



**БЮДЖЕТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ ИВАНОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ»
ДЕПАРТАМЕНТА СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ
ИВАНОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, УПОТРЕБЛЯВШИХ И СКЛОННЫХ К
УПОТРЕБЛЕНИЮ СПИРТНЫХ НАПИТКОВ И НАРКОТИЧЕСКИХ
ВЕЩЕСТВ**

«ДВЕНАДЦАТЬ СТУПЕНЕЙ»

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

**ИВАНОВО
2017**

Комплексная программа социально-психологической реабилитации несовершеннолетних, употреблявших и склонных к употреблению спиртных напитков и наркотических веществ, «Двенадцать ступеней».

Методическое пособие для специалистов - Иваново, 2017.

В пособии представлен цикл тренингов, направленных на формирование у подростков антинаркотических установок, снижение потребности в употреблении наркотических веществ, изменение личностных ценностей, повышение уровня самоконтроля и личной ответственности за свои действия.

Пособие предназначено для специалистов, работающих с подростками «группы риска», употреблявшими и склонными к употреблению наркотических веществ.

Составитель:

Аманцева Анна Андреевна, заведующий организационно-методическим отделением ОБУСО ЦППП.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Методическое обоснование	4
2. Концепция программы	5
3. Структура программы	7
4. Модуль 1 - «Самопознание». Ступень 1	8
5. Ступень 2.	10
6. Ступень 3..	11
7. Модуль II – «Просвещение». Ступень 4..	14
8. Ступень 5	15
9. Ступень 6.....	19
10. Модуль III – «Самоопределение». Ступень 7	23
11. Ступень 8	25
12. Ступень 9	28
13. Ступень 10	29
14. Ступень 11	31
15. Ступень 12	33
16. Заключение	35

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ

Проблема употребления наркотических и психоактивных веществ (ПАВ) является одной из основных социально-опасных проблем современного общества, в настоящее время она актуальна, как никогда.

Переходный возраст - период повышенной эмоциональности подростков, что проявляется в легкой возбудимости, страстности, частой смене настроений, повышенной тревожности.

Подростки - возрастная группа, которая отличается от других своеобразной психоэмоциональной неустойчивостью. Именно в этот период регистрируется большое число антисоциальных поступков, немотивированной жестокости и попыток ухода от действительности. Аддиктивное поведение (одна из форм отклоняющегося поведения) проявляется в стремлении к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния при помощи различных веществ - табака, алкоголя, наркотиков; постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности, направленной на возникновение и поддержание интенсивных эмоций. Аддиктивное поведение опасно именно для подростков, т. к. они более уязвимы к психоактивным веществам, вызывающим в этом возрасте довольно значимые изменения в деятельности головного мозга.

С одной стороны, психоактивные вещества имеют релаксирующие и эйфоризирующие свойства, способствующие ощущению психологического комфорта и облегчающие межличностные контакты, с другой – наносят непоправимый ущерб здоровью.

Программа «Двенадцать ступеней», предназначенная для работы с подростками, употреблявшими либо склонными к употреблению наркотических веществ, предполагает комплексный подход к решению проблемы наркомании.

В процессе ее реализации предполагается взаимодействие всех социальных институтов, работающих в этом направлении, - семья, наркодиспансер, учреждения системы образования, спортивные школы, клубы.

Программа построена на разнообразных формах работы, учитывающих специфику основного вида деятельности подростков - общения (психологические тренинги, сказкотерапия, арттерапия, кинотерапия, правовые беседы, ролевые игры). Неотъемлемой частью программы является «терапия занятостью», включающая ведение дневника, разноплановые домашние задания, занятия по интересам. Активное участие в данном виде терапии поможет формированию у подростков самостоятельности, личной ответственности, самоорганизации досуга, потребности ведения здорового образа жизни.

Взаимодействие с родителями, предусмотренное программой, нацелено на изменение их установок по отношению к детям, ставшим жертвами наркомании, а также направлено на развитие семейных традиций.

КОНЦЕПЦИЯ ПРОГРАММЫ

Цели:

- формирование у подростков антинаркотических установок через развитие личной ответственности;
- снижение потребности в употреблении наркотических веществ посредством организации социально-положительной досуговой деятельности подростков;
- формирование ориентации на здоровый образ жизни;
- формирование умений самостоятельно и конструктивно справляться с проблемой употребления наркотических и алкоголесодержащих веществ.

Задачи:

- изменение личностных ценностей в отношении наркотических веществ;
- формирование и закрепление социально-положительных моделей поведения;
- повышение уровня самоконтроля и личной ответственности за свои действия;
- оказание подросткам помощи в организации социально-положительной досуговой деятельности с целью развития способностей и творческого потенциала.

Целевая группа: подростки, употребляющие и склонные к употреблению наркотических/алкоголесодержащих веществ.

Методы и техники, используемые на занятиях: диагностика, консультирование, тренинги (в том числе для родителей), ролевые игры, проективные методики (арт-терапия, сказкотерапия), релаксационные техники, информирование (в том числе о правовых нормах), кинотерапия, терапия занятостью, домашние задания.

Ожидаемые результаты:

- наличие сформированных антинаркотических установок у подростков целевой группы;
- смена ценностных ориентаций;
- проявление потребности ведения здорового образа жизни;
- наличие сформированной социально-одобряемой модели поведения.

Количество занятий - 12.

Возраст участников – 14-18 лет

Количество участников в группе - 5-12 человек.

Продолжительность одного занятия- 45-60 минут.

Периодичность - 1 раз в неделю.

Нормативно-правовые основания для разработки программы:

- «Конвенция о правах ребенка» (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989; вступила в силу для СССР 15.09.1990);
- «Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ);
- Федеральный закон от 28.12.2013 N 442-ФЗ (ред. от 21.07.2014) «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.06.1999 N 120-ФЗ (ред. от 13.07.2015) «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 30 июня 1998 г. № 681 «Об утверждении перечня наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Постановление Правительства Российской Федерации от 27 февраля 2015 года № 174 «О включении новых психотропных соединений в перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров»;
- «Уголовный кодекс Российской Федерации» от 13.06.1996 N 63-ФЗ (ред. от 13.07.2015, с изм. от 16.07.2015; с изм. и доп., вступ. в силу с 25.07.2015).

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

ПЕРВИЧНАЯ ДИАГНОСТИКА

Цель первичной психологической диагностики - изучение, психологических особенностей подростков, их интересов, ценностей, уровня тревожности, агрессивности, склонности к употреблению ПАВ.

Рекомендуемые диагностические методики:

- метод портретных выборов Сонди (адаптированный Л.Н. Собчик);
- методика цветowych выборов Люшера;
- опросник для диагностики агрессии (Басса-Дарки);
- методика «Ценностные ориентации» М. Рокича.

МОДУЛЬ I **«САМОПОЗНАНИЕ»** (тренинги 1-3)

Цель и содержание модуля: Анализ уровня информированности участников целевой группы о проблеме наркомании, их собственной позиции относительно данной проблемы.

МОДУЛЬ II **«ПРОСВЕЩЕНИЕ»** (тренинги 4 -6).

Цель и содержание модуля: антинаркотическое просвещение, формирование правовых знаний. Организация взаимодействия с родителями подростков целевой группы.

МОДУЛЬ III **«САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»** (тренинги 7-12)

Цель и содержание модуля: развитие личностных ресурсов подростков - формирование и закрепление антинаркотических установок, изменение личностных ценностей в направлении нравственных жизненных ориентиров, позиции отказа от употребления психоактивных веществ.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА

Цель: проведение сравнительного анализа; выявление динамики показателей форм агрессивности и изменений иерархии ценностных ориентаций подростков по итогам проведенных занятий.

Рекомендуемые диагностические методики:

- опросник для диагностики агрессии (Басса-Дарки);
- методика «Ценностные ориентации» М. Рокича.

МОДУЛЬ 1
«САМОПОЗНАНИЕ»
СТУПЕНЬ 1

1. Упражнение «Будем знакомы».

Цель: выявление самооценки; способности видеть свои сильные стороны и положительные качества.

Инструкция: Все участники, включая ведущего, располагаются по кругу. Ведущий рассказывает о себе, своей профессиональной деятельности и личных ожиданиях от тренинга, просит участников представиться, рассказывают о себе, своей школьной жизни, семье, интересах, хобби.

Ведущий представляет тему тренинга, обозначает проблему, кратко информирует о ходе занятий.

2. Принятие правил работы группы.

Ведущий объявляет правила работы в процессе тренингов и объясняет их значение.

1) *Обращение друг к другу по имени.*

2) *Конфиденциальность:* вся личная информация, сообщённая на тренинге, является закрытой.

3) *Уважение к говорящему:* внимательное слушание высказываний каждого из участников, вопросы и прения после завершения высказывания. *Прерывать говорящего позволено только ведущему.*

4) *Активное участие в работе группы:* открытость - стремление общаться со всеми участниками группы, независимо от симпатий.

5) *Определение сильных сторон личности:* акцент на выявлении положительных качеств каждого участника группы.

6) *Исключение негативных оценок по отношению к другим участникам группы.*

3. Упражнение «Англичанин».

Цель: создание атмосферы доверия и непринужденности.

Инструкция: Участники, сидят в кругу, изображая воспитанных, выдержанных англичан. Задача каждого: обратиться к участнику справа с вопросом: «Здравствуйте! Вы не видели мисс Марпл?», на что должен последовать ответ: «Здравствуйте! Нет, не встречал, но я могу спросить своего соседа».

Условие при выполнении упражнения – произносить фразы без эмоций, полуприкрытыми губами.

4. Упражнение «Закончи предложение».

Цель: самоанализ, выявление сильных и слабых сторон, определение ценностных ориентиров.

Инструкция: участники тренинга получают бланки с незаконченными предложениями; задача - закончить предложения.

- «Я счастливее всего, когда...»
- «Мне хуже всего, когда...»
- «Не могу понять, почему я ...»
- «Моя жизнь была бы лучше, если бы я ...»
- «Главное, что я хотел бы в себе изменить, - это...»

Ведущий собирает бланки для личного анализа, результаты в группе не обсуждаются.

5. Рефлексия.

Ведущий предлагает каждому высказаться, что на этом занятии было для него самым важным, что понравилось/не понравилось. Время высказываний не ограничено.

Важно поощрять ребят в откровенном высказывании своих чувств и мнений относительно того, что они слышали и делали.

Ведущий. У каждого из нас есть желания, которые обязательно должны сбыться. Предлагаю всем загадать про себя желание, затем одновременно поднять руки вверх со словами: «До свидания – МЫ!».

6. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование навыка здорового образа жизни, привычки отдыхать трезво, ощущать удовольствие от достижений; воспитание чувства уважения, а не жалости к собственному телу.

7. Терапия занятостью (организация досуга):

- ✓ *Ведение дневника.*

Ведущий: На протяжении всех 12 занятий (3-х месяцев групповой работы) каждому участнику необходимо ежедневно вести дневник, в котором в свободной форме описывать каждый прожитый день, отвечая себе на вопросы: «Что я думаю? Что чувствую? Что ощущаю?».

Дневник - это единственное убежище, где никто и ничто тебя не стесняет, где ты можешь говорить свободно все, о чем думаешь, без боязни остаться непонятым.

Высказанная проблема кажется уже не такой страшной и не такой значительной. Выраженная на бумаге, она теряет часть эмоционального заряда и перестает восприниматься слишком болезненно.

Дневник - это интересное дополнение к повседневной жизни. Он не требует соблюдения каких-либо правил, каждый может проявить свой творческий подход при его оформлении (дополнить рисунками, любимыми цитатами, вырезками из журналов, газет и т.п.).

- ✓ Занятия по интересам (кинотеатр, спортивные секции, кружки, клубы).
- ✓ Активность на свежем воздухе.

СТУПЕНЬ 2

1. Упражнение «Приветствие».

Цель: Создание позитивного настроения и благоприятных условий для работы в группе.

Инструкция: Участники образуют круг, делятся по ролям: «европеец», «японец», «африканец», «американец». Затем каждый персонаж идет по кругу и здоровается с участниками «своим способом»: «европеец» пожимает руку, «японец» кланяется, «африканец» трется ногами, «американец» целует в щеку.

Это упражнение проходит весело и эмоционально, заряжая группу положительной энергией.

2. Упражнение «Оценка уровня информированности».

Цель: анализ объема знаний, определение собственной позиции к проблеме наркомании.

Инструкция: Ведущий просит группу устно ответить на вопросы:

- 1) Существует ли проблема наркомании в нашем обществе?
- 2) Сталкивались ли с этой проблемой вы или ваши близкие?
- 3) Что вы чувствовали, когда сталкивались с этой проблемой?
- 4) Насколько опасна проблема наркомании среди молодёжи?
- 5) Как проблема наркомании может повлиять на будущее Земли?
- 6) Знаете ли вы тех людей, которые погибли от наркотиков?
- 7) Что такое «дизайнерские наркотики» (спайс, маракеш, соли) и чем они опасны?

В том случае, если группа не спешит включаться в дискуссию, тренер представляет актуальную информацию, постепенно вовлекая в обсуждение самых активных участников. Особенность работы - участие всех каналов получения информации, выработка положительного личного опыта.

3. Рефлексия.

- Что нового вы узнали?
- Что вам понравилось/не понравилось?
- Что запомнилось больше всего?

4. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование навыка здорового образа жизни.

5. Терапия занятостью:

- ✓ ведение дневника
- ✓ занятия по интересам
- ✓ активность на свежем воздухе

СТУПЕНЬ 3

1. Упражнения «Мифы».

Цель: формирование собственной позиции к проблеме наркомании.

Инструкция: каждому участнику группы необходимо внести данные утверждения в одну из трех колонок: «да», «нет», «возможно».

Ведущий зачитывает высказывания:

- достаточно один раз попробовать, чтобы стать наркоманом
- наркомания - не болезнь, а преступление
- все наркоманы - преступники
- наркотики помогают снять напряжение
- «спайс» – легкие, безопасные наркотики

Дискуссия.

2. Упражнение «Ценности».

Цель: осознание перспектив своей жизни.

Инструкция: Из списка ценностей участникам предлагается выбрать 5 основных: интересная работа, хорошая обстановка в стране, общественное признание, материальный достаток, любовь, семья, удовольствия, дружба, самосовершенствование, свобода, справедливость, доброта, честность, искренность, вера, целеустремленность, веселое времяпрепровождение (вечеринки, веселые компании).

Обсуждение ценностных ориентаций.

3. Упражнение «Спорные утверждения».

Цель: определение взглядов участников относительно проблемы наркомании.

Инструментарий: четыре бланка с утверждениями:

- «Совершенно согласен»;
- «Согласен, но с оговорками»;
- «Совершенно не согласен»;
- «Не имею определенного мнения», крепятся в разных углах тренинговой комнаты.

Инструкция: ведущий зачитывает спорные утверждения, после чего участники занимают позиции около утверждений, отражающих их точки зрения. После принятия решения, каждый должен обосновать свое, ответив на вопрос, почему он считает именно так. Выслушав всех, ведущий комментирует, излагая своё мнение.

Затем участники получают возможность повторно определиться во мнении относительно утверждений, наиболее подходящих для них.

Примеры спорных утверждений:

- Наркомания - это преступление.
- Лёгкие наркотики безвредны.
- Наркотики повышают творческий потенциал.
- Наркомания - это болезнь.
- У многих молодых людей возникают проблемы из-за наркотиков.
- Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент.
- Наркомания излечима.
- Многие подростки начинают употребление наркотиков «за компанию».
- Люди, употребляющие наркотики, часто не осознают, что зависят от них.
- Наркоман может умереть от СПИДа.
- Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.
- По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет.
- Наркоман может умереть от передозировки.
- Продажа наркотиков не преследуется законом.
- Наркомания не излечима.
- Лечение и реабилитация наркоманов должны быть абсолютно бесплатным, если государство хочет решить эту проблему.
- Наркоманы - это больные люди.

4. Рефлексия. Оценка своей усталости.

Инструкция: участники выстраиваются вдоль стены; по команде ведущего они делают столько шагов до следующей стены, насколько они чувствуют себя уставшими. Противоположная стена - максимум усталости.

5. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование у подростков потребности ведения здорового образа жизни.

6.Терапия занятостью:

- ✓ ведение дневника
- ✓ выполнение домашнего задания – сказкотерапия. Написать авторскую сказку

Ведущий: Наверняка многие из нас задумывались над тем, как изменить свою жизнь и достичь желаемых целей. Некоторые, действительно, подумали, рискнули, изменили. Таких людей очень мало. Другие же, напротив, подумали - и отложили свои действия до понедельника, 1-го числа, каникул, лучших времён. Для тех, кто хотел бы выявить свои жизненные сценарии и «изменить

судьбу» предлагается один из удивительных методов - «сказкотерапия». Сказка - это мир, где может произойти все, что угодно.

Совет № 1. Разбудите свое воображение.

Совет № 2. Придумай главного героя и других персонажей.

Совет № 3. Набросай план будущей сказки, в него должно входить:

- начало истории (где? кто? когда?)

- происшествие (конфликт, проблема). Допустим, у вас есть какая-то проблема или задача и вы не знаете, как ее решить. Здесь на помощь придет Воображение. Представьте, что вы попали в сказку, а там уж любое средство сгодится - и обычное, и волшебное.

- преодоление трудностей (решение, поиск выхода из ситуации)

- итог (возвращение или иное завершение сказки)

Совет № 4. Переделайте старую сказку.

МОДУЛЬ II

«ПРОСВЕЩЕНИЕ»

СТУПЕНЬ 4

1. Проверка домашнего задания: участники по желанию рассказывают свои сказки. Ведущий задает вопросы:

- Как бы ты назвал свою сказку (если она была без названия)?
- Тебе понравилась твоя сказка?
- О чем она для тебя?
- Главный герой - это ты?
- Какая проблема раскрывается в твоей сказке?
- Каким ты видишь решение этой проблемы?
- Что ты испытывал, когда писал сказку?
- Что было легко/трудно?

Кинотерапия

2. Показ и обсуждение документального фильма «Спайс-эпидемия».

Ведущий: в фильме-расследовании Аркадия Мамонтова «Спайс-эпидемия» показаны наркоманы во время «ломки», даны короткие интервью с комментариями о проблемах, возникающих в связи с приёмом наркотиков, короткая статистика о смертности среди наркоманов.

Вопросы по фильму:

- Как работает сеть распространения синтетических наркотиков в России?
- Почему волна смертельных отравлений «спайс» возникла именно сейчас?
- Что такое мануфактура?
- Кто подмешал в состав курительной смеси боевые отравляющие вещества?
- Что стоит за этой эпидемией?

3. Рефлексия.

- Что нового вы узнали?
- Что вам понравилось/не понравилось?
- Что вам запомнилось больше всего?

4. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование у подростков потребности ведения здорового образа жизни.

5.Терапия занятостью:

- ✓ ведение дневника.
- ✓ занятия по интересам (боулинг, кинотеатр, посещение спортивных секций, кружков, клубов), активность на свежем воздухе.

СТУПЕНЬ 5

Правовая беседа

«Административная и уголовная ответственность»

1. Теоретическая справка о правовых нормах:

1) **Административная ответственность** наступает с 16 лет и предусмотрена Кодексом об административных правонарушениях Российской Федерации (КоАП РФ).

Статья 6.8. (п.1)

Незаконные приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка без цели сбыта наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные приобретение, хранение, перевозка без цели сбыта растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, - влекут наложение административного штрафа в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей или административный арест на срок до пятнадцати суток.

Статья 6.9. (п.1)

Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача, либо новых потенциально опасных психоактивных веществ, либо невыполнение законного требования уполномоченного должностного лица о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения гражданином, в отношении которого имеются достаточные основания полагать, что он потребил наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача, либо новые потенциально опасные психоактивные вещества, - влечет наложение административного штрафа в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей или административный арест на срок до пятнадцати суток.

Статья 6.10. (п.1)

Вовлечение несовершеннолетнего в употребление алкогольной и спиртосодержащей продукции, новых потенциально опасных психоактивных веществ или одурманивающих веществ влечет наложение административного штрафа в размере от одной тысячи пятисот до трех тысяч рублей.

2) **Уголовная ответственность** наступает с 16 лет (за тяжкие, особо тяжкие преступления - с 14 лет) и предусмотрена Уголовным Кодексом Российской Федерации (УК РФ).

Глава 25. «Преступления против здоровья населения и общественной нравственности» Уголовного кодекса Российской Федерации.

Статья 228 УК РФ. Незаконное изготовление, приобретение, хранение, перевозка, пересылка либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ:

часть 1. Незаконное приобретение, хранение, перевозка без цели сбыта наркотических средств или психотропных веществ в крупном размере - наказывается штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы, или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо ограничением свободы на срок до трех лет.

часть 2. Незаконное приобретение и хранение в целях сбыта, изготовление, переработка, перевозка, пересылка либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ - наказывается лишением свободы на срок от трех до восьми лет с конфискацией имущества или без таковой.

часть 3. Деяния, предусмотренные частями первой и второй настоящей статьи, совершенные: а) по предварительному сговору группой лиц; б) неоднократно; в) в крупном размере - наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы, или иного дохода осужденного за период до трех лет.

часть 4. Деяния, предусмотренные частями второй и третьей, совершенные организованной группой; лицом с использованием своего служебного положения; лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, в отношении несовершеннолетнего; в крупном размере - наказываются лишением свободы на срок от десяти до двадцати лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до двадцати лет, или без такового и со штрафом в размере до одного миллиона рублей, или в размере заработной платы, или иного дохода осужденного за период до пяти лет.

Статья 230 УК РФ. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ:

часть 1. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ наказывается ограничением свободы на срок до трех лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок от трех до пяти лет.

часть 2. То же деяние, совершенное: а) группой лиц по предварительному сговору или организованной группой; б) неоднократно; в) в отношении заведомо несовершеннолетнего либо двух или более лиц; г) с применением насилия или с угрозой его применения - наказывается лишением свободы на срок от пяти до десяти лет.

часть 3. Деяния, предусмотренные частями первой и второй настоящей статьи, если они: совершены в отношении несовершеннолетнего; повлекли по неосторожности смерть потерпевшего или иные тяжкие последствия - наказываются лишением свободы на срок от десяти до пятнадцати лет с

лишением права занимать определенные должности, или заниматься определенной деятельностью на срок до двадцати лет.

2. Решение юридических задач.

Цель: закрепление правовых знаний и формирование чувства ответственности за свои поступки.

Инструкция: Участники делятся на 4 группы. Каждой группе дается задача, которую необходимо решить и объяснить.

Задача № 1. Гражданина И. задерживают у его подъезда сотрудники полиции, в кармане куртки обнаруживают пакетик с героином. Какая ответственность предусмотрена в этом случае? Какая статья и часть?

Ответ: В данном случае - это незаконное хранение наркотического вещества, если гр. И. приобрел его для себя, не перевозил и не сбывал, то данное деяние по квалификации относится к первой части ст. 228 УК РФ. Наказывается штрафом в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы, или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо ограничением свободы на срок до трех лет.

Задача № 2. Друг попросил гражданина П. подержать у себя, а потом передать указанному человеку в назначенном месте спичечный коробок с неизвестной травой, за определенную сумму денег, которую он должен передать своему другу. Какая ответственность предусмотрена в этом случае? Какая статья и часть?

Ответ: гр. П. наказываются лишением свободы на срок от трех до семи лет с конфискацией имущества или без таковой. Ст.228 ч. 2 УК РФ.

Задача № 3. Трое друзей: гражданин И, П. и В. встретились на квартире, скинулись, решили купить курительную смесь «спайс» и покурить. Прибывшие сотрудники полиции при обыске обнаружили у гр. И. крупную дозу смеси «спайс». В ходе следственных операций выяснилось, что гражданин И. был ранее осужден по ст. 228 УК РФ на 1 год условно. Какая ответственность предусмотрена в этом случае? Какая статья и часть?

Ответ: ответственность гр. И. - ст. 228, ч. 3. - деяния, совершенные организованной группой по предварительному сговору и неоднократно, наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет со штрафом в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы, или иного дохода осужденного за период до трех лет.

Ответственность гр. П. и В. – ст.228, ч. 1. - штраф в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы, или иного дохода осужденного за период до трех месяцев, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо ограничением свободы на срок до трех лет.

Задача № 4. Несовершеннолетний А. на улице в компании друзей познакомился с совершеннолетними И. и П., которые отведя его за угол дома, предложили попробовать таблетки неизвестного происхождения, вызывающие веселое настроение. Придя домой, несовершеннолетний почувствовал себя плохо, рассказал все родителям, которые вызвали бригаду «скорой помощи» и полицию. Гр. И. и П. были задержаны полицией, опознаны несовершеннолетним А. В ходе следствия выяснилось, что ранее они имели срок по ст.228 УК РФ. Какая ответственность предусмотрена в этом случае? Какая статья и часть?

Ответ: ответственность гр. И. и П. Статья 230, часть 2 УК РФ. - деяние, совершенное группой лиц по предварительному сговору или организованной группой, неоднократно, заведомо в отношении несовершеннолетнего – наказывается лишением свободы на срок от пяти до десяти лет.

3. Рефлексия.

- Что нового вы узнали?
- Что вам понравилось/не понравилось?
- Что вам запомнилось больше всего?

4. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование у подростков потребности ведения здорового образа жизни.

5.Терапия занятостью:

- ✓ **домашнее задание:** создать памятку на «черный день».

У каждого из людей случаются приступы хандры, «кислого» настроения, когда кажется, что ты в этой жизни ничего не стоишь, ни на что не способен. В такие моменты забываются собственные достижения, одержанные победы, радостные события. Но каждому из нас есть, чем гордиться.

Участникам предлагается включить в памятку на «черный день» следующие разделы:

«Мои лучшие черты»: черты или особенности своего характера, которые вам в себе нравятся и составляют вашу сильную сторону.

«Мои способности и таланты»: то, чем вы можете гордиться (в любой сфере).

«Мои достижения на сегодняшний день»: достижения в любой области, которых вы уже добились.

Мои лучшие черты	Мои способности и таланты	Мои достижения на сегодняшний день

- ✓ ведение дневника
- ✓ занятия по интересам (боулинг, кинотеатр, посещение спортивных секций, кружков, клубов)
- ✓ активность на свежем воздухе

СТУПЕНЬ 6

Тренинг для родителей

1. Упражнение «Права ребёнка».

Цель: информирование родителей о правах ребёнка.

Инструкция. Участники делятся на мини-группы по 2-3 человека. Каждой группе дается список Прав, провозглашенных Конвенцией ООН о правах ребёнка. Задание - вычленить:

1 группе - «Права, обеспечивающие развитие»

2 группе - «Права, обеспечивающие защиту»

3 группе - «Права, обеспечивающие активное участие в жизни общества».

(Приложение № 1.Список прав ребенка)

Комментарий ведущего. Мы выполнили это упражнение для того, чтобы помнить - все дети, независимо от состояния здоровья, развития и социального статуса, имеют абсолютно одинаковые права на защиту, образование и полноценную жизнь в обществе. Любое нарушение этих прав преследуется по закону РФ.

2. Упражнение «Откровенно говоря».

Цель: развитие способности признавать и принимать свои чувства и эмоции, в том числе негативные.

Инструкция. Участникам предлагается по очереди продолжать фразы. Необходимо, чтобы высказывания были краткими, но при этом предельно искренними и доверительными.

Варианты карточек с началом фраз

- Мой самый большой страх - это ...
- Я сержусь, когда мой ребенок ...
- Я печалюсь, когда моего ребенка в школе/колледже ...
- Самое трудное в том, чтобы быть хорошим родителем - это...
- Я горжусь своим ребенком за то,
- Мое самое страшное воспоминание - это...
- Самое лучшее в характере моего ребенка - это...
- Дома мой ребенок чувствует себя наиболее комфортно, потому что....
- В школе/колледже мой ребенок...
- Моему ребенку не удалось ...
- Мой ребенок лучший, когда...
- Я не могу понять, почему мой ребенок выбрал...
- Труднее всего моему ребенку...
- Когда мой ребенок идет к друзьям (гулять на улицу)...
- Вместе с ребенком мы можем...
- Мне радостно, когда мой ребенок...
- Я думаю, что самое важное в жизни...

Комментарии ведущего. Это упражнение позволило понять, что наша общность с окружающими касается не только позитивных сторон жизни, но и

негативных - страхов, тревог, сомнений и печальных воспоминаний. Таким образом, переживание сложных жизненных ситуаций – это еще одна составляющая, объединяющая нас.

3. Упражнение «Если бы..., я стал бы...».

Цель: выработка навыков конструктивного реагирования на конфликтную ситуацию.

Инструкция: Участникам предлагается по очереди закончить фразу «Если бы..., я стал бы...», в которой содержится конфликтная ситуация:

«Что Вы скажете или предпримите, если узнаете, что ваш ребенок принимает наркотики?»

Необходимо также описать свои чувства в данной ситуации.

Комментарий ведущего. Как трудные жизненные ситуации, так и выходы из них могут быть разными.

Предыдущие упражнения помогли нам в осознании необходимости принимать и признавать свои чувства и эмоции, а также чувства и эмоции других людей; в развитии эмпатии и толерантности друг к другу.

Если бы я заметил, что мой друг употребляет наркотики...

Если бы я заметил, что моя мать употребляет наркотики...

Если бы мне предложили употребить безопасный наркотик...

Если бы мне предложили за вознаграждение передать посылку незнакомому человеку, я бы...

4. Упражнение «Услышь меня».

Цель: развитие эмпатии в детско-родительских отношениях.

Инструкция. Участники (четное количество) образуют два круга - внешний («родители») и внутренний («дети»). «Дети» садятся на стулья. Каждому «родителю» выдаётся набор карточек с типичными негативными высказываниями в сторону ребёнка («Ты разочаровал нас!», «Если не прекратишь употреблять наркотики, то мы перестанем тебя любить», «Мне стыдно, что у меня такой ребенок» и т.п.).

«Родитель» произносит реплики повышенным тоном, а «ребёнок» на все претензии дает ответ: «Я ваш, я хочу, чтобы меня любили».

По команде тренера внешний круг перемещается по часовой стрелке и «ребёнок» начинает «ругать» следующий «родитель». Затем «дети» и «родители» меняются местами.

При обсуждении участники делятся чувствами, которые они испытали, будучи в роли «ребёнка».

Комментарий ведущего. Когда мы становимся взрослыми, мы забываем о том, что испытывали, будучи детьми, когда нас ругали или уделяли недостаточно внимания. Поэтому нам бывает трудно представить, какой болью в сердце ребёнка порой отзываются наши резкие слова, оценки, требования соответствовать эталонам, неприязнь окружающих. Сейчас, побывав в роли

детей и родителей, каждый из вас испытал негативные эмоции, возможно, вспомнил то, что чувствовал сам, будучи ребёнком.

Важно помнить, что дети учатся у нас всему - хорошему и плохому, а потом несут это знание в мир. Любовь – лучший учитель. Если мы научим наших детей пониманию и сочувствию к другим людям – это будет именно то, что они подарят окружающим.

5. Советы родителям:

1. Признайте, что в произошедшем конфликте есть и ваша вина.
2. Разговаривайте с ребенком, постарайтесь стать ему другом.
3. Выслушивайте ребёнка.
4. Принимайте ребенка таким, какой он есть. Любите его несмотря ни на что.
5. Умейте поставить себя на место ребёнка.
6. Не напоминайте ему постоянно о наркотиках, зависимости.
7. Окружите ребенка любовью и заботой.
8. Проводите больше времени вместе. Создайте семейные традиции (семейный ужин, поход, хобби).
9. Только совместными усилиями можно справиться с зависимостью.

Фразы, которые необходимо говорить ребенку ежедневно:

- ❖ Я тебя очень люблю.
- ❖ Ты - самое дорогое и родное, что у меня есть.
- ❖ Ты - моя родная частичка.
- ❖ Мы - я и папа - тебя очень сильно любим.
- ❖ Я горжусь тобой, сынок/дочка.
- ❖ Я принимаю тебя таким, какой ты есть.
- ❖ Я поддержу тебя в любой ситуации.
- ❖ Я верю в тебя и твои силы.
- ❖ Я уверена, что впереди тебя ждёт счастливая жизнь.

6. Домашнее задание: написать письмо своему ребенку, в котором должны быть отражены следующие моменты:

- я хочу сказать тебе....
- я благодарен тебе за
- я тобой горжусь за....
-эти твои поступки меня расстроили.
- я хочу попросить у тебя прощение за.....
-это я хотел бы от тебя услышать.

Приложение № 1. Список прав ребенка

Конвенцией ООН о правах ребёнка от 20 ноября 1989 года определены следующие права:

- Право ребёнка на заботу родителей (ст.7. п.1)
- Право ребёнка на сохранение своей индивидуальности (ст.8, п.1)
- Право ребёнка на семейные связи (ст.8, п.1)

- Право ребёнка, разлучённого с родителями, поддерживать личные отношения и прямые контакты с родителями (ст.9, п.3)
- Право ребёнка, родители которого проживают в различных государствах, поддерживать личные отношения и прямые контакты с обоими родителями (ст.10, п.2)
- Право ребёнка свободно выражать свои взгляды (ст.12, п.1)
- Право ребёнка свободно выражать своё мнение; это право включает свободу искать, передавать и получать информацию и идеи любого рода, независимо от границ, в устной, письменной или печатной форме, в форме произведений искусства или с помощью других средств по выбору ребёнка (ст.13, п.1.2)
- Право ребёнка на свободу мысли. Совести и религии (ст.14, п.1,2)
- Право ребёнка на свободу ассоциаций и свободу мирных собраний (ст.15, п.1.2)
- Право ребёнка на личную жизнь (ст.16. п.1)
- Право ребёнка на неприкосновенность жилища (ст.16, п.1)
- Право ребёнка на семейную жизнь (ст.16, п.1)
- Право ребёнка на тайну корреспонденции (ст.16, п.1)
- Право ребёнка на защиту закона от незаконного вмешательства и посягательства на его честь и репутацию (ст.16, п.1. 2)
- Право ребёнка на доступ к информации и материалам из различных национальных и международных источников (ст.17, п.1)
- Право ребёнка, родители которого работают, пользоваться службами и учреждениями по уходу за детьми (ст.18, п. 3)
- Право ребёнка на защиту от всех форм физического или психического насилия, оскорбления или злоупотребления, отсутствия заботы или небрежного обращения или эксплуатации, включая сексуальные злоупотребления (ст.19, п.1)
- Право ребёнка, лишённого семейного окружения, на особую защиту и помощь (ст.20, п.1)
- Право неполноценного в умственном и физическом отношении ребёнка на особую заботу (ст.23. п.2)
- Право ребёнка на уровень жизни, необходимый для физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития (ст.27, п.1, 3)
- Прав ребёнка на образование (ст.28, п.29)
- Право ребёнка на защиту от незаконного употребления наркотических средств и психотропных веществ (ст.33)
- Право ребёнка на защиту от всех форм сексуальной эксплуатации и сексуального совращения, от других форм эксплуатации, наносящих ущерб любому аспекту благосостояния ребёнка (ст.34; ст.36)
- Право ребёнка, лишённого свободы, на незамедлительный доступ к правовой и другой соответствующей помощи (ст.37)

- Право ребёнка, лишённого свободы перед судом или другим компетентным, независимым и беспристрастным органом и право на безотлагательное принятие им решения в отношении любого такого процессуального действия (ст.37)

МОДУЛЬ III

«САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

СТУПЕНЬ 7

Ведущий: Каждый человек в своей жизни обязательно должен задать себе следующие вопросы: «Для чего я пришел в этот мир? Что я могу сделать для того, чтобы изменить его в лучшую сторону? Хорошо ли, комфортно ли со мной тем, кто рядом?».

1. Упражнение «Диагностика самооценки и представления об оценке окружающих».

Цель: сопоставление представления подростка о себе, своих особенностях с оценкой окружающих людей.

Инструментарий: писчая бумага, ручки.

Инструкция:

1. Дайте 10 ответов на вопрос: «Какой я?»
2. Ответьте на тот же вопрос с точки зрения ваших родителей (мнение родителей о вас).
3. Ответьте на тот же вопрос с точки зрения вашего лучшего друга.

Комментарий ведущего: Проанализируйте сходства и различия оценок, чем они обусловлены. Укажите, какие из ответов касались физических качеств (облик, сила, здоровье и т.п.); психологических особенностей (интеллект, характер, эмоциональная сфера и т.п.); социальных ролей (в школе, среди друзей, в семейном кругу и т.п.).

2. Упражнение «Проективный рисунок». Использование арт-терапии.

Цель: психологическое самораскрытие участников (индивидуальных потребностей, чувств и проблем) в изобразительной либо иной творческой деятельности; проработка личностных конфликтов.

Инструкция. Каждый участник должен нарисовать «я - реальное», «я - идеальное», «я - глазами других людей».

Комментарий ведущего: Что было сложнее изобразить? Проанализируйте сходства и отличия в трех рисунках? Что вы испытывали (какие чувства, ощущения, эмоции), когда рисовали?

3. Упражнение «Диагностика отношения к своей деятельности».

Цель: формулирование личностных проблем, оценка выборов.

Инструкция: Попробуйте ответить на вопрос, что Вы делаете из того, что Вам не хотелось бы делать?

Общеизвестно, что людям часто приходится делать совсем не то, что бы им хотелось. В связи с этим необходимо подчеркнуть, что наше «Я» имеет две временные ориентации, на настоящее и на будущее (прошлое составляет определенный критерий для этих двух ориентаций). Социальные задачи и требования ориентируют человека на будущее (на достижение социального статуса, воспитание детей и т.п.); физиологические и психологические потребности - на настоящее, на удовлетворение ближайших устремлений.

1. Укажите 3 позиции, что вам хотелось бы делать в вашей жизни чаще.

2. Укажите 3 позиции, что вам хотелось бы перестать делать.

3. Объясните, почему вы не осуществляете/осуществляете данные потребности.

Результаты выполнения указанных заданий необходимо обсудить в группе. При этом ведущий должен тактично подвести каждого из участников к формулированию своих личностных проблем. Не следует обращать внимание только на ошибки участников.

4. Рефлексия.

Комментарий ведущего: В конце нашего занятия я хочу рассказать притчу:

Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину: «В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один «волк» представляет зло: зависть, ревность, грубость, агрессию. Другой «волк» - добро: мир, любовь, верность, отзывчивость».

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил: «А какой волк в конце побеждает?»

Старый индеец улыбнулся и ответил: «Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».

Хотелось бы, чтобы после наших занятий у вас не было сомнения в том, какого «волка» в себе необходимо кормить!

5. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование у подростков потребности ведения здорового образа жизни.

6. Терапия занятостью:

- ✓ ведение дневника
- ✓ домашнее задание (кинотерапия): посмотреть и проанализировать х/ф «Мирный воин» (2006 г. 12+)
- ✓ занятия по интересам (боулинг, посещение спортивных секций, кружков, клубов)
- ✓ активность на свежем воздухе

СТУПЕНЬ 8

1. Проверка домашнего задания. Обсуждение фильма «Мирный воин».

Каждый участник по кругу кратко высказывается о своем понимании фильма.

Комментарий ведущего: Фильм «Мирный воин» - еще один шаг к пониманию самого себя, еще одна победа на пути того, кто идет по жизни осмысленно.

Этот фильм о духовном пути спортсмена, перенесшего тяжелую травму. Путь освобождения от эгоизма, путь к получению удовольствия от того, что делаешь и того, что тебя окружает. Лишь очистившись от ментального мусора, сосредотачиваешься на том, что действительно важно, на том, что *является* Жизнью, а не *называется* ею.

Вопрос: Назовите ключевую мысль (девиз) фильма?

Ключевая мысль фильма в этой цитате:

«Где ты? - Здесь!

Когда? - Сейчас!

Кто ты? - Этот момент!»

Почти каждая фраза в фильме полна глубинного смысла и на многие вопросы, которые задают герои в фильме, самому нелегко ответить.

Вопрос: Назовите, какие фразы из фильма вам запомнились, понравились и оказали сильное воздействие

Цитаты фильма:

- Цель - служение людям.
- Перестань искать информацию извне, прислушайся к себе.
- Люди - это не их мысли, и не то, что они думают о себе.
- Освободи разум и высвободи свой потенциал.
- Никаких мыслей, только чувства.
- Из-за разума ты не замечаешь то, что происходит.
- Иногда нужно сойти с ума, чтобы почувствовать.
- Не бывает обычных моментов.

- Мудрость - применение знания.
- В смерти нет ничего печального. Печально то, что большинство людей не живут.
- Ты, как и все люди, не получив что-то страдаешь, а получив - тоже страдаешь, потому что пытаешься удержать, то, что получил.
- Когда страшно, возьми меч и разруби разум.
- Полная уязвимость - истинное мужество.
- Воин действует, а «дурак» реагирует.
- Воин делает лишь то, что любит.
- Путь делает нас счастливыми, а не цель.
- Выброси из головы чушь, будто тебе чего-то не достает.

Комментарий ведущего: Нет ничего важнее, чем жить здесь и сейчас. И это возможно только избавившись от мусора в голове - лишних мыслей, которые мешают тебе понять: «Сейчас - это все, что у тебя есть».

Только научившись жить здесь и сейчас, наслаждаясь каждым моментом своей жизни, наполняя свою жизнь смыслом можно стать по-настоящему счастливым.

Но эту Силу нужно найти только внутри себя. А когда ты ее найдешь, ты добьешься любой цели. И не важно, к какой цели ты идешь, ведь именно: «Путь делает нас счастливыми, а не цель».

2. Упражнение «Скульптура зависимости».

Цель: дать участникам глубоко, вплоть до мышечного уровня, прочувствовать и осознать, что такое зависимость и что происходит с человеком, находящимся в зависимом положении. Для многих именно на этом уровне - уровне телесного отреагирования происходит наиболее значимое и впечатляющее знакомство с зависимостью.

Инструкция: Участникам группы предлагается разбиться на пары и разойтись по комнате в подгруппах так, чтобы не мешать друг другу. Затем каждой из подгрупп предлагается построить «скульптуру зависимости» так, как они ее себе представляют. Ведущий объясняет, что «материалом» для скульптуры будут сами участники, кроме того, они могут использовать любые подручные средства: стулья, одежду и т.д. Дается некоторое время на обдумывание и репетицию, и затем каждая из подгрупп представляет свою скульптуру с необходимыми комментариями.

После выступления всех подгрупп проводится групповое обсуждение, во время которого каждому участнику предоставляется возможность поделиться своими чувствами и ощущениями.

Роли: жертва, наркотик, девушка/парень, лучший друг, родители, смерть, полицейский.

2. Упражнение «Ролевая игра»

Инструкция: Двое желающих принимают на себя роль друзей, которые встретились как-то вечером на квартире, пока родителей нет дома. Задача одного из участников - уговаривать другого, покурить курительную смесь, используя для этого всевозможные аргументы. Другой участник должен, во что бы то ни стало, отказаться. Продолжительность такого взаимодействия не более 5 минут.

По окончании остальные участники дают «обратную связь» тому участнику, который отказывается с целью выделить моменты, наиболее удачные в плане отстаивания своей позиции, и те, которые оказались не убедительными.

Написать на листке аргументы убеждения: «я уже это пробовал и мне понравилось», «один раз живем, пока не попробуешь – не узнаешь», «все это пробовали», «это тебе не навредит», «я знаю – у тебя сейчас проблемы, попробуй – полегчает».

3. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование у подростков потребности ведения здорового образа жизни.

4. Терапия занятостью:

- ✓ ведение дневника
- ✓ занятия по интересам (боулинг, посещение спортивных секций, кружков, клубов).
- ✓ активность на свежем воздухе

СТУПЕНЬ 9

1. Упражнение «Ассоциации» (в начало!).

Цель: определить уровень знаний участников группы. Создать основу для более глубокого содержания работы и дискуссий.

Оборудование: ручки, писчая бумага.

Инструкция: запишите 2-3 слова, которые приходят вам на ум, когда вы слышите слова – «наркотики», «наркоман», «зависимость».

Участники по кругу произносят свои ассоциации, а ведущий записывает их на доске так, чтобы варианты не повторялись. В результате обсуждения ведущий суммирует предложенные ассоциации.

2. Упражнение «Портрет». Использование элементов арт-терапии.

Цель: переживание и прочувствование ситуации «зависимого», преодоление отрицания (анозогнозии) и принятие своей зависимости.

Оборудование: бумага и цветные карандаши.

Инструкция: Каждый участник должен нарисовать «портрет наркомана». Это не обязательно должно быть изображение человека, необходимо выразить в рисунке те чувства, которые возникают при воспоминании о наркоманах. Важно выбрать только три цвета. По завершении работы рисунки раскладываются внутри круга, участники делятся своими впечатлениями.

Комментарий ведущего: Это упражнение рождает много ассоциаций. Оно позволяет на собственном опыте почувствовать, что значит быть зависимым, кому-то из вас оно может напомнить отношения в семье, в классе, в дворовой компании. Подобная практика «выплеска» ассоциаций на бумагу помогает более отчетливо осознать свои жизненные роли, свою позицию, глубоко почувствовать и пережить ситуацию зависимости.

3. Упражнение «10 поводов».

Цель: исследование ситуации соблазна, выработка аргументированной позиции и навыков отказа.

Инструкция: участники делятся на 2 команды. Первая команда последовательно называет 10 поводов для того, чтобы покурить «спайс», вторая команда отказывается, находя 10 убедительных аргументов.

Каждый записывает на листке.

4. Рефлексия:

- Что понравилось?
- Что не понравилось?
- Есть ли вопросы по теме тренинга?

5. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование у подростков потребности ведения здорового образа жизни.

6. Терапия занятостью:

- ✓ ведение дневника

- ✓ занятия по интересам (боулинг, кинотеатр, посещение спортивных секций, кружков, клубов); активность на свежем воздухе

СТУПЕНЬ 10

1. Упражнение «Марионетки».

Цель: определить, что может чувствовать человек, когда им кто-то управляет, когда он не свободен. Ассоциации отношений «наркотик» - «наркоман», в семье или в компании сверстников. Возможность испытать состояние, когда зависишь сам или зависят от тебя.

Инструкция: участники разбиваются на пары.

Задание: один участник в паре играет роль кукловода - полностью управляя всеми движениями «куклы-марионетки», в роли которой – его партнер. Для каждой пары устанавливаются два стула на расстоянии 1,5 - 3 метра. Цель «кукловодов» - пересадить «куклу» с одного стула на другой. При этом человек, который играет «куклу», не должен сопротивляться тому, что с ним делают «кукловоды». Очень важно, чтобы на месте «куклы» побывал каждый участник.

По завершении игры – обсуждение.

Комментарий ведущего: анализ чувств.

- Что вы чувствовали, когда были в роли «куклы»?
- Понравилось ли вам это чувство, комфортно ли вам было?
- Хотелось ли сопротивляться?

1. Шаги
2. Прыжки и громкий смех
3. Встать на колени и просить деньги (кланяться)
4. Крик («Я вас всех ненавижу»)
5. Оскорбление ()
6. Изгнание (бросить листок)

2. Упражнение «Отказ».

Цель: дать возможность участникам овладеть навыками уверенного поведения, аргументированного отказа в ситуации выбора.

Инструкция: работа проводится в парах, каждой из которых предлагается одна из ситуаций:

- Одноклассник (сосед, лидер двора) просит разрешения приготовить наркотик у тебя дома.
- Одноклассник (сосед, лидер двора) просит оставить какие-то вещи у тебя дома.
- Одноклассник (сосед, лидер двора) предлагает попробовать наркотик «за компанию».

- Одноклассник (сосед, лидер двора) просит отвезти какую-то вещь незнакомому тебе человеку.
- Одноклассник (сосед, лидер двора) просит достать для него наркотик.

В течение пяти минут придумать, как можно больше аргументов для отказа в этой ситуации. Затем каждая подгруппа «проигрывает» свою ситуацию перед остальными участниками. Один играет роль «уговаривающего», другой – «отказывающегося». Необходимо использовать в каждой ситуации три стиля отказа: уверенный, агрессивный, неуверенный.

Комментарий ведущего: Что вы чувствовали, когда были в роли «уговаривающего», «отказывающегося»? Комфортно ли вам было?

3. Релаксационное упражнение «Вверх по радуге».

Цель: расслабление и снижение эмоционального напряжения.

Ведущий предлагает упражнение, которое позволит немного отдохнуть и расслабиться. Участников просят встать, закрыть глаза, сделать глубокий вздох и представить, что вместе с этим вдохом они забираются вверх по радуге, а выдыхая, съезжают с нее, как с горки. Упражнение повторяется 3 раза. После этого желающие делятся впечатлениями, затем упражнение повторяется еще раз с открытыми глазами.

4. Рефлексия:

- Что понравилось?
- Что не понравилось?
- Есть ли вопросы по теме тренинга?

5. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование у подростков потребности ведения здорового образа жизни.

6. Терапия занятостью:

- ✓ ведение дневника
- ✓ активность на свежем воздухе
- ✓ занятия по интересам (боулинг, посещение спортивных секций, кружков, клубов)

СТУПЕНЬ 11

1. Упражнение «Плюсы и минусы».

Оборудование: писчая бумага, ручки.

Инструкция: участники заполняют таблицу.

Что я приобрел, употребляя наркотики	Что я потерял, употребляя наркотики

По окончании каждый участник зачитывает свои ответы. Обсуждение:

- какую колонку было заполнить труднее?
- какая колонка перевесила по своим аргументам?

2. Ролевая игра «Семья».

Цель: принять личное участие в решении проблемы, найти возможные стратегии выхода.

Инструкция: участники разбиваются на микрогруппы - «семьи», каждая из которых должна придумать историю семьи, где есть зависимый от психоактивных веществ. В группах распределяются роли. Задача каждого участника - найти способы решения проблемы и подумать, как лично он может повлиять на ситуацию.

По окончании представлений происходит обсуждение наиболее приемлемых способов решения проблемы.

Вариант распределения ролей в микрогруппе: наркоман, его мать и отец, его друг и тень наркомана (его внутренний голос).

2. Упражнение «Ответственность» (незаконченные предложения).

Цель: почувствовать достоинства и недостатки 2-х позиций: «ответственность за других» и «ответственность по отношению к себе».

Инструкция: участники должны продолжить незаконченные предложения:

- быть ответственным для меня означает...
- некоторые люди более ответственны, чем другие, - это люди, которые...
- безответственные люди - это...
- свою ответственность к другим я проявляю через...
- самый трудный для меня вид ответственности - это...
- ответственного человека я узнаю по...
- чем сильнее моя ответственность, тем больше я...
- я побоялся бы нести ответственность за...
- быть ответственным по отношению к себе - это...

- я несу ответственность за...

3. Рефлексия:

- Что нового вы узнали на занятии?
- Что вам понравилось/не понравилось?

4. Занятия в тренажерном зале.

Цель: формирование у подростков потребности ведения здорового образа жизни.

5. Самоорганизация досуга:

- ✓ ведение дневника
 - ✓ домашнее задание: написать письмо родителям, содержащее следующую информацию:
- я благодарен вам за....
- я хочу попросить у вас прощение за...
- ...это я хотел бы от вас услышать.
- я хотел бы вам сказать...
- ✓ активность на свежем воздухе
 - ✓ занятия по интересам (боулинг, посещение спортивных секций, кружков, клубов)

СТУПЕНЬ 12

Цель: принятие осознанного решения о полном отказе от наркотиков; признание **личной нуждаемости** в отказе от наркотиков (не ради спокойствия родных и близких).

1. Упражнение «Преодоление».

Инструкция: каждый участник определяет для себя срок, когда он преодолеет свою зависимость - полностью откажется от наркотиков. Участники, совещаясь, формулируют и письменно излагают на отдельных бланках препятствия (причины), которые могут спровоцировать рецидив на пути к достижению цели. Заполненные бланки прикрепляются на грудь участникам, которые встают в две шеренги лицом друг к другу; каждому необходимо пройти через них и добраться до конечной цели. Ориентир - дата полного отказа от зависимости. Стоящие в шеренгах участники создают препятствия идущему разными способами.

Комментарий ведущего:

- Что мешало добраться до цели?
- Что вы чувствовали, когда преодолевали препятствия на пути к цели?
- Что вы ощутили, когда достигли желаемого?

2. Упражнение «Выбор»

Оборудование: писчая бумага, пластиковые стаканы.

Инструкция: участникам предлагается изложить свои ассоциации на двух тематических бланках:

- «Нектар» - приятное воздействие наркотических веществ.
- «Яд» - вредное воздействие наркотических веществ.

Бланки складываются и помещаются в два пластиковых стакана, участники путают их, передавая друг другу, затем возвращают ведущему. Задача каждого участника выбрать один из стаканов (так как стаканы перепутаны, то никто не знает, в каком из них находится «нектар», а в каком «яд»).

Комментарий ведущего: участникам необходимо прийти к осмыслению полного отказа от выбора - как того, что содержит «нектар», так и того, что содержит «яд», а, следовательно, - отказаться от наркотиков, так как – это выбор вслепую, а «нектар» в наркотиках – всего лишь мнимое удовольствие.

2. Упражнение с использованием набора притч «Шаги к мудрости».

Инструкция: каждый из вас должен задаться вопросом: «Каким будет мой дальнейший путь?», выбрав притчу, прочитайте ее группе и проанализируйте вслух.

Комментарий ведущего: притча - это отражение мудрости веков. Она ненавязчиво меняет восприятие человеком мира, себя и своих поступков.

Притча, которую вы держите в руках, предназначена именно вам. Она поможет вам в совершенствовании, откроет грани вашего Я, позволит найти ту высоту осознания, на которой вы обретете уверенность в собственных силах, и подскажет, какой дорогой двигаться дальше. Помните, чтобы найти новый путь необходимо уйти со старой дороги.

4. Рефлексия:

Вопросы для обсуждения:

- Жизнь с собой.
- Что мне дали тренинги?
- Доволен ли я тем, что произошло?
- Доволен ли я собой?
- Что ценного я получил за время занятий?

Заключение

Психолого-педагогические тренинги с подростками, предложенные в данной программе, будут способствовать изменению их ценностных ориентаций, формированию социально-положительных моделей поведения, антинаркотических установок через развитие личной ответственности.

С целью эффективного формирования у подростков представлений о здоровом образе жизни программа тренингов дополняется занятиями в тренажерном зале.

Необходимым фактором достижения положительных результатов реализации программы является помощь подросткам целевой группы в организации социально-положительной досуговой деятельности, использование «терапии занятостью», а именно - вовлечение подростков в занятия в спортивных секциях, клубах, кружках, способствующих раскрытию природных способностей и талантов, направлению активности в социально-положительное русло.

Каждый подросток на протяжении социально-психологической реабилитации в рамках данной программы ежедневно ведет дневник, что необходимо для развития самоанализа, что в свою очередь ведет к самосовершенствованию.