

**П Р О Г Р А М М А**  
**«СДЕЛАЙ СВОЙ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР»**

## I. СОДЕРЖАНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Среди многих проблем, стоящих сегодня перед российским обществом, на одно из первых мест выходит проблема наркомании как глобальная угроза здоровью населения нашего государства, экономике страны, правопорядку и национальной безопасности. Масштабы и темпы распространения наркомании в стране таковы, что ставят под вопрос физическое и моральное здоровье молодёжи и будущее значительной её части.

Молодое поколение России переживает кризисную социально-психологическую ситуацию. Разрушены прежние устаревшие стереотипы поведения, нормативные и ценностные ориентации. Выбор новых происходит хаотично, бессистемно и лавинообразно. Молодёжь утрачивает ощущение смысла происходящего и не имеет определённых жизненных навыков, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый и эффективный жизненный стиль.

Из-за постоянных перемен, происходящих в окружающем мире невозможно создать постоянно-действующую концептуальную модель профилактики наркомании и токсикомании. Однако очевидным является тот факт, что современная модель профилактики наркомании должна строиться на понимании того факта, что подрастающее поколение не приспособлено к современным условиям постоянно меняющейся стрессогенной, социальной действительности, что взрослые люди, не имея определенных знаний и навыков, не в состоянии обучить детей тем поведенческим моделям, которые понадобятся в жизни. Поэтому населением часто выбираются саморазрушающие пути совладания со стрессом — употребление алкоголя, наркотиков, других психоактивных веществ. В связи с этим наиболее эффективным путем профилактики является путь формирования стрессоустойчивого жизненного стиля.

Во многих образовательных учреждениях Челябинской области, несмотря на предпринимаемые усилия со стороны их руководства, начинающего вести антинаркотическую пропаганду, наркомания принимает все более открытую форму. Например, в некоторых школах отмечены факты массовой продажи наркотиков по сверхзаниженным ценам, с очевидной целью обеспечить привыкание к наркотикам как можно большего числа учеников. Естественно, что впоследствии цена резко повышается. Таким образом, начинается процесс деградации значительной части тех, кто мог бы составить новую образованную и квалифицированную элиту государства, в которой оно действительно крайне нуждается на этапе перехода к рыночной экономике. Ведь подавляющее число хронических наркоманов не доживает до 30 лет.

Профессиональные группы лиц, работающие с молодёжью: учителя, школьные психологи, сотрудники милиции и т.д. также нуждаются в выработке совершенно нового подхода в превентивной деятельности с указанной категорией. Для того, чтобы обучить их новым формам поведения,

сформировать стрессоустойчивую личность, способную самостоятельно, эффективно и ответственно строить свою жизнь, требуется:

*во-первых*, самим обладать необходимыми для этого качествами и демонстрировать их в процессе профессионального взаимодействия с подростками;

*во-вторых*, обладать знаниями, умениями и навыками обучения способности эффективно преодолевать жизненные проблемы, развивать стереотипы здорового поведения.

Все эти экстремальные, в социально-психологическом смысле, условия приводят к необходимости разработки нового, специфического для данной конкретной ситуации, подхода к профилактике употребления наркотических средств и психоактивных веществ, одним из которых является разработка и внедрение концептуально обоснованных профилактических программ нового поколения.

## **II. ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

В соответствии с государственной политикой по контролю за оборотом наркотиков, Программа нацелена на комплексную профилактику злоупотреблений молодёжью наркотических и психоактивных веществ, формирование здорового образа жизни, как одной из форм самозащиты от наркотического давления социальной среды.

## **III. ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

Формирование здорового образа жизни, исключающего употребление наркотических и других психоактивных веществ.

Развитие и совершенствование мотивации на эффективное социально-психологическое и физическое развитие и создание условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы.

Формирование знаний и навыков в области противодействия употреблению наркотиков у детей школьного и дошкольного возраста, родителей и учителей в организованных и неорганизованных группах населения.

Развитие протективных факторов здорового и социально-эффективного поведения, личностно-средовых ресурсов и поведенческих стратегий у всех категорий населения.

Формирование и развитие социально-поддерживающих сетей сверстников и взрослых.

## **IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ**

Названные цель и задачи программы конкретизируют и определяют его содержание, которое включает в себя:

Всестороннее и многоплановое изучение наркогенной ситуации в коллективах образовательных учреждений.

Выявление комплекса причин, условий и факторов употребления молодёжью наркотических средств и психоактивных веществ, возможности их локализации и устранения.

Оказание помощи образовательным учреждениям в профилактике наркомании и токсикомании, содействие в реализации профилактических программ государственным и негосударственным организациям.

Прогнозирование динамики и результатов превентивной деятельности.

Определение путей, методов и способов профилактической деятельности различных категорий субъектов, таких как: родители, учителя, специалисты медицинского, психологического и юридического профиля, а так же лица созависимые (наиболее близкие).

Направленное осознание имеющихся личностных ресурсов, способствующих формированию здорового образа жизни адаптивного поведения: Я-концепции (самооценки, отношения к себе, к своим возможностям и недостаткам); формирование умения адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать жизненные проблемы, управлять собой и изменять себя; развитие навыков постановки перед собой краткосрочных и перспективных целей и достижения их.

Формирование у молодых людей и подростков негативного отношения (невосприимчивости и неприятия) к фактам употребления наркотических средств и психоактивных веществ, развитие своего рода нормативного поведенческого “иммунитета”.

## V. НАПРАВЛЕНИЯ, ВИДЫ И МЕТОДЫ РАБОТЫ

Настоящая Программа включает в себя мероприятия по приоритетным направлениям превентивной деятельности:

- а) медико-санитарное и правовое просвещение;
- б) воспитательно-разъяснительная деятельность;
- в) психодиагностика, психокоррекция адекватного поведения, медицинская профилактика и реабилитация;
- г) организационные мероприятия.

***Профилактика злоупотребления наркотическими средствами и психоактивными веществами разделяется на три вида.***

Первый - первичная профилактика, которой свойственно избежание злоупотребления наркотиками до того, как у злоупотребления вообще появится шанс иметь место. Никогда не начиная употребление наркотика, вы не будете иметь с ним ни каких проблем. В основе этого подхода лежит принцип: «*Просто Скажи Нет*», когда, особенно подросткам, предлагается впервые попробовать наркотик.

Вторичная профилактика имеет дело с уже начавшимся злоупотреблением. Главным в таких усилиях является раннее выявление подобных проблем.

Третья форма профилактики заключается в лечении людей, полностью зависимых от наркотиков.

**Первичная профилактика** является неспецифической и наиболее массовой. Ее контингент включает детей, подростков и молодежь. Ее цель - формирование активного, адаптивного, высоко функционального жизненного стиля, направленного на продвижение к здоровью, уменьшение числа лиц, имеющих биологические, психологические и социальные факторы риска формирования наркоманного поведения, развитие невосприимчивости к такому поведению. Усилия первичной профилактики меняют одни развивающиеся формы поведения на другие и направлены не столько на предупреждение болезни, сколько на формирование здорового поведения.

Первичная профилактика имеет следующие пути реализации:

1. Совершенствование, повышение эффективности используемых ребенком или подростком активных, конструктивных поведенческих стратегий.

2. Увеличение потенциала личностно-средовых ресурсов (формирование позитивной, устойчивой Я-концепции, повышение эффективности функционирования социально-поддерживающих сетей, развитие эмпатии и т.д.)

Основными способами реализации путей первичной профилактики является обучение здоровому поведению (осознание, развитие и тренировка определенных умений: справляться с требованиями социальной среды, управлять своим поведением), а также оказание детям и подросткам психологической и социальной поддержки адекватными поддерживающими системами и структурами. Выполнение задач первичной профилактики должно осуществляться специально обученными в области профилактики психологами, медицинскими и социальными психологами и педагогами.

**Вторичная профилактика** включает в себя как социально-психологические, так и медицинские мероприятия неспецифического характера. Ее контингентом являются дети и подростки с поведением риска (аддиктивное поведение, уходы из школы и дома, дети и подростки, находящиеся в социальной ситуации, провоцирующей наркотизацию). По своей направленности на контингент риска вторичная профилактика является массовой, оставаясь индивидуальной в отношении конкретного ребенка или подростка. Проводимые в рамках вторичной профилактики мероприятия ведут к уменьшению числа лиц с наркоманией в молодёжной среде путем вмешательства на ранних этапах развития аддиктивного поведения. Целью вторичной профилактики является изменение дезадаптивного поведения риска на адаптивную форму, прерывание патогенетического процесса злоупотребления наркотическими средствами.

Вторичная профилактика имеет следующие пути реализации:

1. Развитие активных стратегий проблем - преодолевающего поведения.

2. Повышение потенциала личностно - средовых ресурсов.

3. Профилактическое воздействие социальных сетей, которое включает в себя применение разнообразных профилактических методик, имеющих целью совершенствование естественных сетей (семья) и создание искусственных (группы социальной и психологической поддержки, приюты, медико-психологические и реабилитационные центры).

Выполнение программ вторичной профилактики должно осуществляться специально обученными профессионалами: психотерапевтами, психологами, педагогами, и сетью непрофессионалов: членами групп само- и взаимопомощи, консультантами, получившими первичную подготовку по методике профилактики наркомании. Эффект от программ вторичной профилактики более быстрый, но менее универсальный и действенный, чем от первичной.

**Третичная профилактика** наркомании среди детей, подростков и молодежи является преимущественно медико-социальной, индивидуальной и направленной на предупреждение перехода сформированного заболевания в его более тяжелую форму: последствий в виде стойкой дезадаптации. Целью третичной профилактики является максимальное увеличение срока ремиссий. При проведении третичной профилактики резко возрастает роль профессионалов — психотерапевтов, терапевтов и психологов, а также непрофессионалов — консультантов, членов социально - поддерживающих групп и сообществ.

## VI. ЭТАПЫ РАБОТЫ

Программа предполагает работу с подростками старшего (15-17 лет), среднего (12-14 лет), и младшего (8-11 лет) школьного возраста.

**I. этап** – подготовительный: выделяются группы лидеров - подростков; группы лидеров - учителей и группы лидеров родителей. Эти группы в дальнейшем проходят специальную подготовку. На данном этапе предполагается:

- 1) Разработка и внедрение в практику:
  - интенсивной программы подготовки лидеров-учителей школ (психологов, педагогов) – 20 часов; лидеров-родителей – 10 часов;
  - программы антинаркотического просвещения (с учетом возрастных особенностей учеников) и внедрение её в учебно-воспитательный процесс.

- 2) Создание Комиссии при главе района (в образовательном учреждении) по профилактике наркомании среди несовершеннолетних и молодёжи.

- 3) Создание информационно-аналитической службы, обеспечивающей оперативный сбор и обработку данных о ходе выполнения основных мероприятий настоящей Программы, сотрудничество со средствами массовой информации по вопросам анти-наркотической пропаганды и осуществляющей взаимодействие с заинтересованными ведомствами.

- 4) Подбор и расстановка специалистов из числа медицинских работников, социальных и правоохранительных служб для работы с

группами повышенного риска, разработка адекватных организационных форм их привлечения к этой деятельности с учётом материальной заинтересованности.

**II. этап** – основной, включает в себя:

1) Организацию профилактической работы по основным направлениям превентивной деятельности (См.: основные направления).

2) Осуществление мероприятий первичной и вторичной профилактики злоупотреблений наркотическими средствами и психоактивными веществами.

**III. этап** – заключительный, в него входит:

1) Анализ и прогнозирование дальнейшей превентивной деятельности.

2) Совершенствование методик психопрофилактики и привлечение дополнительных специалистов к диагностике, психопрофилактике и социальной реабилитации лиц зависящих от наркотических средств.

3) Подготовка мероприятий третичной профилактики наркомании.

## **VII. ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предполагается, что в результате реализации мероприятий Программы будут достигнуты:

1. Уменьшение факторов риска употребления наркотических средств и психоактивных веществ среди подростков и молодёжи.

2. Формирование здорового образа жизни на основе высокоэффективных поведенческих стратегий и развитие личностных ресурсов у подростков и молодёжи.

3. Развитие системного подхода к профилактике употребления наркотических средств и психоактивных веществ.

4. Развитие профессиональной и общественной сети профилактики злоупотребления наркотическими средствами.

## **VIII. КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ**

Критерий эффективности – это уменьшение факторов риска употребления наркотиков и психоактивных веществ, которое достигается:

- усилением личностных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;

- наличием навыков противодействия наркотизирующей среде, решением жизненных проблем, поиском, восприятием и оказанием социальной поддержки в сложных жизненных ситуациях;

- принятием ответственности за собственное поведение;

- избеганием ситуаций связанных с риском наркотизации.

- совершенствованием методик системы психопрофилактики и реабилитации лиц, зависимых от наркотиков или психоактивных веществ.

- повышением анти-наркотической ориентации детей, подростков и молодёжи.