещё задолго до рождения ребёнка. Девочка получает весь будущий запас половых клеток при рождении, и эти половые клетки, в отличие от мужских, не обновляются. Яды, которые могут попасть в организм девочки ещё задолго до детородного возраста и зачатия, например, ранее курение, могут там и остаться. В частности, один из компонентов табачного дыма радиоактивное

вещество полоний-210 полностью из половых клеток не выводится. Наши предки понимали, что от поведения будущей матери зависит здоровье будущих поколений. Поэтому к воспитанию женской нравственности всегда и во всех культурах традиционно предъявлялись высокие требования.

Употребление веществ, вызывающих зависимость, будущей матерью в разные периоды развития плода вызывает те или иные патологии. Одни из них очевидны: это структурные умственные и физические дефекты, которые заметны с самого рождения. Другие проявляются по мере развития ребёнка. Это – проблемы с поведением ребёнка и сниженный познавательный потенциал, что приводит к проблемам в общении и обучении, что в свою очередь выталкивает детей из нормального социума к таким же, как и они, неуспешным сверстникам с асоциальным поведением. И здесь генетические факторы переплетаются со средовыми.

После рождения ребёнка яды могут попадать в организм ребёнка с молоком матери, через воздух при курении взрослых (пассивное курение).

Употребление веществ, вызывающих зависимость, будущим отцом, приводит к генетическим мутациям в сперме, которые могут передаваться потомству, например, способность к расщеплению веществ, вызывающих зависимость.

В чём состоят **средовые** факторы?

По мнению австралийских ученых П. Митчел и др., к общим семейным факторам, которые могут приводиться к зависимостям, относятся:

- жестокое обращение с детьми и другими членами семьи;
- отцовские и материнские депрессии;
- наркомания, алкоголизм и другие зависимости;
- безработица, социальная изоляция;
- завышенные требования к ребёнку;
- сильный стресс даже у одного из родителей.

В числе других факторов называют: молодой возраст матери, незапланированная беременность, отрицательное отношение к беременности, нарушение психики у матери, низкий образовательный статус матери, низкий социальный статус семьи, многочисленный состав семьи и др.[3, с. 365]

Генетические и средовые факторы находятся в тесной взаимосвязи.

Во-первых, это – сочетание генетических рисков со средой, в которой дети воспитываются. Например, дети курящих родителей могут унаследовать генетические риски, а также быть подвержены дурному примеру курящих родителей и иметь доступ к табачным изделиям, что может способствовать приобщению к курению.

Во-вторых, дети с генетическими рисками могут сознательно искать ту среду, в которой их отрицательные наклонности могут быть реализованы.

Универсальная профилактика направлена на каждую семью в целом и на каждого члена семьи в частности, и включает в себя первичную, вторичную и третичную профилактику.

При **первичной профилактике** основная направленность мероприятий в семье состоит в сохранении и расширении пространства здоровья, норм жизни и деятельности, благополучия и качества семьи.

В докторском психологическом исследовании В. В. Аршиновой (2013) предложена схема многоуровневой системной профилактики пространства семьи:

<i>Уровень</i>	<i>Показатели</i>
1. Духовно-нравственный уровень	<ul style="list-style-type: none"><li>– Поиск и формирование высших смыслов и стремлений, направленных на познание истины.</li><li>– Проявление веры, надежды, любви и мудрости к членам семьи и окружающим.</li><li>– Формирование нематериальных ценностей семьи.</li><li>– Социальная ответственность семьи перед каждым её членом и окружением.</li><li>– Уважение к жизни и поддержание чувства достоинства среди членов семьи и её окружения.</li><li>– Ориентация жизнедеятельности семьи на здоровьесформирующую и</li></ul>

здоровьесберегающую культуру.

2. Сексуальный  
уровень

- Принятие и разделение супружеских отношений как важный и значимый дар семейной жизни.
- Уважение к супружеским интимным отношениям.
- Возможность выразить и удовлетворить интимные потребности в супружестве.
- Проявление ответственности и взаимной искренности в супружестве.

3. Социальный  
уровень

- Принятие семьёй внутренних и внешних норм социально-адаптивного поведения её членами.
- Активное участие семьи в социальной жизни.
- Социальная автономность семьи.
- Удовлетворённость своим положением в семье.
- Успешность общения с взрослыми членами семьи.
- Успешность в основных сферах жизнедеятельности семьи.
- Удовлетворённость общением со сверстниками вне семьи.

4. Психологическая,  
эмоциональная,  
когнитивная  
составляющая

- Готовность к самоконтролю, саморегуляции каждого члена семьи и семьи в целом.
- Самостоятельность членов семьи вне и внутри семьи.
- Образование членов семьи.
- Снижение рисков и нарушение жизнедеятельности семьи.
- Предотвращение и/или снижение проявления аддиктивного и девиантного поведения.

- Позитивное отношение вне и внутри семьи.
- Низкая тревожность членов семьи, в кругу семьи и за её пределами.
- Проявления потребности в защите и чувства защищённости.

## 5. Физический уровень

- Питание семьи, семейные обеды, совместные праздничные застолья.
- Семейный дом, предметы быта, мебель, одежда.
- Совместный труд и получение результатов труда.
- Семейная библиотека, фонотека, видеотека и др.
- Отдых семьи: прогулки, поездки, посещение мероприятий, хобби.

При диагностике семьи по каждому критерию здоровья автор предлагает выработку дифференцированных рекомендаций. [3, с. 375; 400-401]

Таким образом, результативность образовательных профилактических программ будет значительно выше, если они будут включать работу с семьей подростка.

## 1.7. Эффективные методы и формы трезвенного воспитания в образовательной среде.

**Метод** – (от др.-греч. μέθοδος — путь исследования или познания, от μέτα- + ὁδός «путь»). Систематизированная совокупность шагов, действий, которые нацелены на решение определённой задачи или достижение определённой цели.

**Форма воспитательной работы** – это доступный внешнему восприятию образ взаимодействия детей с педагогом, сложившийся благодаря системе используемых средств, выстраиваемых в определенном логическом обеспечении метода работы с детьми.

Исследования, проведённые Р. Карникау и Ф. Макэлроу, показали, что человек помнит:

- 10% - прочитанного,
- 20% - услышанного,
- 30% - увиденного,
- 50% - увиденного и услышанного,
- 80% - того, что говорит сам,
- 90% - того, до чего дошёл в деятельности

Китайская притча гласит:

*«Скажи мне – и я забуду;*

*Покажи мне – и я запомню;*

*Дай сделать – и я пойму».*

Наиболее продуктивные способы организации профилактического процесса это – интерактивные методы работы. *«Интерактив» от англ «interact», «inter» – «взаимный», «act» – действовать, что означает способность взаимодействовать или находиться в режиме беседы, диалога с кем-либо (человеком) или чем-либо (например, компьютером).*

Таким образом, **интерактивные методы** – это усиленное педагогическое взаимодействие, взаимовлияние участников педагогического процесса.

Характерные **особенности** интерактивных методов:

- вовлеченность каждого;
- кооперация и сотрудничество;
- активность педагога, психолога, уступает место активности участников;
- педагог, психолог не дает готовых знаний, побуждает к самостоятельному поиску;
- обмен опытом, идеями, индивидуальный вклад каждого.

Образовательный процесс, в основе которого лежит интерактивное обучение, организован таким образом, что практически все дети оказываются вовлеченными в процесс познания, они имеют возможность понимать и рефлексировать по поводу того, что они знают и думают. Подробная информация об интерактивных формах проведения интерактивных занятий содержится в документе «Памятка разработчикам стандартов

учебных дисциплин», расположенной на сайте ИНФОУРОК, которую можно найти по ссылке: <https://infourok.ru/pamyatka-interaktivnie-formi-provedeniya-uchebnih-zanyatiy-756878.html>.

Эффективный способ профилактики – **добровольчество**.

Ведущей потребностью подросткового возраста – является социальная значимость, принятие среди сверстников. Организация добровольчества в образовательной среде сразу решают эти две задачи. В данном возрасте превалирует потребность заявить о себе, а сделать доброе дело – это большой побочный положительный эффект. Умелое использование знаний психологии возраста позволяет достичь значительных результатов. Есть потребность заявить о себе миру – пожалуйста, мы предлагаем тебе яркую активную деятельность, в которой масса возможностей для самореализации. Очень важный момент для педагогов, что преподаватель, как личность, должен быть интересен детям, у них должна быть потребность подражать ему и учиться у него. К этой роли подойдут только увлеченные своим делом люди.

Педагог, должен постоянно держать руку на пульсе и знать, какую деятельность можно предложить **персонально** тому или иному ребенку. Оставлять бездеятельным подростка нельзя. Задачи необходимо ставить посильные, такие, чтобы ребенок мог справиться и увидеть свой результат.

Исходя из предложенных задач для педагога, можно уже догадаться, что эффективная психолого-педагогическая работа с добровольцами будет только в случае небольших **команд**. Важно четко оговорить правила команды. Если же команда расширяется, то необходимо создавать управляемую систему со-управления и делегировать организационно-контролирующие функции ответственным добровольцам. Оптимальное число добровольцев, входящее в одну группу – 4-5 человек. Важное условие, чтобы группа сама выбирала своего «лидера».

Для того, чтобы участие в добровольческой команде не превратилось только в процесс самореализации, необходимо ввести информационно-познавательный курс, который легко укладывается в схему подготовки добровольца к практической деятельности, организованную в рамках «школы добровольцев».

Дальнейшая работа по изменению положительных установок по отношению к алкоголю и табаку и формированию трезвеннических убеждений может проводиться через задания,

направленные на сбор и анализ материала. Например, необходимо, для подготовки презентации на тему «Экология и табакокурение» найти статистику по уровню загрязнения воздуха табачным дымом, количеству бумаги расходуемой на изготовление сигарет, площади плодородных земель на которых растет табак, количеству окурков выброшенных курильщиками и т.д. Подросток ненасильственно включается в процесс по поиску необходимых сведений и вместе с тем, перелистывая страницы материала, незаметно для себя получает дополнительную полезную информацию.

Наставнику желательно предложить ресурсы для поиска информации, дабы обезопасить подростка и сузить круг поиска. Стилль общения между педагогом и ребенком должен быть дружеским и деловым. Авторитарное давление и насильственное включение подростка в процесс может только оттолкнуть его. Напомним, потребность данного возраста – быть социально принятым и значимым. Если разобрать уровень общения между педагогом и ребенком по Э. Берну, то он должен соответствовать транзакции «взрослый-взрослый».

**Программа по добровольчеству** включает в себя:

1. Деятельность школы добровольца.
2. Организацию практики добровольцев (проведение акций, уроков трезвости, участие в проектной деятельности и т.д.)
3. Обмен опытом (участие в конференциях, форумах и т.д).
4. Ступени саморазвития и самосовершенствования добровольца (дневник).

Выбор **форм и методов** профилактической деятельности зависит от ряда факторов.

Во-первых, необходимо провести **анализ группы**, с которой предстоит работать. Группы классифицируются по следующим **признакам**: 1) **по длительности функционирования**: *постоянные* – класс, кружок, секция; *временные* – коллектив временного детского лагере решения каких-либо задач; 2) **по социальной категории детей, собранных в группу** – сироты, дети группы «риска» и т.д.); 3) **по возрасту** – одного возраста, разного возраста; 4) **по психологическому климату в коллективе** – благоприятный, неблагоприятный.

## **ЧАСТЬ 2.**

### **ОПЫТ ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ.**

#### **2.1. Организация и проведение экспериментального цикла мероприятий с использованием интерактивных форм работы с учащимися подросткового образа в образовательной среде.**

Местом проведения экспериментального исследования был выбран г. Краснознаменск Московской области. По согласованию с Управлением по образованию, культуре, молодёжной политике и спорту города экспериментальной площадкой по апробации интерактивных форм работы с учащимися подросткового возраста стало Муниципальное бюджетное образовательное учреждение (МБОУ) Гимназии № 2.

**Практическая цель опытно-экспериментальной работы** – сформировать представление у подростков о трезвом образе жизни, как необходимом условии развития личности и процветания общества, в котором мы живём.

#### **Задачи:**

1. Организация взаимодействия с участниками психолого-педагогического процесса.
2. Подготовка материально-технической базы.
3. Подготовка информационного, раздаточного и демонстрационного материала.
4. Организация видео-, фотофиксации подготовленных мероприятий.
5. Организация и проведение Цикла профилактических мероприятий.
6. Анализ проделанной работы, подготовка методического пособия.

Исследование проводилось в три этапа – *подготовительный, основной, заключительный.*

## *Подготовительный этап*

**Определение участников психолого-педагогического процесса.** На подготовительном этапе были определены участники психолого-педагогического процесса:

- *управление по образованию, культуре, молодёжной политике и спорту г. Краснознаменска Московской области* – на уровне начальник, управления (Грищенко В.Н.) было проведено согласование об организации экспериментальной площадки на базе МБОУ Гимназии № 2;
- *администрация МБОУ Гимназии № 2* – на уровне директора гимназии Т. М. Хавренковой был согласован класс – 7 «А», оговорены условия работы с учащимися, включающие в себя подписание соглашения с родителями, определён куратор взаимодействия со стороны гимназии;
- *куратор* – Н. Н. Черникова, она же является завучем по воспитательной работе и классным руководителем 7 «А» класса;
- *родители* – законные представители детей, учащихся 7 «А» класса;
- *участники мероприятий* – учащиеся 7 «А» класса;
- *специалисты, проводившие мероприятия*: А. В. Корниенко – педагог-психолог, руководитель Проекта «Информационно-методический центр по первичной профилактике курения, алкоголизма и наркомании и формированию трезвого и здорового образа жизни»; А. С. Миронов – доцент, кандидат педагогических наук, заведующий Лабораторией психологической поддержки студентов Учебно-методического центра «Здоровьесберегающие технологии и профилактика наркомании в молодёжной среде»; В. В. Гайдук – педагог, организатор волонтерской антинаркотической группы;
- *эксперты* – Г. И. Семикин – профессор, доктор медицинских наук, руководитель Учебно-методического центра «Здоровьесберегающие технологии и профилактика наркомании в молодёжной среде» МГТУ им. Н. Э. Баумана; Г. А. Мысина – доктор педагогических

наук, профессор, заместитель директора Учебно-методического центра «Здоровьесберегающие технологии и профилактика наркомании в молодёжной среде» МГТУ им. Н. Э. Баумана; А. С. Миронов – доцент, кандидат педагогических наук, заведующий Лабораторией психологической поддержки студентов Учебно-методического центра «Здоровьесберегающие технологии и профилактика наркомании в молодёжной среде»; А. А. Карпачёв – руководитель Региональной общественной организации по пропаганде здорового образа жизни «Союз борьбы за народную трезвость», координатор проекта «Информационно-методический центр по первичной профилактике курения, алкоголизма и наркомании и формирования трезвого здорового образа жизни»; К. Е. Дрегер – проректор по воспитательной работе и молодёжной политике Московского института телевидения и радиовещания (МИТРО); Л. А. Армер – специалист Культурного центра Главного управления Министерства внутренних дел по Санкт-Петербургу и Ленинградской области, руководитель Проекта «Молодёжная служба безопасности»;

- *добровольцы* – студенты МИТРО и МГТУ им. Н. Э. Баумана.

**Проведение родительского собрания.** Перед работой с классом была организована встреча с родителями. Родительское собрание включало в себя презентацию об Организации, разъяснение целей и задач Проекта, озвучивание плана мероприятий с пояснением содержательной части каждого занятия, обсуждение организационных моментов, подписание Соглашения с родителями.

**Проведение анализа группы.** В процессе сбора информации были взяты интервью: у директора школы, классного руководителя; проведено наблюдение за взаимоотношениями в классе; были изучены журналы успеваемости школьников; осуществлялось выборочное личное общение с учащимися класса их родителями. С учётом психолого-педагогических особенностей учащихся и уровнем развития коллектива был сформирован окончательный план профилактических мероприятий.

**Цикл профилактических мероприятий** состоял из четырёх занятий, каждое по 90 минут, общей продолжительностью 6 часов:

- ✓ *классный час,*
- ✓ *семинар-тренинг «Формирование здорового мышления и антинаркотического мировоззрения»,*
- ✓ *деловая игра «СМИ. Актуальная точка зрения»,*
- ✓ *интерактивная игра «Молодежная служба безопасности».*

Последовательность проведения мероприятий играет значимую роль. Важно отметить, что каждое занятие по продолжительности соответствует двум академическим часам, т.е. 90 минут. Классный час, семинар-тренинг «Формирование здорового мышления и антинаркотического мировоззрения» можно разделить на две части и проводить как обыкновенный учебный час. В нашем случае из-за ограничений во времени и с учётом психологической зрелости данной группы, было принято решение провести вместо четырех занятий, два расширенных мероприятия.

Следует отметить, что в данное количество часов не входит время неформального общения с группой и время решения организационных моментов (распределение детей на группы, предъявление домашнего задания).

**Проведение первичной диагностики.** Диагностика проводилась с помощью анонимного анкетирования, опросник состоял из 9 пунктов. **Целью** анкетирования было выявить отношение учащихся к алкоголю, табаку и наркотикам с учётом степени информированности о вреде веществ, вызывающих зависимость.

Из 27 учащихся в классе в анкетировании приняло участие 21 человек, это учащиеся 7 класса 13-14 лет, из них, 11 девочек и 10 мальчиков.

ВОПРОС	ОТВЕТ	
Пробовал (а) ли ты когда-нибудь:	а) алкоголь; б) сигареты; в) наркотики; г) другое (укажи).	14,2% (3 чел., девочки)
В каком возрасте была первая проба?		13 лет – 9,5% (2 чел.) 14 лет – 4,7% (1 чел.)
Употребляешь ли сейчас?	а) да; б) нет.	0% 100%
Если да, то что?		0%
Если да, то, как часто?		0%
По твоему мнению, достаточно ли ты знаешь о вреде веществ, вызывающих зависимость?	а) мне хватает; б) нет; в) ничего не знаю.	95,2 % 4,7% 0%
Если да, то из каких источников?	а) ТВ; б) газеты, журналы; в) интернет; г) родители; д) друзья; е) другой источник (укажи).	23,8% 19% 38% 42,8% 19% Школу 14,2%
Я планирую в течение все жизни сохранить трезвость (т.е. полностью отказаться от употребления алкоголя):	а) да; б) нет; в) еще не определился.	4,7% (1 чел.) 85, 7 % (18 чел.) 9,5% (2 чел.)

**Таблица 1. Отношение к алкоголю, табаку и наркотикам (первичная диагностика).**

Результаты анкетирования показали, что трое учащихся, девочки, пробовали алкоголь (14,2 %) и одна из них имела опыт курения сигарет (4,7%). Приобщение произошло в текущем учебном году и не получило развития, на вопрос: *«Употребляешь ли сейчас?»*, респонденты ответили *«Нет»* (100%).

Для данной возрастной группы это очень хороший показатель. Надо отметить, что успеваемость в классе высокая, общий психоэмоциональный климат положительный. В течение всего времени обучения состав класса не менялся, лишь в текущем учебном году класс был дополнен двумя новыми учениками, которые очень быстро адаптировались и нашли поддержку со стороны коллектива.

На вопрос: *«По твоему мнению, достаточно ли ты знаешь о вреде веществ, вызывающих зависимость?»*, лишь один человек ответил *«нет»* (4,7%), остальные двадцать человек (95,2%), считают, что владеют достаточным объёмом информации, хотя в период проведения цикла мероприятий у ребят часто возникали вопросы, на которые у них не было ответа. Подавляющее число учащихся интересовались вопросом о вэйпах: *«Что это такое?»*, *«Вредят ли вейпы организму человека?»*

Основными источниками получения информации стали родители и интернет, родителей отметили 9 человек (42,8%), а интернет – 8 человек (38%). Через телевидение информацию получили 5 человек (23,8%), газеты, журналы 4 человека (19%), друзей 4 человека (19%), школу 3 человека (14,2%). Анализ анкеты показал, что девочки, имеющие опыт употребления алкоголя, табака, но не развившие эти вредные привычки, информацию о вреде алкоголя и табака узнали от родителей.

Важным пунктом опросника было выявление установки на сохранение трезвости, т. е. полного отказа от алкоголя в течение всей жизни. Всего лишь один человек (4,7%) утвердительно ответил *«Да»*, двое (9,5%) не определились с ответом и восемнадцать учащихся (85,7%) на утверждение: *«Я планирую в течение всей жизни сохранить трезвость»* (т.е. полностью отказаться от употребления алкоголя) сказали *«Нет»*. Основной аргументацией о невозможности полного отказа от алкоголя стали традиции, принятые в нашем обществе, такие как употребление алкоголя на Новый год, в День рождения и по другим праздникам.

Таким образом, результаты анкетирования показали, что несмотря на позитивную ситуацию в классе и полное отсутствие вредных привычек среди опрошенных учащихся, что позволяет предположить возможное приобщение к алкоголю по мере взросления детей (полную анкету см.: Приложение 3).

По статистике в России официально на учёте у нарколога стоят 1,7% человек от всего населения, которые в свои 13-14 лет не планировали быть алкоголиками, а всего лишь были намерены поддерживать устоявшиеся в обществе заблуждения, так называемые традиции употребления алкоголя по праздникам. По своей сути алкоголь в любом виде является наркотическим веществом и вызывает зависимость. Не каждый человек становится алкоголиком, но никто не застрахован с учётом генетических и средовых факторов, что пагубная привычка сформируется именно у него.

**Экспертная оценка материалов мероприятий.** Была проведена предварительная экспертиза подготовленных материалов для проведения опытно-экспериментальной работы, учтены все рекомендации и пожелания, исправлены ошибки.

**Подготовка материально-технической базы.** Были определены время, место проведения мероприятий, обеспечена техническая поддержка, подготовлены демонстрационные и раздаточные материалы.

### *Основной этап*

Задачей второго этапа было проведение цикла профилактических мероприятий, соответственно согласованному плану и сценариям мероприятий, получивших экспертную оценку. На данном этапе работа велась **по трём направлениям**: 1) организация мероприятий, 2) проведение мероприятий, 3) обеспечение видео и фото фиксации мероприятий.

Основной этап проводился в течение 1,5 месяцев. В данном пособии вниманию читателей предлагается два варианта интерактивных форм работы – деловая игра «СМИ. Актуальная точка зрения», сюжетно-ролевая игра «Молодёжная служба безопасности», полные сценарии которых приведены ниже. Поэтому ограничимся их кратким описанием.

**1. Классный час.** Перед началом мероприятия был проведён классный час с целью проведения первичной диагностики и выявления отношения обучающихся к алкоголю, табаку и наркотикам. В ходе занятия также формулируется понятие о трезвости, как естественном состоянии человека и приоритетах трезвого здорового образа жизни.

Классный час включал в себя следующие **формы работы:** анкетирование, игру на повышение благоприятного эмоционального климата в коллективе, мозговой штурм, презентацию, психологическое упражнение, деловую игру.

Одной из задач первого занятия является установление позитивного эмоционального контакта между педагогом и детьми и создание благоприятного климата в классе. *Игра «Приветствуйте друг друга»* отлично подходит для этого. Детям предлагается по команде ведущего делиться на группы по заданному количеству человек и приветствовать друг друга внутри группы предложенным способом, например носиками. Всякий раз ведущий меняет количество человек и способ приветствия. Закончить игру можно объединением в группы по 4 человека, в нашем случае получилось пять групп, необходимых для проведения интерактивных форм работы в ходе проведения классного часа.

Работа в группах, *мозговой штурм «Зависимость – это?»*. За три минуты детям в своих группах необходимо написать как можно больше ассоциаций к слову «зависимость». Далее по очереди перечислить ассоциации, не повторяя друг друга. Ведущий в это время записывает их на доске. На основании предложенных ассоциаций ведущий строит теоретический блок.

*Теоретический блок* даёт ответы на следующие вопросы – «Что такое зависимость?», «Какие бывают виды зависимости?», «Как формируется зависимость?», «Как проявляется зависимое поведение?».

Логическим продолжением теоретического блока является проведение *психологического упражнения «Я хочу найти ответ на вопрос»*. Задача упражнения – выявить круг нерешённых вопросов по теме химической зависимости, определить уровень информированности детей и готовность делиться информацией и оказывать психологическую помощь сверстникам. Работа проводится в группах. Предлагается определить волнующий

вопрос, на который ребята не нашли ответа по теме химической зависимости. Часто дети задают такие вопросы: *«Если любимый человек употребляет наркотики, как ему помочь?»*, *«Какие есть способы бросить курить?»*, *«Почему человек становится алкоголиком?»* и т.д.

По одному представителю от группы по очереди выходят перед классом и задают вопрос, желающие пытаются ответить на него. Во время ответа на вопрос отвечающий кладёт руку на плечо учащегося, задавшего вопрос. Если есть желающие дополнить ответ, подходят к крайнему отвечающему, кладут ему руку на плечо и дают свой ответ. Так продолжается до тех пор, пока учащийся, задавший вопрос, не скажет: *«Спасибо, я нашёл ответ»*. Как правило, цепочка из отвечающих составляет 4-6 человек. Ведущий, а данное упражнение необходимо проводить специалисту, осведомленному по проблеме химических зависимостей, корректирует ответы и помогает сформулировать окончательный вариант ответа.

Заключительным материалом классного часа должна стать тема трезвости. Подводящие вопросы к данной теме могут звучать так: *«Назовите антоним к слову «зависимый»?* (Самостоятельный, свободный), *«Назовите состояние человека, позволяющее сохранить ясность мысли, здоровое рассуждение?»* (Трезвость) Далее ведущий делает вывод, о том, что **трезвость** – естественное состояние человека, характеризующееся неизменным сознанием, позволяющее правильно адаптироваться к физическим и социальным изменениям, жить в гармонии с самим собой и миром.

Заключительным этапом классного часа является **деловая игра «Что дает трезвость – человеку, обществу, государству, семье, будущему поколению?»**. Учащиеся работают по группам. Предварительно каждой группе выдается карточка с наименованием – «человек», «общество», «государство», «семья», «будущее поколение». Задача групп за 4 минуты сформулировать ответ на вопрос, соответственно выданной карточке, *«Что дает трезвость?»*. Далее по одному представителю от группы выходят перед классом и строятся в одну линию, на уровне груди демонстрируя свою карточку, и по очереди называют, что дает трезвость.

Классный час целесообразно закончить выражением Б. Франклина: *«Трезвость кладет дрова в печку, мясо – в кастрюлю, хлеб – на стол, кредит – государству, деньги – в кошелек, силу – в тело, одежду – на спину, ум – в голову, довольство – в семью».*

**2. Семинар-тренинг «Формирование здорового мышления и антинаркотического мировоззрения».** Мероприятие было выездным, в условиях школы данное мероприятие проводится в течение двух учебных часов, можно поделить его на две части. В нашем случае, без учёта дороги, но включая семинар-тренинг, экскурсию, общения с представителями МГТУ им. Н. Э. Баумана, было затрачено 2 часа (120 мин.).

Главными **задачами** мероприятия стали: демонстрация положительного примера здоровьесохраняющего поведения через знакомство со студентами МГТУ им. Н. Э. Баумана; поиск ответов на вопросы о путях приобщения к наркотическим и психотропным веществам, способах противодействия вовлечения в наркоситуацию себя и своего окружения.

В ходе мероприятия были использованы следующие **формы работы**: эвристическая беседа, лекция – презентация, мозговой штурм, тренинг, ролевая игра, демонстрация положительных образов, просмотр видеоролика и обсуждение, экскурсия, метод кейсов.

**Этапы работы.** Семинар-тренинг начался с выступления и видео презентации В. В. Гайдук – педагога, организатора волонтерской антинаркотической группы, мамы девочки, погибшей от разового приема спайса. Вместе с детьми, на примере судьбы Ани Гайдук были затронуты важные темы – *«Что считается наркотиком?»*, *«Кто и в каких ситуациях может предложить наркотические вещества?»*, *«Какие способы используются, для того, чтобы снять психологический барьер перед первой пробой одурманивающего вещества?»*, *«Кто находится в «группе риска» приобщения к одурманивающим веществам?»*.

Судьба Ани произвела на детей огромное впечатление и стала качественной стартовой позицией для проведения семинара. В течение полутора часов дети внимательно слушали рассказ о трагической смерти девочки и в периоды взаимодействия задавали много вопросов.

Далее А. В. Корниенко, педагог-психолог, в режиме интерактивного общения, в продолжение уже затронутых тем разобрала такие важные вопросы, как: противодействие психологическому давлению со стороны сверстников. По инициативе детей был рассмотрен вопрос: «Как «вейпы» влияют на здоровье человека?».

По окончанию информационной части для учащихся была проведена сюжетно-ролевая игра, которую провёл А. С. Миронов – психолог, кандидат педагогических наук. Суть ролевой игры заключается в следующем. Ведущий предлагает проиграть спектакль и раздает роли: «человек», решивший попробовать наркотическое вещество, так называемое «клёво», и попавший в зависимость; «клёво» - т.е. наркотическое вещество, на которое будет опираться человек; «привычка», сформированная после неоднократного употребление наркотического вещества; «зависимость», будет постоянно тянуть человека назад; базовые ценности и потребности человека – «честность», «ум», «семья», «друзья», «здоровье», «сила», «деньги». Ведущий вместе с детьми обозначает необходимые компоненты жизни человека, свободного от наркотической зависимости – честность, ум, сила, друзья, семья, деньги, здоровье и пр.

Далее ведущий предлагает в игровой ситуации попробовать «клёво» и опереться на него, параллельно объясняя механизм формирования химической зависимости, после приглашает включиться в игру «привычку», на которую в большей степени будет опираться главный герой. За «привычкой» включается в игру «зависимость», роль «зависимости» тянуть героя спектакля назад. Ведущий попутно продолжает объяснять механизм формирования аддиктивного поведения и поясняет, что человек, имеющий химическую зависимость, постепенно лишается честности, здоровья, ума, свободы, друзей, семьи и остаётся один. Участники игры выполняющие вышеперечисленные роли, демонстративно рвут листы на которых было написаны их наименования. Главный герой стоит возле разорванных листов, символизирующих разрушенную жизнь, за руки его держат «клёво», «привычка» и тянет назад «зависимость».

Вместе с участниками мини-спектакля ведущий делает вывод, о том, что никакое «клёво» не решит возникшие проблемы и не создаст чувство радости, все это может сделать только сам

человек, опираясь на свои внутренние ресурсы. В подтверждении слов вниманию детей был показан видеоролик о возможностях человека и современных достижениях молодых активных людей.

Заключительное слово о важности сохранения трезвости, развитии культуры здоровья сказал Г. И. Семикин – профессор, доктор медицинских наук, руководитель Учебно-методического центра «Здоровьесберегающие технологии и профилактика наркомании в молодежной среде» МГТУ им. Н. Э. Баумана.

По окончании семинара-тренинга была проведена экскурсия по Учебно-методическому центру, был показан спортзал для студентов и рассказано о способах оказания психологической помощи студентам, особенно студентам первого года обучения. Во время следования от МГТУ им. Баумана до г. Краснознаменска, из-за дорожной пробки, появилась возможность продемонстрировать формы организации досуга: игры ДаНетки, познавательные и музыкальные викторины, хоровое пение, психологические игры – «Ассоциации», «Мафия», контактные игры – «Поймай палец», «Смотрелки», «Ладошки», «Летела корова», интеллектуальные игры «Контакт», «Города», «Угадай слова по признакам», игры на внимание «1-2, 2-5, 5-7», «Из лесу вышли 2 крокодила», «Я иду в поход и беру с собой», «Азбука морзе» и т. д. Помимо этого представилась возможность неформального общения, в ходе которого произошёл обмен личным опытом, и дети смогли задать интересующие их вопросы.

**3. Деловая игра «СМИ. Актуальная точка зрения».** Цель мероприятия – сформировать устойчивые убеждения о значимости трезвого здорового образа жизни. Деловая игра включает в себя подготовительную работу, выполнение домашнего задания; творческую часть – работа в роли журналистов; проведение анализа мероприятия, через проведение пресс-конференции. Были использованы групповые и индивидуальные формы работы: лекция-презентация, интервью, дискуссия, разработка проекта, ролевая игра, творческое задание. Творческая часть проводилась в группах по 4-5 человек, благодаря этому каждый имел возможность проявить себя.

Как и на предыдущем мероприятии, были созданы условия для неформального общения и демонстрации приёмов проведения трезвого досуга. Всем командам в подарок были вручены сладкие призы, что послужило поводом для чаепития.

**4. Сюжетно-ролевая игра «Молодёжная служба безопасности».** Цель игры – формирование навыков антинаркотического поведения, через включение в познавательную активность для решения значимых проблем сверстников.

Учащиеся становятся операторами «Молодёжной службы безопасности» (далее МСБ) и с позиции операторов пытаются найти ответы на вопросы сверстников, связанных психотропными и наркотическими веществами. Задача педагога, взявшего себя в руки, проводить данную игру, создать условия, позволяющие погрузиться в ситуацию.

В электронном приложении к методическому пособию на DVD-диске можно посмотреть, каким образом была организована наша работа на базе кабинета информатики. Работают дети по парам. Обязательным этапом мероприятия должен стать анализ хода игры и предъявленных ситуаций. Так как данная игра являлась заключительным мероприятием цикла, мы предложили учащимся задать вопросы, высказать пожелания и дать отзыв по итогам всего цикла проведенных мероприятий. В игре были использованы следующие формы работы: метод кейсов, ролевая игра, дискуссия, эвристическая беседа, пресс-конференция, рефлексия.

### *Заключительный этап*

Основная задача – получить обратную связь, отзывы о проведенных мероприятиях и измерить уровень информированности и изменения в личном отношении к вопросу сохранения трезвости в течение жизни. Итоговую диагностику мы проводили путем прямого наблюдения и просмотра видеоматериала; путем анкетирования; проведением опроса по итогам каждого мероприятия, путём полученных отзывов от участников психолого-педагогического процесса, а также анализируя ответы на вопросы сверстников в ходе последнего мероприятия, сюжетно-ролевой игры «Молодёжная служба безопасности».

<p>Став участником экспериментального цикла профилактических занятий, я новую получил информацию:</p>	<p>а) о трезвом здоровом образе жизни;  б) о вреде курения, алкоголя, наркотиков;  в) о формировании химической зависимости;  г) о возможностях самореализации;  д) свой вариант ответа.</p>	<p>85, 7 %   80, 9%   76, 1%   38%   9, 5 %</p>
<p>Для меня трезвость</p>	<p>а) естественное состояние;  б) возможность быть счастливым;  в) сознательный выбор на всю жизнь;  г) крайность, которой следовать не обязательно.</p>	<p>100%   33, 3%   23, 5 %   14, 2 %</p>
<p>Я считаю, что подросток, употребляющий психотропные и наркотические вещества, это человек:</p>	<p>а) зависимый от мнения окружающих;  б) запрограммированный на употребление психотропных и наркотических ядов;  в) обладающий вредной привычкой, перерастающей в зависимость;  г) кому нечего</p>	<p>38%   61, 9 %   19%   14, 2%</p>

	делать.				
Считаешь ли ты для себя возможным участие в добровольческой деятельности за трезвый здоровый образ жизни?	а) да, это необходимо;	52,3 %			
	б) я еще не решил;	28,5%			
	в) мне это безразлично;	14,2%			
	г) свой вариант ответа.	4,7 %			
По вашему мнению, важно проводить в школе мероприятия за трезвый здоровый образ жизни?	а) да;	100%			
	б) нет.				
Распредели места мероприятиям от 1 до 4, где 1 место соответствует мероприятию, в котором тебе было интересней всего участвовать.	а) классный час; б) семинар-тренинг; в) деловая игра; г) сюжетно-ролевая игра; д) меня не заинтересовало ни одно мероприятие.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
		9,5%	14,2 %	23,8%	52,3%
		47,6%	28,5%	19%	0%
		9,5%	14,2%	28,5%	47,6%
		33,3%	42,8%	28,5%	0%
Распредели места мероприятиям от 1 до 4, где 1	а) классный час;	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
		38%	23,8%	19%	9,5%

место соответствует мероприятию, на котором ты получил больше всего полезной для тебя информации.	б) семинар-тренинг;	14,2%	28,5%	38%	19%
	в) деловая игра;	42,8%	33,3%	23,8%	9,5%
	г) сюжетно-ролевая игра.	4,7%	14,2%	19%	61,9%

**Таблица 2. Результаты заключительного опроса обучающихся по проведённым мероприятиям.**

Как было указано выше, основной **практической целью** цикла мероприятий было сформировать представление о трезвом образе жизни как необходимом условии развития личности и процветания общества, в котором мы живём. Для достижения данной цели были разработаны информационные блоки и интерактивные формы подачи материала в каждом мероприятии.

**Информационный блок** включал в себя следующие темы: «Зависимое поведение. Химическая зависимость», «Трезвость. История трезвости в России и ее современное состояние», «Трезвенная деятельность. Добровольчество», «Алкоголь и его свойства», «Влияние курение сигарет, парения вейпов на организм», «Наркотики и закон». В каждом мероприятии процентное соотношение подачи прямой или косвенной информации было разным. Проанализируем лишь **процент прямой информации** по вопросам трезвости.

На *классном часе* информация о трезвости была дана на заключительном этапе в форме деловой игры: «*Что даёт трезвость – человеку, обществу, государству, семье, будущему поколению?*», а также, в виде вывода по предшествующей теме по вопросам химической зависимости и подводящей информации к деловой игре. Общее время подачи целенаправленной информации – 10 минут.

**Интерактивные формы** включали семинар-тренинг, деловую игру и сюжетно-ролевою игру.

**1. Семинар-тренинг «Формирование здорового мышления и антинаркотического мировоззрения».** Прямая информация по вопросам трезвости была дана в процессе эвристической беседы,

то есть поиске ответов на вопросы после знакомства с реальной историей о девушке, погибшей от однократного применения спайса. В период проведения ролевой игры в форме психологического мини-спектакля. Общее время подачи целенаправленной информации – 20 минут.

**2. В деловой игре «СМИ. Актуальная точка зрения»** наибольшее количество времени было отведено вопросам трезвости. Темы домашнего задания содержат вопросы трезвости. Например, подготовьте информацию для «острого» репортажа на тему: «Трезвый взгляд на алкогольную проблему». Подготовьте рубрику: «Новости гидрометцентра», новости необходимо подготовить с позиции «климатических условий» в мире, стране, области, в которой вы проживаете, вашем городе по состоянию уровня трезвости населения на данный год. Прямая трезвенная информация давалась во время лекции-презентации «Трезвость в России», в ходе которой были освещены исторический аспект и современное положение дел.

При непосредственной подготовке проекта, с позиции журналистов, в рамках СМИ, которые они представляли, детям требовалось создать рубрику «Опыт трезвости», для этого им была предложена информация о трезвеннической деятельности в России (информация о молодежном движении «Трезвый-Питер», о социально-значимом проекте «Угловские чтения», организованных территориях трезвости в Саха Якутии и др.). Общее время подачи трезвенной информации – не менее 60 минут с учётом подготовки домашнего задания.

**3. В сюжетно-ролевой игре «Молодежная служба безопасности»** в основном процесс был направлен не на получение знаний, а воспроизведение полученных знаний, поэтому прямая информация давалась только во время анализа игры в течение 5-7 минут.

Результаты итогового анкетирования показывают, что сюжетно-ролевая игра, строилась по принципу викторины, где детям необходимо было дать правильный ответ и сформулировать совет, как поступить в трудной ситуации своему сверстнику. Ответы на вопросы были своеобразным тестом на уровень информированности:

**Ситуация 1:** «...нам с приятелем девочка сказала, что на вечеринке будут какие-то таблетки, от ни нет запаха и родители

ничего не заметят, но при этом пьянеешь и они безвредные. А мы слышали, что Вадик из соседнего класса потом попал в больницу. Что делать?».

**Ситуация 2:** «...мы с Маринкой были на дискотеке и нам предложили за углом покурить какую-то «травку», сказали, что тоже самое, что сигареты, только круче и в магазине это не продают. Это может быть наркотиком?».

**Ситуация 3:** «...после школы у нас многие ребята идут пить пиво и коктейли, я отказываюсь, мне кажется, что это вредно, а они надо мной смеются. Кто из нас прав?».

**Ситуация 4:** «... у нас в классе Кирилл уверяет всех, что они должны курить, иначе не попадут в их компанию. А что, курить – реально круто?».

**Ситуация 5:** «...попробовал спиртное, мне не понравилось, но родители сказали, что какой же праздник без выпивки, тем более, что в России всегда пьют. Это правда?».

**Ситуация 6:** «...мы вот тут спорим – одни говорят, что в жизни надо попробовать всё, а мы не согласны. А у вас что думают об этом?».

**Ситуация 7:** «...моему брату в 9 классе предложили зарабатывать проносом наркотиков на дискотеку в клуб. Он верит, что раз он просто их носит, то даже если поймают, ничего не будет... Я боюсь за него, как на самом деле?».

**Ситуация 8:** «в компании друзья мне говорят, что парить вэйпом не вредно, а наоборот, это круто и безопасно, так как это пищевые добавки и пар».

Работа велась в парах, и в ходе игры абсолютно все дети дали правильные ответы. Через советы для своих сверстников, которые ребята формулировали самостоятельно, можно было отследить сформированность основных представлений обучающихся по разным аспектам проблемы химических зависимостей.

Наиболее аргументированными советы были на ситуации 3,5,8, т.к. информация по этим темам давалась им более подробно. На вопрос №3 треть участников (33%) дали примерно одинаковый ответ следующего содержания: «Алкоголь вреден в любых количествах и формах. Алкоголь-наркотик», данная информация давалась во время деловой игры «СМИ. Актуальная точка зрения».

На вопрос №5 были даны наиболее информативные, аргументированные ответы, приведем некоторые выдержки: *«...Россия сто лет тому назад была одной из самых трезвых стран...»*, *«...употребление алкоголя, даже только по праздникам, может развить зависимость...»*, *«...алкоголь-наркотик, лучше сохранять трезвость»*, *«..природа не зря создала человека трезвым...»*. Информацию по теме пятого вопроса можно было подчерпнуть во время классного часа и деловой игры.

На вопрос №8 о вейпах большинство детей (80,9%), привели аргументацию по поводу вреда вейпов и ответили, что вейпы вызывают зависимость и опасны для легких. Информацию о вреде вейпов давали на семинаре-тренинге, в момент беседы по запросу детей. По результатам анкеты, 61,9% учащихся считают, что подросток, употребляющий психотропные и наркотические вещества, это человек, *«запрограммированный на употребление психотропных и наркотических ядов»*, 38% считает, что он - *«зависимый от мнения окружающих»*, 19% сказали, что это - человек, *«имеющий вредную привычку, переходящую в зависимость»*, 14, 2 % детей считают, что такому подростку *«нечего делать»*.

Анализ ответов показал, что учащиеся 7 «А» класса информированы о вреде психотропных и наркотических веществ, у детей сформировались понятие о механизме формирования зависимости.

Согласно результатам анкетирования, 85,7% учащихся ответили, что став участниками профилактического цикла занятий, они *«получили новую информацию о трезвом здоровом образе жизни»*. На основании этого можно сделать вывод о том, что основная цель опытно-экспериментального исследования *«сформировать у детей представление о трезвом образе жизни, как необходимом условии развития личности и процветания общества в котором мы живем»* достигнута.

Помимо ответов о трезвом образе жизни, 80,9% респондентов отметили, что получили новую информацию о вреде курения, алкоголя, наркотиков, 76,1 % - о формировании химической зависимости и 38% - о возможностях самореализации.

Тем не менее, говорить о сформированной установке на трезвость в течение всей жизни не приходится, несмотря на то, что 100% ответили, что для них трезвость – это естественное

состояние. Для учащихся данного класса это так и есть, т.к. результаты первичного анкетирования показали, что в классе нет курящих и употребляющих алкоголь.

На вопрос о том, «Что для Вас трезвость?» треть класса (33,3%) ответили, что это возможность быть счастливым, лишь 23,5% высказались, что это – *«сознательный выбор на всю жизнь»*, а 14, 5 % выбрали ответ, что это – *«крайность, которой следовать не обязательно»*.

Получается, что цикла из четырех профилактических занятий оказалось достаточно, чтобы дать представление о трезвом образе жизни, но этих занятий мало, чтоб сформировать устойчивую установку на трезвый образ жизни с учетом того, что в данном классе лишь одна семья ведет абсолютно трезвый образ жизни. Работу в 7 «А» классе, очевидно, следует продолжить.

Отвечая на вопрос о возможном участии в добровольческой деятельности за трезвый здоровый образ жизни 52, 3 % ответили: *«Да, это необходимо»*, 28,5% - *«Я еще не решил»* и лишь 14, 2% отметили вариант ответа *«Мне это безразлично»*. Данные результаты позволяют сделать вывод, что в дальнейшем добровольческую деятельность следует выбрать в качестве основной.

Таким образом, наше экспериментальное исследование показало, что с точки зрения трезвенного просвещения и формирования установки на трезвый образ жизни, интерактивные формы работы с подростками имеют большой потенциал.

## **2.2. Деловая игра «СМИ. Актуальная точка зрения».**

**Автор:** А. В. Корниенко

**Цели:**

- формирование устойчивых убеждений о значимости трезвого здорового образа для развития и процветания нашего общества;

- развитие навыков сбора, анализа и обработки информации на заданную тему и подбора эффективных способов подачи материала.

**Идея:** Участники игры становятся журналистами, представителями различных средств массовой информации (СМИ). Путем создания информационно-просветительского проекта пытаются привлечь внимание к проблемам наркотизации и алкоголизации современного общества и показать значимость трезвого здорового образа жизни для процветания нашей страны.

**Возраст участников:** 13-18 лет.

**Количество участников:** 20-30 человек.

**Место проведения:** кабинет, актовый зал.

**Продолжительность игры:** 90 минут.

**Оборудование:** видеопроектор, компьютер, учебная доска; –4 ватмана, 4-6 маркеров разных цветов для каждой команды, 4 пары ножниц, канцелярский клей.

**Этапы игры:** подготовительный, основной, заключительный.

### ***Подготовительный этап***

Подготовительный этап проводится за 7-5 дней до начала деловой игры.

Он включает в себя:

- объяснение идеи, целей и задач игры;
- разбивку на команды. Группа из 20-30 человек делится на четыре команды, по количеству направлений СМИ (печатное издание, интернет, радио, телевидение). Интрига деловой игры в том, что направление СМИ, которое будет представлять команда, определится перед началом мероприятия;
- подготовку домашнего задания.

**Домашнее задание (письменное обращение):** Добрый день, дорогой друг! С момента подготовки домашнего задания к деловой игре, ты становишься журналистом. Работать тебе предстоит в команде, и успех команды зависит от твоего личного вклада в общее дело. В течение недели необходимо собрать информацию по заданным темам. В ходе деловой игры, в зависимости от того, какое из направлений средств массовой информации по жребии

выпадет вашей группе (телевидение, печатное издание, интернет, радио), вы все вместе должны будете подготовить программу на актуальные темы, касающуюся проблемы алкоголизма, наркомании, курения и пропаганды трезвого здорового образа жизни. Желаем тебе хорошего настроения и продуктивной работы!

### **Задания на выбор:**

1. Соберите информацию для «острого» репортажа на тему (название темы для вашей группы подчеркнута красным цветом):
2. Кому нужна наша «свобода»?
3. Специальное расследование «Алкоголь наркотик?»
4. Трезвый взгляд на алкогольную проблему.
5. Что скрывается в сигарете?
6. Подготовьте рубрику «Новости гидрометцентра».

Новости необходимо подготовить с позиции «климатических условий» в мире, стране, области, в которой вы проживаете, вашем городе по состоянию уровня трезвости населения на данный год (зона освещения климатических условий для вашей группы подчеркнута красным цветом). Необходимо будет составить прогноз на предстоящий год, исходя из намеченных тенденций в мире, стране, области, городе. В подготовке материала: 1) «циклоном» будет выступать негативная наркоситуация, связанная с распространением и употреблением веществ, изменяющих сознание человека, в том числе табакокурение; 2) «антициклоном» - уровень трезвости и деятельность, проводимая по пропаганде трезвого здорового образа жизни.

### ***Основной этап***

#### **1. Организационная часть (5 минут)**

Ведущий приветствует всех собравшихся в студии. Заранее сформированные группы вытягивают жребий по направлению СМИ и получают папку с информационно-просветительскими материалами. Ведущий знакомит подростков с экспертами, задача которых в конце игры оценить работу команд.

#### ***Ведущий:***

*Добрый день, участники деловой игры «СМИ. Актуальная точка зрения».*

*Средства массовой информации давно и по праву называют «четвертой властью». Интернет, телевидение, радио, печатная пресса ежедневно становятся для нас источником новостей, событий, необходимым информационным порталом, откуда мы можем взять любую интересующую нас информацию. Все происходящие в мире события транслируются, через СМИ, формируя наше мировоззрение и отношение к происходящим событиям. Точка зрения журналистов, политиков, общественных деятелей, блогеров влияет на наши взгляды и убеждения.*

*Вы как участники деловой игры сегодня можете примерить на себя роль журналистов и подготовить информационно-просветительский проект на актуальную тему для нашей страны: «Пути повышения культуры трезвого здорового образа жизни в современном обществе»*

## **2. Информационная часть (10 минут)**

Ведущий показывает презентацию на тему: «Трезвость в России»

### **Слайд 1**

*Возраст человека разумного – Homo sapiens – около 40 тыс. лет. Период потребления слабоградусных алкогольных изделий по времени составляет 10-25 % от возраста «человека разумного», а крепких алкогольных изделий – не более 1,25 % от этого возраста. Основной период развития человека разумного «Homo sapiens» проходил в полной трезвости.*

### **Слайд 2**

*В начале 20 столетия по данным на 1913 год уровень потребления алкоголя на душу населения составлял 3,13 л., по данным на 2017 год эта цифра составила 18 л. чистого спирта (данные ВОЗ)*

### **Слайд 3**

*По данным Всемирной Организации Здравоохранения, при употреблении 8 литров алкоголя в год на душу населения начинается необратимое угасание этноса.*

*Наша страна находится в опасной фазе развития общества, когда происходит разрушение генофонда нации. Помимо этого, ежегодно по причине табакокурения в России умирает 300-400 тысяч человек, нелегальных наркотиков 100 тысяч человек.*

#### **Слайд 4**

*В истории есть яркие примеры такого разрушения генофонда нации. Спаивание североамериканских индейцев был один из методов геноцида, сейчас остатки большого самобытного народа живут в резервации. Опиийная наркомания в Китае 19 века привела к деградации и массовому вымиранию населения. К 1881 году на 369 млн. человек было 120 млн. наркоманов.*

#### **Слайд 5**

*Позитивная новость, согласно данным опроса, который провел Всероссийский центр изучения общественного мнения (ВЦИОМ), за последний год в России выросло в число трезвенников. Так, никогда не употребляют спиртные изделия 28 % российских граждан (в 2010 — 22 %)*

#### **Слайд 6**

*Есть целые регионы, в которых трезвость – норма жизни, они входят в тройку самых трезвых регионов России: Чеченская республика, Ингушетия, Дагестан. Есть регионы в которых целыми селами отказываются от алкоголя и объявляют свой населенный пункт территорией трезвости. Например, Саха Якутии – на 2017 год 145 населенных пунктов приняли решение о полном запрете продажи алкоголя.*

#### **Ведущий:**

*На основе полученной информации, собранных сведений в рамках домашнего задания группам необходимо создать информационно-просветительский проект, который раскрывал бы правду об алкоголе, табаке и других одурманивающих веществах, а также пропагандировал бы опыт трезвого здорового образа жизни. Информационно-просветительский проект должен включать в себя три рубрики: «Опыт трезвости», «Острый репортаж», «Прогноз погоды».*

*В помощь для подготовки проекта, мы предлагаем папку с информационно-просветительским материалом (подборка статей о вреде алкоголя, табака, наркотиков и опыте трезвости в регионах и конкретных людей).*

*Выбор названия проекта, формы подачи материала, распределение ролей в команде полностью лежит на группе.*

*Время на подготовку материала 30 минут. Далее каждая команда представляет свой информационно-просветительский проект. Время на презентацию 7 минут.*

*По итогам презентации эксперты деловой игры оценят работу команд, выберут четырех лучших журналистов и определяют команды победителей.*

### **Творческая часть (30 минут)**

Подготовка проектов.

### **Презентация проектов (30 минут)**

Время презентаций проектов для каждой группы – 7 минут.

## ***Заключительный этап***

### **Пресс-конференция (8 минут).**

Пресс-конференцию проводит ведущий, также ее могут провести специально подготовленные учащиеся. Пресс-конференция может включать в себя следующие **вопросы**:

- Какой проект вам больше всего понравился?
- На ваш взгляд, какой из групп удалось более всего раскрыть тему «Острого репортажа»?
- По вашему мнению, есть ли ребята, которые проявили себя настоящими журналистами?
- Получили ли вы новую познавательную информацию в период подготовки домашнего задания и проведения игры? Какую?
- Какая информация на вас произвела наибольшее впечатление?
- Появилось ли у вас желание применить полученные знания на практике? Каким образом?
- Какие проблемы возникали в период подготовки и презентации проекта?
- На ваш взгляд, какой этап игры был наиболее интересным?
- Считаете ли вы важным проводить такие и подобные мероприятия для молодежи?

### **Подведение итогов (7 минут)**

Выступление экспертов, награждение команд и четырех участников деловой игры, наиболее ярко проявивших себя, званием «лучший журналист»

### **2.3. Сюжетно-ролевая игра «Молодёжная служба безопасности».**

**Авторы:** А. В. Корниенко, Л. А. Армер

**Цели:**

- формирование навыков антинаркотического мышления;
- включение участников игры в познавательную поисковую активность для решения социально-значимых вопросов сверстников.

**Идея:** Учащиеся становятся операторами «Молодежной службы безопасности» (далее МСБ). Задача операторов МСБ принимать телефонные звонки подростков, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, нуждающихся в совете. Все обращения сортируются по темам, в данном случае операторам МСБ предстоит дать ответы на ситуации, связанные с психотропными и наркотическими веществами. Всего будет предложено 10 ситуаций, для каждой ситуации 4-6 вариантов ответов. В течение 3 минут участники игры должны проанализировать свою ситуацию, выбрать правильные ответы из предложенных вариантов и сформулировать свой вариант ответа.

**Возраст участников:** 13-17 лет.

**Количество участников:** 20-30 человек.

**Место проведения:** Кабинет информатики.

**Продолжительность игры:** 90 минут.

**Оборудование:** 10-15 рабочих мест для дежурных МСБ – компьютер, монитор, наушники; проектор, экран; рабочее место специалиста, запускающего ситуации - компьютер, монитор, колонки; бланки ответов на каждую игровую ситуаций по количеству групп; шариковые ручки на каждую группу.

**Этапы игры:** подготовительный, основной, заключительный.

#### ***Подготовительный этап***

Подготовительный этап может быть проведен в рамках уроков основ безопасности жизнедеятельности. Задача подготовительного этапа – дать необходимую полезную информацию по правовым, медицинским и другим вопросам в сфере профилактики употребления психотропных и наркотических веществ. Информацию необходимо готовить с учетом конкретных ситуаций, которые предстоит решить участникам. При предъявлении информации запрещено: показывать картинки психотропных и наркотических веществ (в том числе алкоголя, табака), людей в состоянии наркотического опьянения, рассказывать о процессе приготовления наркотиков, местах и способах их распространения.

### ***Основной этап***

#### **Организационная часть (15 минут).**

Класс делится на 10-15 групп, по 2 человека, которые занимают рабочие места за компьютерами. Ведущий объясняет цели, задачи и правила игры, знакомит с экспертами.

#### ***Ведущий:***

*– Дорогие друзья мы собрались в штабе молодежной службы безопасности, сокращенно МСБ. Сегодня вам как дежурным МСБ предстоит ответить на вопросы сверстников, попавших в сложную жизненную ситуацию. На ваши компьютеры по очереди поступит 8 звонков. На мониторах появится регион, откуда поступил звонок и сам видео вопрос. Перед тем как вы приступите к работе, я познакомлю вас с правилами.*

#### **ПРАВИЛА:**

*За каждым компьютером находится по два человека (можно три), т.е. вы работаете в паре. Вам необходимо между собой определить очередность принятия вопросов. Оператор, принявший вопрос, называется – **дежурным оператором**. Второй*

оператор называется **свободным оператором** . Сверстник, позвонивший в МСБ, называется **абонентом**.

Выдачу бланков, оценку результатов проводит **группа экспертов** из 3 человек под руководством главного эксперта (в роли главного эксперта может быть психолог школы.)

Дежурный оператор несет ответственность за конечный ответ на вопрос и утверждает окончательный вариант совета для абонента.

При получении звонка, на экране монитора появится изображение поисковой системы, благодаря которой определяется местонахождение абонента и появляется видео вопрос. После видеообращения сам вопрос дублируется на экране монитора, и к нему предлагается несколько вариантов ответов.

Сразу после отображения вопроса на экране монитора, свободный оператор подходит к экспертам и получает бланк с вопросом и возможными вариантами ответов.

С момента отображения вопроса на экране монитора запускается время на поиск правильного ответа и формулирование собственного совета для абонента.

Время работы над каждым вопросом 3 минуты.

Всякий раз при получении бланка в верхнем левом углу необходимо подписывать фамилию и имя дежурного оператора.

Среди предложенных вариантов ответов может быть несколько правильных вариантов.

Вы вправе указать столько правильных ответов, сколько вы посчитаете нужным. Подсчитывается две группы баллов – верные и неверные. За каждый верный ответ ставится 1 балл, а за каждый неверный ответ вычитается 1 балл.

По итогу выбора вариантов ответов вам необходимо на обратной стороне бланка дать свой совет, за который будет засчитан еще 1 балл.

Главный принцип оператора МСБ «Не навреди». Лучше дать «маленький» совет, но по существу, который поможет вашему сверстнику в сложной ситуации.

По итогам вашей работы будет выведено 2 группы баллов – за верные и неверные ответы. Лучшей командой дежурных МСБ станет, та, у которой будет 0 баллов неверных ответов и наибольшее количество баллов верных ответов, плюс баллы за качественные советы.

*Верю в то, что вы примените все полученные вами знания и сможете дать дельный совет нуждающемуся в вашей помощи сверстнику.*

### **Интерактивная часть (30 минут)**

**Ситуация 1:** *«...нам с приятелем девочка сказала, что на вечеринке будут какие-то таблетки, от ни нет запаха и родители ничего не заметят, но при этом пьянеешь и они безвредные. А мы слышали, что Вадик из соседнего класса потом попал в больницу. Что делать?»*

#### **Примерные ответы:**

- ✓ Плюнуть на такую компанию, они же плюют на тебя и твою жизнь, предлагая то, что может отправить тебя в больницу или уложить в гроб
- ✓ У всех таблеток есть побочные эффекты. От одних стирается память, другие вызывают страх или действия, которые ты не можешь контролировать и прочее. Врач не прописывал? Не суй в рот, что попало!
- ✓ В жизни всё надо попробовать.
- ✓ Попробуй волшебные таблетки, с одной ничего не будет.
- ✓ Любое опьянение опасно, в этом состоянии может произойти все, что угодно. Надо не родителей бояться, а последствий твоей доверчивости.

**Ситуация 2:** *«...мы с Маринкой были на дискотеке и нам предложили за углом покурить какую-то «травку», сказали, что тоже самое, что сигареты, только круче, и в магазине это не продают. Это может быть наркотиком?»*

#### **Примерные ответы:**

- ✓ Не бывает «чего-то безопасного», если его предлагают покурить. Все виды курева в той или иной степени опасны для человека.
- ✓ Возможно вас хотят приучить к наркотикам, известно - 95 из 100 наркоманов начинают именно с «травки».
- ✓ «Травкой» называют наркотик. Надо знать – не бывает «легких» и «тяжелых» наркотиков, как любят утверждать торговцы и вербовщики в наркоту. За употребление любых

наркотиков вы расплатитесь здоровьем и проблемами с Законом.

- ✓ За употребление «травки» не наказывают, всё можно.
- ✓ Нужно всегда подчиняться тому, что говорят другие, тем более это позволит тебе познакомиться с новыми людьми.
- ✓ Делай как все, проблем будет меньше!

**Ситуация 3:** *«...после школы у нас многие ребята идут пить пиво и коктейли, я отказываюсь, мне кажется, что это вредно, а они надо мной смеются. Кто из нас прав?»*

**Примерные ответы:**

- ✓ Однозначно ты прав и можешь смело отстаивать свою позицию. Через десять лет у большинства из них будет жирный живот и толстый зад и еще кое-какие проблемы, так как пиво сильно нарушает обмен веществ.
- ✓ От коктейлей из-за химических добавок за пару месяцев может развалиться поджелудочная железа, и люди на операционном столе оказываются.
- ✓ Слабый алкоголь можно пить сколько угодно.
- ✓ Пиво полезно для растущего организма, ведь там есть солод.
- ✓ Если не представляешь встречу с приятелями без алкоголя, то это признак зависимости.

**Ситуация 4:** *«... у нас в классе Кирилл уверяет всех, что они должны курить, иначе не попадут в их компанию. А что, курить – реально круто?»*

**Примерные ответы:**

- ✓ А что, очень круто к 30 годам получить постоянный бронхит, проблемы с сердцем, легкими, зубами, импотенцию?
- ✓ Прекрасно известно, что 85 из 100 парней предпочтут некурящую подругу, 99 человек из 100 не любят запаха табачного дыма.
- ✓ Предложите Кириллу пожевать окурки, вреда от этого будет намного меньше!
- ✓ Делай как все, заболей как все!

- ✓ Кури облегченные сигареты, и ты не нанесешь себе вреда.

**Ситуация 5:** «...попробовал спиртное, мне не понравилось, но родители сказали, что какой же праздник без выпивки, тем более, что в России всегда пьют. Это правда?»

**Примерные ответы:**

- ✓ То, что в России всегда пили – ложь, таким образом пьющие люди оправдывают себя! Менее, чем сто лет назад Россия была одной из самых малопьющих стран мира.
- ✓ В природе нет ничего случайного и, если природа нас создала трезвыми, значит так и должно быть. Если тебе не понравился алкоголь, то это нормально, не дай себя обмануть.
- ✓ Взрослые всегда правы.
- ✓ Если пить легкий алкоголь, то алкоголиком не станешь.

**Ситуация 6:** «...мы вот тут спорим – одни говорят, что в жизни надо попробовать всё, а мы не согласны. А у вас что думают об этом?»

**Примерные ответы:**

- ✓ О да! Всё! Особенно прыгнуть без парашюта, попробовать цианистый калий, искупаться в кипятке. Ну как, ВСЁ надо пробовать?
- ✓ Этот довод используют те, кто хочет нас на что-то спровоцировать, хочет как-то управлять нами, используя наш страх показаться «не крутым» или «не своим». Зачем на это поддаваться?
- ✓ Верь рекламе – только там говорят правду!
- ✓ Можно, можно пробовать всё – заплесневелые продукты с червяками, тухлые яйца, туалетную бумагу – я всегда так делаю

**Ситуация 7:** «...моему брату в 9 классе предложили зарабатывать проносом наркотиков на дискотеку в клуб. Он верит, что раз он просто их носит, то даже если поймают, ничего не будет... Я боюсь за него, как на самом деле?»

### ***Примерные ответы:***

- ✓ Со стороны братика это - огромная глупость, раз решил так зарабатывать. Любое прикосновение к наркотикам уже является, так или иначе, нарушением Закона, то есть преступлением.
- ✓ Перенос, перевозка, хранение – уже за это, без всякой торговли, наступает уголовная ответственность даже для школьника.
- ✓ Любая связь с наркотиками возможность попасть в базу данных, что ты употребляешь наркотики – а эта база потом может стать известна мноооогим... и на работу не возьмут ... и доверия не будет...на ВСЮ жизнь.
- ✓ Если сказать полицейскому, что не знал, то ничего не будет.
- ✓ Если просто передать кому-нибудь наркотики, то в этом ничего страшного нет.

***Ситуация 8:*** «в компании друзья мне говорят, что парить вэйпом не вредно, а наоборот это круто и безопасно, так как это пищевые добавки и пар».

### ***Примерные ответы:***

- ✓ Это как ингалятор, поэтому не вредно.
- ✓ Пищевые добавки разрешены в пище, значит они безвредны.
- ✓ Это новая мода, это тренд, который позволяет быть всегда в теме.
- ✓ При нагревании испарителя глицерин и пищевые добавки выделяют канцерогенные вещества, которые развивают раковые болезни.
- ✓ Это не пар!!! Это дисперсная взвесь с ядовитыми веществами и канцерогенами, которые забивают легкие.

## ***Заключительный этап***

### **Аналитическая часть (35 минут)**

Пока эксперты обрабатывают результаты, все группы садятся в общий круг и совместно с главным экспертом (психологом) анализируют игровые ситуации, результаты и ход игры.

Желательно, чтобы в ходе совместного анализа были даны ответы на **вопросы:**

- Какая ситуация вам показалась наиболее сложной?
- Легко ли вам было принимать командное решение?
- Чувствовали вы ответственность за выбранный вариант ответа?
- Удовлетворены ли вы выполненной работой?
- На какие вопросы вам хотелось бы самим найти ответы?
- О каком вопросе вам хотелось бы иметь больше информации?
- Понравилось ли вам быть оператором МСБ?

### **Подведение итогов (10 минут)**

По итогам подсчета баллов, ведущий озвучивает баллы всех дежурных групп МСБ и выделяет три лучшие группы, набравшие наибольшее количество баллов за верные ответы и получивших 0 баллов за неверные ответы. Ведущий обязательно выделяет операторов, давших интересные, качественные советы сверстникам и озвучивает их.

## **2.4. Сотрудничество с родителями в процессе первичной профилактики химических зависимостей.**

За последние два десятилетия в образовательной среде значительно усилился контроль со стороны родителей за качеством оказанной услуги. Поэтому, помимо заключения договора с образовательным учреждением, важно юридически оформить согласие родителей на проведение запланированных мероприятий с их детьми. Это может быть договор об оказании услуг. Подобный документ позволяет дать ясную и четкую структуру взаимодействия сторон. Профилактическая работа по формированию трезвого здорового образа жизни, тем более нуждается в документальном оформлении предстоящего процесса. В опыте работы приходилось сталкиваться с теми родителями, для кого слово «трезвость» является синонимом слову «ненормальность», а сам возможный процесс профилактики употребления алкоголя и табака воспринимался как отождествление их детей с алкоголиками и курильщиками.

Несмотря на то, что большая часть родителей, всецело, поддерживает такую работу, в целях снятия возможных конфликтных ситуаций и взаимному распределению ответственности, оформление договора или соглашения становится необходимым условием организации профилактической деятельности.

*Образец Соглашения*

**СОГЛАШЕНИЕ**

## об участии в проекте

\_\_\_\_\_

(место заключения договора)

\_\_\_\_\_

(дата заключения договора)

Организация \_\_\_\_\_,  
именуемая в дальнейшем «Исполнитель», в лице

\_\_\_\_\_,  
(должность, ФИО)

действующего на основании Устава, и родитель (законный представитель), именуемый в дальнейшем «Заказчик» в лице

\_\_\_\_\_,  
(фамилия, имя, отчество)

действующего в интересах  
несовершеннолетнего \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_,  
(фамилия, имя, отчество, дата рождения)

именуемого в дальнейшем «Учащийся», совместно именуемые Стороны, заключили настоящее Соглашение о нижеследующем:

### **1. Предмет Соглашения**

1.1. Предметом соглашения является участие в мероприятиях по первичной профилактике химических зависимостей и формированию культуры здоровья Учащегося, проводимых в рамках

\_\_\_\_\_.  
(наименование Проекта)

1.2. Создание информационно-просветительских материалов включает в себя, подготовку методического пособия для субъектов, организующих профилактическую деятельность. Частью методического пособия будут мероприятия по первичной профилактике, участниками которых станут Учащиеся.

1.3. Мероприятия по первичной профилактике, участниками которых станут Учащиеся, включают в себя комплекс из четырех занятий: Деловая игра «СМИ. Актуальная точка зрения», интерактивная игра «Молодежная служба безопасности», урок-тренинг по профилактике наркозависимости, классный час.

1.3.1. Урок-тренинг по профилактике наркозависимости является выездным мероприятием и будет проведен на базе \_\_\_\_\_

(учреждение, \_\_\_\_\_ адрес \_\_\_\_\_ проведения)

1.4. Мероприятия по первичной профилактике, участниками которых станут Учащиеся, будут сниматься на фото-, видео-аппаратуру с целью создания пояснительных видеороликов, как приложение к методическому пособию.

## **2. Взаимодействие сторон**

2.1. Исполнитель вправе:

2.1.1. Регулировать вопросы, связанные с датой, местом и временем проведения мероприятий, по согласованию с администрацией образовательного учреждения в котором обучается Учащейся.

2.1.2. Сократить количество запланированных профилактических мероприятий или инициировать дополнительные мероприятия, по согласованию с администрацией образовательного учреждения в котором обучается Учащейся.

2.2. Исполнитель обязуется:

2.2.1. Обеспечить охрану жизни и безопасные условия в период проведения мероприятий.

2.2.2. Способствовать интеллектуальному, личностному развитию Учащегося, укреплению физического психического здоровья, развитию его творческих способностей и интересов.

2.2.3. При оказании услуг, предусмотренных настоящим Соглашением, проявлять уважение к личности Учащегося, обеспечить условия эмоционального благополучия с учетом его индивидуальных особенностей.

2.2.4. Предоставление услуг, предусмотренных пунктами 1.3, 1.5 настоящим Соглашением, оказывать на \_\_\_\_\_ основе.

2.3. Заказчик вправе:

2.3.1. Обращаться за дополнительной информацией, личной консультацией.

2.3.2. Инициировать продолжение проведения профилактических мероприятий с Учащимся.

2.4. Заказчик обязан:

2.4.1. Обеспечить транспортные расходы на Учащегося на выездное мероприятие, предусмотренным пунктом 1.4.настоящего Соглашения.

### **3. Заключительные положения**

3.1. Настоящее соглашение вступает в силу со дня его подписания Сторонами.

3.2. При выполнении условий настоящего Соглашения Стороны руководствуются законодательством Российской Федерации.

### **4. Реквизиты и подписи сторон**

4.1. Организация \_\_\_\_\_  
(наименование)

Руководитель \_\_\_\_\_  
(ФИО)

\_\_\_\_\_  
(м.п.)

4.2. Родитель \_\_\_\_\_  
(ФИО)

\_\_\_\_\_  
(м.п.)

Кроме заключения договора с родителями, на первом родительском собрании необходимо провести диагностику отношения к алкоголю, табаку и наркотикам (АТН) самих родителей и предложить листовки с практическими рекомендациями по воспитанию благополучной, зрелой

ответственной личности, способной противостоять отрицательным влияниям. Родителями необходимо объяснить, если мы хотим, чтобы наши дети не пили, не курили, не травились другими наркотиками, нам самим необходимо вести трезвый здоровый образ жизни.

**Экспресс диагностика** отношения родителей к АТН может быть проведена с помощью простого анонимного анкетирования.

**Алкоголь.** Обведите соответствующее утверждение:

- 1) я вообще не употребляю алкоголь (включая пиво);
- 2) я употребляю алкоголь только по большим праздникам несколько раз в год (эпизодическое употребление);
- 3) я употребляю алкоголь хотя бы один раз в две недели или чаще (регулярное употребление).

**Табак.** Обведите соответствующее утверждение:

- 1) я вообще не употребляю табак ни в каком виде (включая электронные сигареты и др. альтернативные способы употребления табака);
- 2) я курю иногда среди друзей или сотрудников по работе;
- 3) я курю ежедневно (сколько сигарет в день, как долго, сколько денег и времени тратите на сигареты ежедневно, в неделю, в месяц, в год).

**Наркотики.** Обведите соответствующее утверждение:

- 1) я пробовал наркотики;
- 2) я употребляю их иногда;
- 3) я употребляю их регулярно.

Для более расширенного анализа целесообразно дополнить анкету вопросами на выявление уровня запрограммированности сознания человека на употребление алкоголя, табака, наркотиков и установок на трезвый здоровый образ жизни. (Анкету можно найти на сайте <http://euraz.org/>)

### **Рекомендации родителям**

Вашему вниманию предлагаются рекомендации для родителей, педагогов, следование которым, помогает воспитать зрелую ответственную личность. Рекомендации разработаны Е.И. Николаевой – доктором биологических наук, профессором

кафедры психофизиологии ребенка РГПУ им. А.И. Герцена, экспертом проекта «Информационно-методического центра по первичной профилактике курения, алкоголизма и наркомании и формированию трезвого здорового образа жизни».

Лучшим способом профилактики наркомании подростков является воспитание зрелой ответственной личности. Однако, на этом пути родители и воспитатели встречаются с большим количеством вопросов. Здесь будут перечислены те рекомендации, которые отражают наиболее часто встречающиеся ошибки в воспитании подростков.

1. ***Научитесь слушать и слушать вашего подростка.*** Не ловить в его высказываниях только то, что нравится вам и не отбрасывать все, что вам лично кажется глупостью. Нужно сесть рядом с ним и взглядеться в него, вслушаться в слова того, кто совсем недавно был так прост и понятен. Если сын или дочь выскажут удивление, начните разговор с рассказа о тех проблемах, которые так трудно было вам разрешить в этом возрасте: чего вы боялись, чем мучились, что вас тревожило. Встретив ответную реакцию (даже такую: *«Да все не так, сейчас другое время»*), не критикуйте, не анализируйте, а просто слушайте. Примите его таким, какой он есть, а не таким, каким, как вам кажется, он должен быть. Делайте это регулярно. Молчите, слушайте. Принимайте.

Если то, что говорит ваш ребенок, покажется вам ненужным, неинтересным и мелким, то скажите так: *«Мне трудно согласиться с тобой, но я понимаю, что тебе тяжело. Я постараюсь пройти это вместе с тобой»*. Таким образом, вы можете не соглашаться с оценкой Вашим ребенком ситуации, но вы обязаны принять его эмоции и понять его искания. Как часто взрослые говорят друг другу и детям: *«Это ерунда. Все скоро пройдет, и ты об этом забудешь»*. Вполне возможно, что все и пройдет, и забудется. Но сейчас самому близкому вам человеку нужна ваша поддержка, а не критика.

Вы можете даже предложить свои варианты выхода из ситуации, но только после того, как вы сказали: *«Я вижу, что тебе тяжело»*. Ваши предложения могут быть лишь предложениями, но никак не директивами.

Только нельзя лгать. Мы предлагаем заглянуть в глаза вашему ребенку, услышать, что он говорит, посочувствовать в его

переживаниях. Совсем не обязательно говорить все, что вы думаете.

**2. Будьте последовательны в своих требованиях.** Неопределенность поведения родителей, наказывающих сегодня за то, что вчера не замечалось или даже поощрялось, ведет к невротизации, неуверенности в своем поведении и в конечном итоге, к низкой самооценке подростка.

Еще опаснее ситуация, когда один родитель требует от ребенка одно, а другой – другое. Ребенок быстро находит воспитательную брешь и манипулирует родителями, чтобы добиться желаемого. Он делает это неосознанно, однако чрезвычайно искусно. В результате родители постоянно находятся на грани скандала, тогда как ребенок извлекает свои выгоды из положения, когда мама позволяет ему нечто, чтобы обидеть папу, а папа – чтобы уязвить маму. К сожалению, «в дураках» оказываются все. Рассорившиеся родители обвиняют друг друга в неумении воспитывать, а специфически воспитанный ребенок использует для достижения своих мелких корыстных целей.

Даже если у родителей разные взгляды на воспитание ребенка, постарайтесь развести меры воздействия на ребенка. Он должен знать, что родители всегда будут поддерживать друг друга, когда один из них предъявляет те или иные требования.

**3. Постарайтесь избежать сарказма в общении с ребенком любого возраста.** Сарказм – якобы положительное высказывание о человеке, сопровождающееся язвительной или уничижающей интонацией или жестом. Например: «Ну, ты и хорош!», – сказанное при виде растрепанного несчастного мальчишки с интонацией, не предвещающей ничего доброго. Дети еще с трудом распознают такого рода выражения, но испытывают тревогу и неуверенность в себе и своих поступках не только в семье, но и в других обстоятельствах. Говорите с ребенком прямо и открыто.

**4. Не пользуйтесь оценочными суждениями.** Родители для ребенка являются самыми значимыми личностями. Именно поэтому оценки, которые так часто даются направо и налево, больно ранят детей и, особенно, подростков. Оценками являются замечания типа: «Достался нам лентяй! Ты же безмозглый идиот!». Не рекомендуется в словах запечатлевать то, что является сиюминутным нашим отношением к близкому. Люди так часто высказывают эти негативные переживания, тогда как просто

забывают сказать добрые слова: *«Какой (ая) ты у нас умница!»* или что-то подобное, хотя чаще всего думают о ребенке хорошо. Будучи не озвучено, это положительное мнение не является фактом осознания ребенка. Поэтому он и воспринимает себя «безмозглым идиотом», а позднее и начинает вести себя в соответствии с этой оценкой.

При волнении не бойтесь говорить о своих чувствах. Это не оскорбляет, наоборот, люди начинают слышать друг друга. Вместо того чтобы сказать: *«Ты – такой-то»*, – говорите: *«Мне так больно, что это произошло»* или *«Я чувствую, что не могу ничего поделать, я не могу с тобой договориться, помоги мне»*. Один из главных моментов воспитания: родители обучают ребенка слушать себя, а потом и других людей. Это умение - воспринимать других людей, а не проходить мимо них, как мимо неживых объектов – одно из полезнейших качеств общезнания.

**5. Не стремитесь выглядеть перед ребенком всегда справедливым и правым.** Вообще не старайтесь выглядеть как-то. Будьте с ним тем, кто Вы есть. Ваша искренность поможет ему стать самостоятельным, ответственным, сильным, успешно преодолевать трудности.

Если вам кажется, что вы попали впросак, то рассмейтесь и воспользуйтесь юмором, а не пытайтесь скрыть это. Таким образом, вы научите Вашего ребенка не бояться себя, своей индивидуальности, своих ошибок. Обучите его исправлять их, а не скрывать, не лгать. Ваше открытое поведение будет лучшим примером. Вы накричали на него, когда он ошибся – сразу же скажите ему, что вы сделали это неправильно. Объясните, что кричать в таких случаях бесполезно, но вы сделали это, потому что очень переживаете за него. Затем начните спокойное обсуждение того, что можно сделать. Если он получил двойку – надо учить заново, испортил чужую вещь – будет чинить или покупать, но деньги вы возьмете из предназначенных на какие-то его расходы. Главное, что само наказание происходит без оценки его личности, но с вашей безусловной поддержкой и стремлением ему помочь. Надо исправлять то, что сделано неверно, а не разбрасываться оценочными суждениями, чтобы облегчить себе душу, унизив другого, и тем самым как бы говорить себе: *«Зато я – лучше»*.

**6. Как можно раньше учите ребенка слышать Вас.** Ответственность начинается с того, что слова родителей не

являются пустым звуком. Как часто родители много раз твердят ребенку одно и то же, пока не возьмутся за ремень или не применят какой-то другой жесткий метод демонстрации собственной значимости.

Сделав указание, ждите, находясь рядом с ребенком, чтобы он выполнил Ваше требование (лучше молча). Гораздо хуже бывает, когда родитель дает задание и уходит. Войдя через некоторое время в комнату подростка, он видит, что все остается по-прежнему, а потому заново дает задание и вновь уходит. Так может продолжаться бесконечно, пока родитель, наконец, не взорвется и не начнет скандал. Ребенок быстро делает, что заставляют. Так, несдержанностью родитель сам обучает сына или дочь реагировать только на крик и грубость.

Успешное поведение родителя предполагает другую последовательность действий. Родитель дает задание и начинает его выполнять вместе с ребенком. Каждый раз доля родительского участия может уменьшаться. Регулярным остается только непосредственное следование словам взрослого. Если удастся выработать такое поведение в детстве, оно безболезненно будет возникать и у подростка. В противном случае «не слышание» родителя может усилиться. Но и здесь, правда, с большими нервными перегрузками, положение можно исправить. Надо только, не повторяясь, поскольку уже все сказано, настойчиво добиваться своего.

Примером обучения ребенка «слышанию» может быть такая ситуация. Почти в каждой семье в какой-то период времени встает вопрос о том, что вечером ребенок должен сам убирать за собой игрушки и разбросанные вещи. Можно начинать это так. Мама говорит ребенку: *«Нужно убрать все за собой»*. Она начинает помогать ему в этом. Однако каждый раз ее вклад становится все меньше, а усилия ребенка все больше и больше. Если уже подросший ребенок капризничает, то мама может не говорить ему много раз об этом. Она может уложить его, а когда он уснет, собрать игрушки сама и спрятать куда-нибудь. Утром ребенок узнает, что неубранные игрушки исчезли. Например, их унес домовой, который не любит беспорядок. Игрушки могут вернуться, если ребенок меняет поведение.

**7. Учитывайте, что дети не чувствительны к отрицанию.** Многие дети как бы не слышат частицы «не».

Поэтому принципиально ошибочна фраза: «*Не переходите дорогу в неположенном месте*». Что такое «неположенное» место ребенку еще надо проверить, обойдя эти неположенные места. Лучше сказать: «*Через улицу идут по переходу*», что предполагает отсутствие каких-то альтернативных вариантов у ребенка. Это же относится и к курению, наркотикам и алкоголю. Вряд ли полезно говорить в лоб, что не следует курить, пить, употреблять наркотики. Стоит предложить ребенку позитивные способы использования своего времени. Научите его увлекаться тем, чем увлекаетесь Вы, развивайте его способности в кружках и дополнительных школах (спортивных, музыкальных, художественных). Рассказывайте и обсуждайте с ним тех людей, которые нравятся Вам и ему, их привычки, времяпрепровождение, акцентируйте моменты поведения, способствующие раскрытию личности, ее росту, возможности достигнуть в жизни уровня, при котором человек будет чувствовать себя уважаемым и уважать себя сам.

**8. Не требуйте от ребёнка того, что не выполняете сами.** Если вы сами курите, то не говорите ему о вреде курения. Лучше, если Вы просто бросите курить. А если не можете – скажите, почему, как трудно Вам теперь бороться с застарелой привычкой. Доверьтесь ребенку. Если Вы будете требовать от него того, что не делаете сами, Ваши слова обесценятся. Ребенок тоже будет говорить то, что говорите Вы, но и делать также будет то, что делаете Вы.

Чем более открытыми, ответственными и зрелыми будут воспитатели, тем меньше вероятности, что у них вырастет зависимый ребенок.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

**Актуальность** нашего исследования и написания данного методического пособия вызвана низким уровнем взаимодействия НКО и образовательных учреждений в сфере пропаганды трезвого здорового образа жизни. Зачастую со стороны НКО это

продиктовано незнанием правильных путей по налаживанию взаимоотношений с учреждениями системы образования, а со стороны образовательных учреждений недоверием к деятельности общественных организаций. А вместе с тем именно общественные организации накопили уникальный опыт по проведению первичной профилактики и выработали эффективные методы работы по профилактике аддиктивного поведения.

**Основная цель нашего опытно-экспериментального исследования** – разработать конкретные интерактивные формы трезвенной работы с подростками – достигнута. **Основная цель данного пособия** – оказать методическую помощь добровольцам в организации трезвенной деятельности в образовательной среде среди учащихся подросткового и юношеского возраста.

Проведенное исследование показало, что из четырех мероприятий наиболее интересны для детей были те, где участниками психолого-педагогического процесса были добровольцы, новые интересные люди. Мотивация на поиск решения возникала при знакомстве реальной ситуации, а не абстрактного образа. Наиболее познавательными стали мероприятия, где детям необходимо подготовить материал на заданную тему, размышлять, анализировать, делать вывод, как бы «пронести через себя».

**Основным результатом** мы считаем положительный отклик детей на проведенный профилактический курс и изменение отношения к трезвому образу жизни. Перед началом исследования из 21 человека лишь один (4,7%) планирует сохранить трезвость на всю оставшуюся жизнь, 2 человека (9,5%) еще не определились, сомневались, а 18 человек (85,7%) вообще не планировали вести абсолютно трезвый образ жизни, т.е. полностью отказаться от употребления алкоголя. По окончании профилактического курса 5 человек (23, 7 %) сказали, что для них трезвость – сознательный выбор на всю жизнь, таким образом еще четыре человека (18,8%) выбрали путь трезвости.

Понимая насколько долго формировались установки «культуры опитейства», рано говорить, что этим детям удастся прожить жизнь в абсолютной трезвости. Работу необходимо продолжать, чтобы подкреплять мотивацию в пользу выбора трезвого здорового образа жизни. При решении поставленных задач со стороны администрации образовательного учреждения

было оказано содействие, и сложностей при реализации комплекса мероприятий не возникало.

Можно выделить **ряд факторов**, которые следует учитывать добровольцам при дальнейшем планировании профилактической работы.

Во-первых, при организации выездных мероприятий необходимо закладывать двухнедельный срок, для подачи и рассмотрения заявки на выезд организованной группы в муниципальный отдел образования. При этом следует ознакомиться со всеми утвержденными требованиями по выезду организованной группы детей. В случае с нашим проектом, произошел форс-мажор связанный с дорожной ситуацией, были перекрыты дороги, в связи с проведением репетиции большого мероприятия. Поэтому при планировании образовательного курса необходимо согласовать время визита не только с принимающей стороной и образовательным учреждением, где учатся дети, но и учесть проведение возможных массовых муниципальных мероприятий в день выезда.

Во-вторых, загруженность школьной программы, только учебными часами, составляет достаточно большой объем, поэтому важно мероприятие спланировать так, чтобы дополнительная нагрузка не стала тяжелой ношей для учащихся.

В-третьих, большинство детей, особенно старших классов посещают факультативные часы или репетиторов, дети среднего звена активно ходят в учреждения дополнительного образования. Для недопущения разногласий и недовольств со стороны родителей, педагогов, детей, стоит заранее оговаривать день мероприятия, для корректировки намеченных планов. Оптимальный вариант «обойти все острые углы» - провести родительское собрание и подписать соглашение или составить договор.

В-четвертых, при планировании мероприятий стоит отталкиваться от существующего учебного плана и плана воспитательной работы на год. Следует учитывать время школьных каникул, экзаменов, олимпиад, проектов, соревнований и пр.

В-пятых, в условиях современной системы образования общеклассную профилактическую деятельность можно

интегрировать в учебные дисциплины и проводить занятия во время классных часов.

Наконец, работу с отдельными группами лучше проводить через факультативные часы или систему дополнительного образования. На базе образовательных организаций и учреждений создаются кружки, различные общества – та самая ниша, которую следует занимать представителям НКО. Добровольческое движение за трезвый здоровый образ жизни это – оптимальный вариант такой деятельности.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Авдеева Н. Н., Акимова М. К., Воликова С. В., и др. Проблема сиротства в современной России: психологический аспект. - М.: Изд-во ИП РАН, 2015.

2. Александрова А. А., Александрова В. Ю. Курение и его профилактика в школе. Москва: Издательство «Медиа сфера», 1996. – 96 с.
3. Аршинова В. В. Системная профилактика зависимого поведения: Монография.- М.: ООО «Издательский сервис», 2012.- 432 с.
4. Бачинин И. В. Трезвенное просвещение//Основы трезвенного просвещения. Сборник материалов I-II сессий Научно-практического семинара по разработке теории трезвенного просвещения. – Екатеринбург, 2011. – С.31-38.
5. Гоголева А. В. Аддиктивное поведение и его профилактика. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2002.
6. Гринченко Н. А. Трезвый образ жизни: курс лекций. Ч.2. Методика трезвенной работы. - Елец: Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2011- 263 с.
7. Иванюков М. И., Алексеев В. С. Основы безопасности жизнедеятельности//<http://www.studfiles.ru/preview/1712375/> page:4/ (Дата обращения: 17. 06. 2017).
8. Инфографика: количество трезвых сёл в Якутии увеличилось до 145//[https://gosalcogol.sakha.gov.ru/news/front/view/id/2776246\\_](https://gosalcogol.sakha.gov.ru/news/front/view/id/2776246_)(Дата обращения: 15.06.2017).
9. Концепция государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкоголем и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2009 г. №2128-р //[http://fsrar.ru/policy\\_of\\_sobriety/konceptcia](http://fsrar.ru/policy_of_sobriety/konceptcia) (Дата обращения: 17.06.2017).
10. Курение в России: мониторинг//<http://demoscope.ru/weekly/2017/0731/opros04.php> (Дата обращения: 15.06.2017).
11. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности. Тексты. -М., 1982.
12. Меренкова В. С., Николаева Е. И. Влияние анамнеза матери на здоровье детей первого и второго года жизни // Психология образования в поликультурном пространстве. - 2010. - Т. 3. № 3. - С. 53-60.
13. Николаева Е. И. Специфика профилактической работы в отношении зависимого поведения в дошкольном возрасте.
14. Николаева Е. И. Социальные, психологические и психофизиологические механизмы аддиктивного поведения: Учеб. пособие к курсу «Девиантное поведение». 2-е изд. / Новосиб. гос. ун-т. Новосибирск, 2002.) .

15. Николаева Е. И. Разные подходы к пониманию модели психического. В сб.: Современные проблемы психологии и психофизиологии ребенка. Сборник материалов научно-практического семинара. 2012. - С. 24-35.
16. Николаева Е. И. Воспитание толерантности. Психологическое сопровождение обучения в школе. Изд.2-е. М.:ООО Мой учебник, 2007. 272с.
17. Николаева Е. И. Я в мире других. Книга для размышления. Изд.2-е. - М.:ООО, Мой учебник, 2007.
18. Нгуен М. А. Психологические предпосылки возникновения эмоционального интеллекта в старшем дошкольном возрасте // Культурно-историческая психология. - 2007. - №3. - С. 46-51.
19. Отева Э. А., Николаева Е. И., Николаева А. А., Сартакова В. Н., Парм Ю. Н. Оценка состояния здоровья беременных в новосибирском научном центре: соматические и психологические аспекты // Акушерство и гинекология. - 1994. - № 3. - С. 25-27.
20. Потребление алкоголя в малых дозах вредит головному мозгу // <http://tvereza.info/sobriety/article.php?id=2017-06-moderate-alcohol-consumption&lang=ru> (Дата обращения: 18. 06. 2017 ).
21. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами (Сборник методических материалов по проблеме профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних и молодёжи). – М.: АКАДЕМИА, 2001.-184 с.
22. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб: Питер, 2012.
23. Реестр примерных основных общеобразовательных программ// [www.fgosreestr.ru](http://www.fgosreestr.ru) (Дата обращения: 15.06.2017).
24. Рейтинг трезвости регионов – 2016//[http://www.oprf.ru/files/1\\_2016dok/rejting\\_trezvosti23112016\\_1.pdf](http://www.oprf.ru/files/1_2016dok/rejting_trezvosti23112016_1.pdf) (Дата обращения: 15.06.2017).
25. Родители жалуются в ОП РФ на проблемы с гигиеной, наркотики и курение в детских лагерях//<http://tass.ru/obschestvo/3476820> (Дата обращения: 19. 06. 2017).
26. Романов И. В. Особенности половой идентичности подростков// Вопросы психологии. -1997. - №4. – С. 42.
27. Российская молодёжь стала больше пить// (<https://rg.ru/2012/03/11/alkogolism-site.html>\_\_\_\_\_(Дата обращения: 15.06.2017).
28. Статистика курения в России//(<http://ne-kurim.ru/articles/stat/statistika-kureniya-v-rossii/>) (Дата обращения: 15. 06. 2017 г.).

29. Хьелл Л. А., Зиглер Д. Д. Теория личности – СПб.: Питер, 2000. – 608 с.: ил. - (Серия «Мастера психологии»).
29. Школы получают оценку за профилактику наркомании//[http://www.narkotiki.ru/5\\_87234.htm](http://www.narkotiki.ru/5_87234.htm) (Дата обращения: 15.06.2017 г.).
30. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: Пер. с англ.\общ. ред. и предисл. Толстых А. В. – М.: Издательская группа «Прогресс», 1996. – 344с.
31. Gunnar M. R., Quevedo K. The Neurobiology of Stress and Development // Annu. Rev. Psychol. - 2007. - V. 58. - P. 145–173.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1.**  
**НОРМАТИВНАЯ ПРАВОВАЯ БАЗА**  
**ПРОФИЛАКТИКИ ХИМИЧЕСКИХ**

## **ЗАВИСИМОСТЕЙ.**

- Конституция РФ. Федеральный закон "Об общественных объединениях" от 19.05.1995 N 82-ФЗ
- Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 г. № 761).
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (Указ президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537).
- Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690).
- Концепция реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2009 г. № 2128-р).
- Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010-2015 годы (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 23 сентября 2010 г. № 1563-р).
- Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 сентября 2011 г. № МД-1197/06).
- Федеральный закон от 08 января 1998 г. № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах».
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 7 июня 2013 г. № 120-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам профилактики немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ».

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15 октября 2012 г. № 1916-р «План первоочередных мероприятий до 2014 года по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы». (глава V. «Создание системы защиты и обеспечения прав и интересов детей и дружественного к ребёнку правосудия»).
- Федеральный закон «О рекламе» от 13.03.2006 № 38-ФЗ (действующая редакция от 08.03.2015).
- Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ (ред. от 29.06.2015) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
- Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 13.07.2015) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015).
- Федеральный закон от 7 июня 2013 г. № 120-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам профилактики немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ».

## **ПРИЛОЖЕНИЕ 2.**

### **СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.**

1. Безруких М. М. Все цвета, кроме черного»: организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников: пособие для педагогов /Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А. – М.: Вентана-Граф, 2014. – 64 с.
2. Безруких М. М. Все цвета кроме черного»: 5-6 классы: пособие для педагогов и родителей/ Безруких М. М., Макеева А. Г., Филиппова Т. А. – М.: Вентана-Граф, 2015. - 62 с.
3. Безруких М. М. Все цвета, кроме черного: программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни: 2-6 классы/ М. М. Безруких, Т. А. Филиппова. – М.: Вентана- Граф, 2016. – 48 с.
4. Безруких М. М. Все цвета, кроме черного: книга для родителей / М. М. Безруких, А. Г. Макеева, Т. А, Филиппова. – М.: Вентана-Граф, 2014. – 32 с.
5. Основа здоровья нации – трезвое мировоззрение: обучающая программа по здоровьесбережению и навыкам здорового образа

- жизни / Е. В. Богословская, Т. С. Дымшакова, А. А. Зверев и др. – Тюмень : ТюмГНГУ, 2011. – 192 с.
6. Гринченко Н. А. Уроки нравственности и здоровья (Идеи для классного часа). - Елец: ЕГУ им. И. А. Бунина, 2014.- 86 с.
  7. Загумённый В. А. Уроки Трезвости: учебное пособие для учащихся, родителей и учителей / В. А. Загумённый ; отв. ред. Р. В. Распопов. – 2-е изд. перераб. и доп. – Тюмень: Трезвая Тюмень, 2016. – 142 с.
  8. Трезвый образ жизни: пособие для классных руководителей и учителей предмета «Основы здоровья», преподающих в 8-9-х классах//Отв. Ред. С. В. Козуля. – Симферополь.-2012.-72 с. (в соавторстве). Рекомендовано коллегией Министерства образования и науки, молодежи и спорта АРК для использования в общеобразовательных учебных заведениях.
  9. Маюров А. Н., Маюров Я. А., Какунина Е. А., Дружинина Н. В., Мосеева О. Н., Волкова Е. Ю. Учебно-методический комплекс «Уроки культуры здоровья» в 11 книгах для всех классов общеобразовательных школ // Уроки по культуре здоровья//<http://otsar.ru/need/books/704-kultzdrav>.
  10. Огородникова И. П. С Трезвостью по дороге добра : учебно-методическое пособие для преподавателей уроков Трезвости / ред. Р. В. Распопов. – 2-е изд. перераб. и доп. – Тюмень: Трезвая Тюмень, 2016. – 142 с.
  11. Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов! 5-9 классы/ авт.-сост. Н. И. Цыганкова, О. В. Эрлих – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2015. – 120 с.

### **ПРИЛОЖЕНИЕ 3.**

### **АНКЕТА «ОТНОШЕНИЕ К АЛКОГОЛЮ, ТАБАКУ**

## **И НАРКОТИКАМ» (ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА).**

**ФИО, возраст.**

**1. Пробовал (а) ли ты когда-нибудь:**

- а) алкоголь;
- б) сигареты;
- в) наркотики;
- г) другое (укажи).

**2. В каком возрасте была первая проба?**

**3. Употребляешь ли сейчас?**

- а) да;
- б) нет.

**4. Если да, то что?**

**5. Если да, то, как часто?**

**6. По твоему мнению, достаточно ли ты знаешь о вреде веществ, вызывающих зависимость?**

- а) мне хватает;
- б) нет;
- в) ничего не знаю.

**7. Если да, то из каких источников?**

- а) TV;
- б) газеты, журналы;
- в) интернет;
- г) родители;
- д) друзья;
- е) другой источник (укажи).

**8. Я планирую в течение всей жизни сохранить трезвость (т.е. полностью отказаться от употребления алкоголя):**

- а) да;
- б) нет;
- в) еще не определился.

**СПАСИБО ЗА РАБОТУ!**

**ПРИЛОЖЕНИЕ 4.  
АНКЕТА**

# «ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ОПРОС ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ПРОВЕДЕННЫМ МЕРОПРИЯТИЯМ».

**Ф.И.О., возраст.**

**1. Став участником экспериментального цикла профилактических занятий, я новую получил информацию:**

- а) о трезвом здоровом образе жизни;
- б) о вреде курения, алкоголя, наркотиков;
- в) о формировании химической зависимости;
- г) о возможностях самореализации;
- д) свой вариант ответа.

**2. Для меня трезвость:**

- а) естественное состояние;
- б) возможность быть счастливым;
- в) сознательный выбор на всю жизнь;
- г) крайность, которой следовать не обязательно.

**3. Я считаю, что подросток, употребляющий психотропные и наркотические вещества, это человек:**

- а) зависимый от мнения окружающих;
- б) запрограммированный на употребление психотропных и наркотических ядов;
- в) обладающий вредной привычкой, перерастающей в зависимость;
- г) кому нечего делать.

**4. Считаешь ли ты для себя возможным участие в добровольческой деятельности за трезвый здоровый образ жизни?**

- а) да, это необходимо;
- б) я еще не решил;
- в) мне это безразлично;
- г) свой вариант ответа.

**5. По вашему мнению, важно проводить в школе мероприятия за трезвый здоровый образ жизни?**

- а) да;
- б) нет.

**6. Распредели места мероприятиям от 1 до 4, где 1 место соответствует мероприятию, в котором тебе было интересней всего участвовать.**

- а) Классный час
- б) Семинар-тренинг
- в) Деловая игра
- г) Сюжетно-ролевая игра
- д) Меня не заинтересовало ни одно мероприятие

**7. Распредели места мероприятиям от 1 до 4, где 1 место соответствует мероприятию, на котором ты получил больше всего полезной для тебя информации.**

- а) классный час;
- б) семинар-тренинг;
- в) деловая игра;
- г) сюжетно-ролевая игра.

**СПАСИБО ЗА РАБОТУ!**

## РЕЦЕНЗИЯ

на учебно-методическое пособие для специалистов НКО  
«Формирование трезвого здорового образа жизни в  
образовательной среде»  
педагога-психолога, руководителя проекта «Информационно-  
методический центр по первичной профилактике курения,  
алкоголизма и наркомании и формированию трезвого здорового  
образа жизни»  
А.В. Корниенко

Учебно-методическое пособие «Формирование трезвого здорового образа жизни в образовательной среде» подготовлено для специалистов некоммерческих общественных организаций.

Цель пособия – оказать методическую помощь добровольцам в организации трезвенной деятельности в образовательной среде среди учащихся подросткового и юношеского возраста.

Пособие базируется на серьёзном психолого-педагогическом практико-ориентированном исследовании автора. Оно состоит из предисловия, двух частей, списка литературы и приложений.

Согласно предисловию, пособие является частью УМК, в состав которого, кроме данного пособия, также входят: электронное приложение – DVD-диск с учебно-методическими материалами «Интерактивные формы работы с подростками по профилактике зависимого поведения и формированию трезвого здорового образа жизни в образовательной среде» и Интернет-поддержка на сайте.

Первая теоретическая часть пособия раскрывает такие аспекты, как актуальность исследования, основные понятия первичной профилактики, взаимодействие НКО и образовательных организаций, особенности профилактической работы с подростками, гендерный подход к профилактике химических зависимостей, роль семьи, эффективные методы и формы трезвенного воспитания в образовательной среде.

Во второй практической части рассказывается об опыте проведения краткого цикла профилактических занятий с подростками на базе одной из школ города Краснознаменска Московской области. Основным принципом взаимодействия с подростками выбрана интерактивность. Автором разработаны и

апробированы: 1) Деловая игра «СМИ. Актуальная точка зрения»; 2) Сюжетно-ролевая игра «Молодежная служба безопасности» и некоторые другие мероприятия, полные сценарии которых входят в содержание второй части.

Особое внимание уделено работе с родителями, для них проводится отдельное родительское собрание, разработан бланк Соглашения о проведении таких занятий, что необходимо для установления доверительных отношений с родителями и придания легитимности деятельности специалистов НКО.

Согласно принципу диагностичности, автор проводит предварительный опрос подростков об их отношении к алкоголю, табаку и наркотикам и заключительный опрос об эффективности проведённых мероприятий. Промежуточная обратная связь реализуется в ходе самих мероприятий.

В заключении автор подводит итоги опытно-экспериментальной работы и даёт рекомендации специалистам НКО по эффективному проведению профилактической работы с подростками. Список литературы включает 32 источника, из них 1 на иностранном языке.

В приложениях даны: список документов по нормативному правовому обеспечению профилактики химических зависимостей в образовательной среде; приводится список рекомендованной учебно-методической литературы для специалистов, бланки 2 анкет по первичной и заключительной диагностике.

Учебно-методическое пособие «Формирование трезвого здорового образа жизни в образовательной среде» актуально, интересно, имеет ясную структуру, написано доступным языком, что позволяет рекомендовать его к публикации.

*Кандидат педагогических наук,  
профессор кафедры романо-германских языков  
и перевода Елецкого государственного  
университета им. И.А. Бунина,  
профессор Международной академии трезвости  
Н. А. Гринченко*

## РЕЦЕНЗИЯ

на учебно-методическое пособие для специалистов НКО  
«Формирование трезвого здорового образа жизни  
в образовательной среде»

педагогу-психологу, руководителю проекта «Информационно-методический центр по первичной профилактике курения, алкоголизма и наркомании и формированию трезвого здорового образа жизни»  
А. В. Корниенко

Учебно-методическое пособие «Формирование трезвого здорового образа жизни» адресовано специалистам некоммерческих общественных организаций, занимающихся общественной деятельностью в сфере здоровьесберегающих технологий, в том числе, пособие будет интересно и специалистам государственных учреждений системы образования.

**Цель** данного пособия – оказать методическую помощь добровольцам в организации трезвенной деятельности в образовательной среде среди учащихся подросткового и юношеского возраста.

Учебно-методическое пособие является частью учебно-методического комплекса, в состав которого входят, помимо учебно-методического пособия, электронное приложение – DVD-диск с учебно-методическими материалами «Интерактивные формы работы с подростками по профилактике зависимого поведения и формированию трезвого здорового образа жизни в образовательной среде» и Интернет-поддержка на сайте: <http://euraz.org/>.

Пособие основывается на серьезном исследовании теоретических материалов по теме зависимого поведения, здоровьесохраняющих технологий, статистических данных и собственной опытно-экспериментальной работе.

В теоретической части пособия автор раскрывает актуальность темы, дает важные характеристики подросткового возраста, играющие значимую роль в формировании аддиктивного поведения, и особенности психолого-педагогической работы в сфере первичной профилактики химических зависимостей среди подростков. Автор подчеркивает значимость развития

эмоционального интеллекта, волевых качеств ребенка в дошкольном возрасте, развитие которых позволяет добиться положительного результата и сформировать устойчивость человека к причинам, порождающим аддикции, где основным объектом профилактики являются родители.

В пособие включена актуальная информация для НКО по алгоритму взаимодействия с образовательными учреждениями, нормативно-правовая база, регулирующую профилактическую деятельность, Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС), примерные основные образовательные программы, на которые должны опираться общественные организации при разработке программ для образовательных учреждений и организации уроков культуры здоровья и трезвости.

Автор дал возможность не только ознакомиться с теоретическими выкладками, опытом работы, но и предоставил практический материал: сценарии мероприятий с использованием интерактивных форм работы с подростками – деловая игра «СМИ. Актуальная точка зрения», сюжетно-ролевая игра «Молодежная служба безопасности»; образец соглашения с родителями и даны рекомендации для родителей; диагностический материал в виде первичной и заключительной анкеты.

Учебно-методическое пособие «Формирование трезвого здорового образа жизни в образовательной среде» имеет ясную четкую структуру, актуальный научно-обоснованный материал, написано интересным доступным языком, носит важный практический характер, что позволяет рекомендовать его к публикации.

*Доктор биологических наук,  
профессор кафедры психофизиологии ребенка  
Российского государственного педагогического  
Университета им. А.И. Герцена  
**Е. И. Николаева***

**Региональная общественная организация  
по пропаганде здорового образа жизни  
«Союз борьбы за народную трезвость»**  
Информационно-методический центр

А. В. Корниенко

**ФОРМИРОВАНИЕ  
ТРЕЗВОГО ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ**

Учебно-методическое пособие  
для специалистов НКО

Книга печатается в авторской редакции.

При реализации проекта используются средства государственной поддержки, выделенные в качестве гранта в соответствии с Распоряжением Президента Российской Федерации от 05.04.2016 №68-рп и на основании конкурса, проведённого Общероссийской общественной организацией «Лига здоровья нации».

---

Компьютерная вёрстка – Стебленко О. С.  
Технический редактор Журавлёв Д. Ю.  
Подписано в печать 10.07.2017. Формат 60x84/16.  
Печ. л. 6,5. Тираж 100 экз.  
Отпечатано в типографии РА «Википринт»  
115487, г. Москва, ул. Нагатинская, д. 28, корп. 2.