

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
(ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ) СПЕЦИАЛИСТОВ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ АКАДЕМИЯ ПОСТДИПЛОМНОГО
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**ОПЫТ ПЕРВИЧНОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОЗАВИСИМОСТИ
СРЕДИ УЧАЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Методическое пособие

Под научной редакцией С.В. Алексева

Санкт-Петербург
2012

Методическое пособие издано в рамках программы «Комплексные меры по противодействию злоупотреблению наркотическими средствами и их незаконному обороту в Санкт-Петербурге» на 2009–2012 годы.

А в т о р с к и й к о л л е к т и в :
С.В. Алексеев (вместо предисловия),
Н.И. Цыганкова, Л.И. Гущина (глава 1),
Е.В. Бердник, (глава 3),
И.Р. Корнева, Е.В Павлова, А.Е. Семенова (глава 2)

П о д н а у ч н о й р е д а к ц и е й
С.В. Алексеева, доктора педагогических наук, профессора,
заведующего кафедрой педагогики окружающей среды, безопасности
и здоровья человека, проректора по научной работе
Санкт-Петербургской академии постдипломного
педагогического образования

О-62 **Опыт первичной психолого-педагогической профилактики нар-**
козависимости среди учащихся образовательных учреждений Санкт-
Петербурга: методическое пособие / С.В. Алексеев, Н.И. Цыганкова,
Л.И. Гущина и др.; под науч. ред. С.В. Алексеева. – СПб.: СПб АППО,
2012. – 34 с.

Методическое пособие содержит материалы для проведения групповых занятий и индивидуальных консультаций с подростками группы «риска» относительно употребления психоактивных веществ. Значительное место отведено опыту специалистов районных центров психолого-педагогической и медико-социальной помощи Санкт-Петербурга по разработке и реализации учебных программ психолого-педагогической профилактики и реабилитации подростков, имеющих опыт употребления психоактивных веществ, а также организации деятельности кризисной психологической службы.

Издание адресовано специалистам в области психологии, педагогики и социальной работы, занимающихся первичной психолого-педагогической профилактикой наркозависимости среди учащихся образовательных учреждений.

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ...

В России основной группой риска, употребляющей наркотики, считается молодежь и подростки. Эта проблема в последние годы приобретает громадные масштабы и глобальный характер. На фоне отрицательного прироста населения рост числа наркоманов и токсикоманов среди молодежи грозит социально-экономическими последствиями.

Человек в подростковом возрасте наиболее уязвим, и ему свойственны потребности в переживаниях. У подростка происходит переоценка ценностей, ему просто необходимо ощущение насыщенного переживания, поэтому он стремится к экстремальным ощущениям, таким, где есть неопределенность, риск. Существует множество работ, посвященных выявлению причин и прогнозированию возможных последствий наркомании, а именно педагогических, психологических, медицинских, социальных, юридических и др. Большинство из них сходятся на том, что основные причины концентрируются в образовательной среде школы. И все, что мы относим к первичной психолого-педагогической профилактике наркомании, в первую очередь относится к состоянию образовательной среды, ее психологическому климату, укладу школьной жизни.

Взаимоотношения подростка с родителями – важный компонент профилактики наркозависимости. Отношение родителей к ребенку очень сильно влияет на его жизненный сценарий, особенно если ребенок ощущает, что родители его любят. Не демонстрируют любовь, а любят. Родителей этому тоже надо учить. Существует много способов проявления любви человека к человеку. В работе А.К. Колеченко «Лекции для родителей по профилактике наркозависимости» (2002) автор приводит 91 способ проявления любви к детям (табл. 1). Попробуем их осмыслить и применять в дальнейшем в нашей профессиональной и даже в непрофессиональной деятельности.

Способы проявления любви родителей к детям (по А.К. Колеченко)

1. Замечай их	20. Оставляй иногда свои хлопоты и просто будь с ними	39. Смейся над их шутками	58. Оставляй им вырезки из газет на темы, которые их интересуют	77. Поддерживай их
2. Улыбайся им	21. Замечай разницу в их поведении	40. Будь расслаблен	59. Говори им комплименты	78. Наблюдай, как они взрослеют
3. Слушай то, что они говорят	22. Давай им возможность выбора, когда они обращаются за советом	41. Присядь на корточки, встань на колени, чтобы ваши глаза были на одном уровне	60. Замечай их успехи	80. Включай их в существенные разговоры
4. Называй их так, как они любят	23. Проводи с ними время во дворе	42. Отвечай на их вопросы	61. Поощряй игры без соперничества	81. Уважай их
5. Помни об их дне рождения	24. Делай им сюрпризы	43. Говори им о том, какие они прекрасные дети	62. Посвящай им много времени	82. Часто приходи в школу
6. Интересуйся их делами	25. Оставляйся с ними, когда они чего-нибудь боятся	44. Сохраняй общие обычаи	63. Спрашивай их мнение	83. Будь терпимым и чутким, когда у них трудный день
7. Смотри в глаза, когда с ними разговариваешь	26. Иногда приглашай их на мороженое	45. Учись тому, чему они учатся	64. Знакомь их со своими друзьями	84. Пошали с ними иногда
8. Слушай, когда они говорят	27. Подсказывай им, что нужно делать, когда они плохо себя ведут	46. Больше слушай, а меньше говори	65. Позволь им самостоятельно решать свои проблемы	85. Находи для них время
9. Играй с ними	28. Накорми их, когда они голодны	47. Будь в их распоряжении	66. Выражай желание знакомства с их приятелями	86. Поощряй их творческие занятия

10. Читай им вслух	29. Радуйся их открытиям	48. Ходи на их концерты, магчи, показы	67. Выражай желание познакомиться с родителями их приятелей	87. Принимай их такими, какие они есть
11. Смейся вместе с ними	30. Разделяй их восторг	49. Находи общие темы	68. Позволь им общаться, как они себя чувствуют	88. Будь их защитником
12. Будь ласковым	31. Высылай им открытки и письма	50. Держи их за руку на прогулках	69. Разреши им делиться важным для них умения	89. Признавай их индивидуальность
13. Говори «да» как можно чаще	32. Иди за ними туда, куда они хотят идти	51. Проси прощения, если совершишь ошибку	70. Разреши им вести себя так, как ведут себя дети	90. Разговаривай с ними искренне
14. Уверь их, что они имеют право чувствовать то, что чувствуют	33. Замечай их отсутствие	52. Слушай с ними их любимую музыку	71. Больше их хвали, чем ругай	91. Доверяй им
15. Установивай границы их безопасности	34. Звони им, чтобы услышать их голос	53. Выполняй данные обещания	72. Будь последовательным	
16. Будь честным	35. Прячь для них маленькие подарки, чтобы они находили	54. Маши рукой и улыбайся при расставаниях	73. Признавайся в совершении ошибок	
17. Будь самим собой	36. Оставляй им собственную территорию	55. Украшай квартиру их рисунками	74. Заботься о них	
18. Выслушивай их рассказы	37. Помогай им коллекционировать их любимые сокровища	56. Благодарим их	75. Оберегай их	
19. Обнимай их	38. Разговаривай с ними о снах и мечтах	57. Подчеркивай то, что в них любима	76. Проси их помощи	

Глава 1. МЕТОДИЧЕСКИЙ БАНК ПРОГРАММ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОЗАВИСИМОСТИ УЧАЩИХСЯ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

Профилактика употребления психоактивных веществ обучающимися (далее – ПАВ) в системе образования Санкт-Петербурга рассматривается в настоящее время с точки зрения комплексно-дифференцированного подхода, обеспечивающего в образовательной среде безопасные адекватные условия для развития каждого ребенка в соответствии с его возрастом, задачами укрепления и сохранения здоровья, а также с учетом формирования полноценной, успешно социализирующейся личности и получения должного образования.

Следует отметить значительное негативное давление социальной среды, окружающей подростков. Проведенное в 2011 г. исследование обучающихся общеобразовательных учреждений на предмет немедицинского потребления наркотических средств, психотропных и других токсических веществ выявило тревожную ситуацию, связанную с предложением наркотических средств учащимся. Основные источники предложений для подростков – Интернет, дискотека, школа, двор, пришкольная территория. На дискотеке, в школе, через Интернет подростки получают 2% предложений. Во дворе – 3 %, но более всего (4%) предложений приобрести наркотики они получали около школы. В связи с этим активизируется деятельность специалистов по разработке и реализации программ, направленных на обучение подростков способам сопротивления негативному влиянию среды, в частности отказу от предложения попробовать наркотики (табл. 2).

Актуальным в современной ситуации является выделение групп учащихся, которые могут быть вовлечены при определенных условиях в употребление психоактивных веществ, профилактическая и психокоррекционная работа с детьми группы риска, имеющими опыт употребления ПАВ, состоящими на учете в отделах по делам несовершеннолетних (далее – ОДН). Приоритетным направлением в профилактической работе продолжает оставаться позитивный подход с акцентом на формирование здорового образа жизни.

**Методический банк профилактических программ
(по районам Санкт-Петербурга)**

Название программы	Категория слушателей	Цель программы	Объем, час
Адмиралтейский район			
<p>Реабилитационно-коррекционная образовательная программа</p> <p>Включает учебные программы: Комплексная модель психолого-педагогической коррекции и реабилитации детей, злоупотребляющих психоактивными веществами (ПАВ)</p> <p>Образовательная программа социальной адаптации. Включает учебную программу профилактики наркозависимости «Перешек-2»</p>	<p>Дети 7–18 лет, их родители и педагоги</p> <p>Учащиеся 7–9 классов, их родители и педагоги</p>	<p>Оказание консультативно-диагностической, медицинской помощи детям и подросткам, склонным к употреблению ПАВ, формирование установок к здоровому образу жизни, навыков ответственного поведения, изменению вредных относительно ПАВ</p> <p>Гармонизация личности подростка. Формирование и развитие навыков безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском приобретения к ПАВ</p>	<p>194</p> <p>136</p>
Выборгский район			
<p>Образовательная программа «Профилактика аддиктивного поведения детей и подростков»</p> <p>Включает учебные программы: «Светофор жизни»; «За здоровый стиль жизни»; «Волшебная страна»; «Шаг навстречу к здоровью»; «Знание – залог здоровья»; «Посланию»</p> <p>«Волшебная страна»</p>	<p>Дети и подростки ОУ, ДОУ</p>	<p>Формирование здорового жизненного стиля у детей и подростков.</p> <p>Формирование у детей и подростков устойчивых антинаркотических (антиалкогольных) установок</p>	<p>82</p>
<p>«Волшебная страна»</p>	<p>Учащиеся 1–4 классов</p>	<p>Гармонизация личности ребенка на основе развития эмоционально-волевой сферы.</p> <p>Формирование у детей стойкой негативной установки по отношению к употреблению ПАВ путем общения к здоровому жизненному стилю.</p>	<p>26</p>

Название программы	Категория слушателей	Цель программы	Объем, час
Занятия по результатам диагностики «Школа здоровья»	Учащиеся 3–6 классов	Формирование у детей стойкой негативной установки по отношению к употреблению психоактивных веществ путем приобщения к здоровому жизненному стилю	8
Калининский район			
«Детство без алкоголя»	8–10 лет	Профилактика детского и подросткового алкоголизма	64
«Перешеек»	Учащиеся подросткового возраста	Первичная профилактика нарказависимости, повышение уровня жизненной компетентности школьников	32
«Соревнование классов, свободных от курения»	Учащиеся 6–7 классов	Предотвращение подросткового курения и формирование моды на ЗОЖ в молодежной среде	32
«Все цвета, кроме черного»	Учащиеся 2–4 классов	Формирование у детей навыков эффективной адаптации, позволяющей предупредить вредные привычки	64
«Здоровая молодежь»	Учащиеся 8–11 класс	Комплексная профилактика нарказависимости, распространения ВИЧ-инфекции и развитие навыков толерантного поведения	32
«Комплексные меры по противодействию злоупотреблению наркотическими средствами и их незаконному обороту»	Подростки 14–18 лет	Совершенствование системы профилактики употребления наркотических средств.	64
Кировский район			
Образовательная программа превентивной педагогики и психологической профилактики (программа, направленная на профилактику зависимого поведения, пропаганду ЗОЖ)	Дети 7–18 лет, их родители и педагоги	Создание комплексной системы профилактической работы с участниками образовательного процесса. Формирование навыков ответственного поведения и установок к ЗОЖ	77
«Здоровый образ жизни»	10–12 лет	Предупреждение употребления ПАВ и формирование мотиваций ведения ЗОЖ	20
«Профилактика употребления психоактивных веществ детьми»	Учащиеся начальных классов	Выработать у детей навыки безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском приобщения к ПАВ	21

«Профилактика зависимого поведения подростков»	Учащиеся старших классов	Информирование о проблеме употребления ПАВ и формирование навыков ЗОЖ	6
Колпинский район			
Образовательная программа Профилактика (программы, направленные на профилактику зависимого поведения, пропаганду здорового образа жизни). Включает учебные программы: 1. «Погода в доме» 2. «Школа волонтеров» 3. «Мы выбираем здоровье»	Дети 5–18 лет, их родители и педагоги	Формирование установок к здоровому стилю жизни, навыков ответственного поведения, изменению убеждений относительно алкоголя, табака, наркотиков	377
«Формирование психологической устойчивости к негативным влияниям»	Учащиеся 7 классов	Формирование личностного противостояния различным формам зависимости	8
«Победить и удержаться!»	Подростки, имеющие опыт употребления ПАВ, и их родители	Реабилитация подростков, имеющих опыт употребления ПАВ	28
Красногвардейский район			
«Первичная профилактика употребления психоактивных веществ»	Дети 7–18 лет, их родители и педагоги	Создание комплексной системы профилактической работы, формирование установок к здоровому стилю жизни, изменению убеждений относительно алкоголя, табака, наркотиков	Родители 26 Педагоги 32 Дети 60
Красносельский район			
Образовательная программа «Профилактика» (программы, направленные на профилактику зависимого поведения и пропаганду ЗОЖ)	Учащиеся 5–11 классов, их родители и педагоги	Формирование здорового стиля жизни детей и подростков, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи	169

Название программы	Категория слушателей	Цель программы	Объем, час
«Развитие человека и его здоровье»	Учащиеся 5–11 классов	Формирование устойчивого негативного отношения к ПАВ, адаптивных копинг-стратегий	12
«Основы самосовершенствования»	Учащиеся 5–8 классов	Сформировать устойчивое негативное отношение к ПАВ. Повысить личную и социальную компетентность	12
«Профилактика курения»	Учащиеся 6–8 классов	Сформировать устойчивое негативное отношение к ПАВ	8
Профилактика химической зависимости у детей и подростков	Учащиеся 8–11 классов	Формирование ценностного отношения к здоровью. Формирование личности, способной самостоятельно строить свою жизнь, совершая осознанные выборы, использовать навыки ЗОЖ	54
Профилактика зависимого поведения детей и подростков, имеющих опыт употребления ПАВ	Учащиеся 11–16 лет	Повысить уровень социально-психологической компетентности подростков, снизить вероятность экспериментирования с ПАВ	22
Кронштадтский район			
«Программа профилактических занятий с участниками программы «Соревнования классов, свободных от курения»	Учащиеся 12–14 лет	Формирование установок здорового стиля жизни и навыков ответственного поведения	14
Московский район			
«PRO Здоровый выбор»	Учащиеся 13–17 лет	Снижение влияния социальных рисков через формирование у подростков позитивной направленности на ЗОЖ	120
Невский район			
Образовательная программа превентивной педагогики и психопрофилактики «Охрана психического здоровья детей и подростков» (программы, направленные на профилактику зависимого поведения, пропаганду ЗОЖ)	Дети и подростки 6–18 лет, их родители и педагоги	Создание комплексной системы профилактической психолого-медико-социальной работы с участниками образовательного процесса; профилактика злоупотребления ПАВ и противоправного поведения	106

«Первая ступень»	Дети и младшие подростки 6–12 лет	Повышение популярности здорового образа жизни среди детей 6–12 лет и развитие у них необходимых для его осуществления навыков и качеств	7
«Динамика»	Подростки 13–17 лет	Создание условий для предотвращения употребления табака, алкоголя и наркотиков; привлечение учащихся к профилактической работе со своими сверстниками	12
«Профилактика табакокурения»	Подростки 12–17 лет	Профилактика табакокурения среди учащихся 6–9 классов	8
«Создание волонтерских групп «Здоровый образ жизни»	Подростки 15–18 лет	Повышение популярности здорового образа жизни среди детей. Формирование позитивного образа «Я», активной гражданской позиции, лидерских качеств	34
«Профилактика наркозависимости «Барьер»	Педагоги ОУ, специалисты МО, КДН и ЗП, ОДН	Содействие развитию детей и подростков: профилактика злоупотребления ПАВ, формирование модели здорового образа жизни	40
«Методы профилактики зависимого поведения у учащихся»	Социальные педагоги ОУ	Содействовать внедрению в образовательную среду инновационных технологий, способствующих созданию социально-психологических условий, препятствующих формированию зависимого поведения учащихся	20
Создание волонтерских групп «Я – волонтер»	Подростки 14–18 лет	Создание социально-психологических условий для успешного обучения и воспитания учащихся, профилактики зависимого поведения, правонарушений, безнадзорности и ориентации на ЗОЖ	36
Петроворцовый район			
«Мое здоровье – в моих руках»	Учащиеся 6–18 лет	Пропаганда здорового образа жизни	10
Приморский район			
«Формирование ответственного отношения к здоровью»	Учащиеся 9–11 классов	Создание условий, способствующих развитию у подростков личностных качеств, обеспечивающих успешную социализацию в условиях наркотизации общества	18

Название программы	Категория слушателей	Цель программы	Объем, час
«Формирование активной жизненной позиции как профилактика зависимого поведения у подростков»	Учащиеся 12–17 лет	Создание в среде подростков «здорового ядра», пропагандирующего ЗОЖ. Укрепление установок на ЗОЖ. Формирование эффективных навыков взаимодействия, развитие организаторских способностей, склонностей к поиску социально приемлемых способов проведения досуга	16
«Формирование здорового образа жизни через профилактику табакокурения»	Учащиеся 6–7 классов	Предотвратить или отсрочить начало курения среди молодых людей. Создание положительного социального опыта. Выбор здорового образа жизни	18
Пушкинский район			
«Диалог о полезных и вредных привычках»	Учащиеся 8–9 классов	Профилактика употребления ПАВ через самовоспитание, повышение уровня жизненной компетентности школьников и выработка навыков ЗОЖ	8
«Беду отведи до удара»	Учащиеся 10–11 классов	Создание условий для получения объективной и достоверной информации о последствиях употребления ПАВ, выработка личных установок на жизнь без наркотиков	12
Фрунзенский район			
«Социально-информационное сопровождение учащихся, состоящих в базе «Профилактика правонарушений учащихся»	Учащиеся 7–18 лет, состоящие на учете в ОДН	Организация социально-информационного сопровождения учащихся, состоящих на учете в отделах по делам несовершеннолетних	268
«Будь готов быть здоров»	13–17 лет	Профилактика поведения высокой степени риска	32
«Соревнование классов, свободных от курения» (групповые занятия)	Учащиеся 6–7 классов	Приобщение учащихся к ЗОЖ	7,5
«Соревнование классов, свободных от курения» (проведение массовых мероприятий)	Учащиеся 6–7 классов	Приобщение учащихся к ЗОЖ	44
«Я и Мы»	Учащиеся 2–4 классов «группы риска»	Развитие социальной компетенции и создание внутрисочетных, антинаркотических барьеров	32

Современные программы профилактики наркозависимости несовершеннолетних, реализуемые ППМС-центрами районов Санкт-Петербурга, создают возможности успешной социализации учащихся и позволяют раскрыть индивидуальные способности, подготовиться к жизни, создать мотивации и условия для ведения здорового образа жизни, освоения обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности, норм и правил общественного поведения, формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности.

Основным фактором первичной профилактики должна стать целостная система формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в рамках программ воспитания и социализации, предусмотренных федеральными образовательными стандартами (ФГОС).

**Глава 2. «ПОБЕДИТЬ И УДЕРЖАТЬСЯ!»:
ПРОГРАММА ЦЕНТРА
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ
И КОРРЕКЦИИ КОЛПИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ДЛЯ ПОДРОСТКОВ, ИМЕЮЩИХ ОПЫТ УПОТРЕБЛЕНИЯ
ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ**

Программа «Победить и удержаться!» создает условия для вовлечения детей группы риска употребления ПАВ в программы первичной профилактики наркозависимости. В соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов второго поколения, приоритетом программы является принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, неприятие вредных привычек – курения, употребления алкоголя, наркотиков.

Актуальность программы определяется сложившимся противоречием между увеличением числа наркозависимых и недостаточной эффективностью профилактических мероприятий. Программа имеет аксиологическую направленность и смещает систему ценностей подростка из деструктивной области в созидательное, творческое русло. Она имеет практический характер и ориентирована на формирование компетенций, позволяющих подросткам выстраивать свою жизнь вне наркотического пространства не потому, что оно устрашающе разрушительно, а потому, что реальность ярко окрашена, интересна и увлекательна.

Поскольку важнейшей потребностью подросткового периода является общение, в программе используются технологии формирования навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками, педагогами, родителями. Программа предполагает не разговор о наркотиках и последствиях их действия, а практику, тренировку, направленную на развитие личностных качеств, предоставляющих подросткам возможности решения возникающих проблем конструктивными путями, ориентированными на достижение успеха и удовлетворенности в жизни. Такой подход представляется более перспективным, чем традиционное распространение информации о вреде ПАВ.

Научное обоснование программы. Программа базируется на принципах транзактного анализа Эрика Берна, в рамках которого личность представлена в виде трех состояний «Я» (Родитель, Взрослый, Ребенок); клиент-центрированной терапии Карла Роджерса; теории стресса Ганса Селье; принципах профилактической и реабилитационной работы, предложенных Н.А. Сиротой, В.М. Ялтонским, В.А. Ананьевым. Согласно данной теории, употребление ПАВ в качестве адаптационного механизма к стрессу более вероятно, когда степень стресса высока, а копинг-ресурсы истощены.

Психологическая коррекция несовершеннолетних, имеющих опыт употребления ПАВ, включает в себя исследование стратегий поведения, которые применяет подросток, попав в трудную жизненную ситуацию. Используется методика «Способы совладания» (Р. Лазарус, С. Фолкман, 1988) в адаптации Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С. Замышляевой. Методика предназначена для определения копинг-механизмов и копинг-стратегий – способов преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности. В ее контексте понятие «копинг-поведение» рассматривается как деятельность личности по поддержанию и сохранению баланса между требованиями среды и имеющимися ресурсами. Определено 8 основных типов стратегий копинг-поведения, которые охватывают разные аспекты личности: конфронтационный копинг, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка. Человек, оказавшись в трудной жизненной ситуации, может использовать одну или же несколько стратегий копинг-поведения. У подростков, как правило, репертуар использования данных стратегий невелик.

Цель программы: расширение репертуара стратегий совладающего поведения подростков, имеющих опыт употребления ПАВ.

Задачи программы:

1. Определить стратегии совладающего поведения у участников группы.

2. Сформировать основы правовых знаний в области уголовного и административного законодательства.
3. Сформировать комплекс жизненных ориентаций на здоровый образ жизни.
4. Сформировать конструктивные стратегии совладающего поведения.
5. Сформировать навыки саморегуляции.
6. Создать условия для восстановления внутрисемейных отношений «родитель – ребенок».
7. Оценить результативность программы: заключительная диагностика.

Организационные формы реализации программы: индивидуальная и/или групповая работа.

Схема набора участников для групповой работы представлена на рис. 1

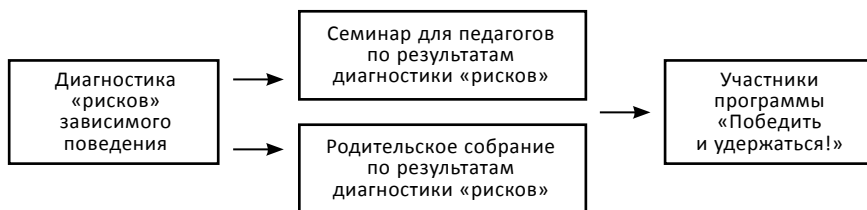


Рис. 1. Набор подростков для проведения групповой работы по программе

Программа адресована учащимся средней и старшей школы, начального и среднего профессионального образования, имеющим опыт употребления ПАВ. *Ограничения программы* – не допускается участие в программе подростков с умственной патологией, психическими расстройствами и наркозависимостью, установленной врачом-наркологом. *Длительность программы и режим занятий.* Полный курс групповой работы 16 часов, частота встреч 1 раз в неделю, длительность занятия 2 часа. Место проведения – ГБОУ ЦППРиК Колпинского района. Полный курс индивидуальной работы 18 часов, частота встреч 1 раз в неделю, длительность консультации 2 часа. Групповые занятия и индивидуальные консультации проводятся во внеурочное время.

Группа формируется по результатам анонимного анкетирования. Для участия в программе приглашаются целые классы, в которых было выявлено наибольшее количество учащихся группы «риска», склонных к формированию алкогольной или наркотической зависимости.

Схема набора участников для индивидуальной работы представлена на рис. 2.

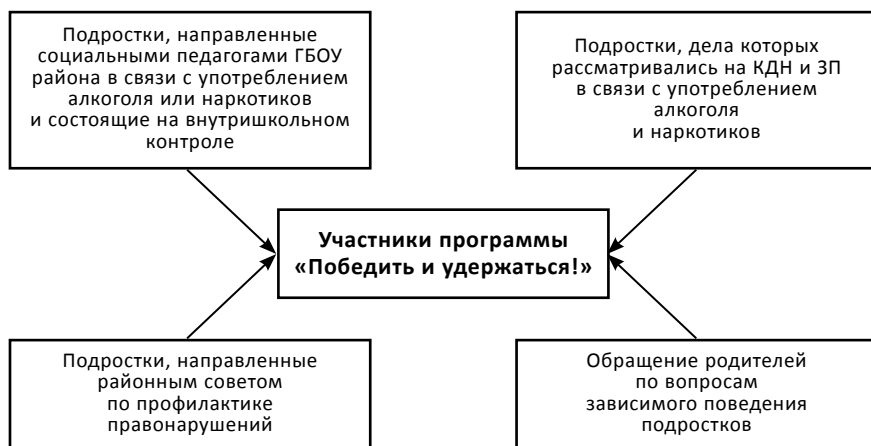


Рис. 2. Набор подростков для проведения индивидуальной работы по программе

Таблица 3

**Учебно-тематический план программы «Победить и удержаться!»
(групповая работа)**

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Используемые методики
1	Формирование ценностных ориентаций на здоровый образ жизни	2	Опросник «Способы совладания», (С. Фолкман, Р. Лазарус) Методика исследования самооценки Дембо – Рубинштейн
2	Основы правовых знаний		Методика на определение уровня правосознания Л.А. Ясюковой
3	Навыки самопомощи в сложных жизненных ситуациях	2	Методика Джекобсона
4	Правила общения в семье	2	Рисуночный тест «Моя семья»
5	Отработка стратегий совладающего поведения	6	Методики научения
6	«Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались...»	2	Опросник «Способы совладания»
Итого		16	

Важной задачей при индивидуальной работе с подростком, имеющим опыт употребления ПАВ, считается привлечение родителей, а также эмоционально значимых взрослых. У детей и подростков, чьи родители не проявляют интереса к коррекционной работе, наблюдается ее низкая эффективность. Никакая позитивная динамика в ходе коррекционного процесса не может привести к достижению планируемого эффекта, если изменения в поведении, установках, эмоциональном состоянии подростка не находят отклика у родителей и ближайшего социального окружения, если значимые для ребенка близкие взрослые не видят истинного смысла этих изменений. В связи с этим в программу включены два сеанса семейного консультирования.

Содержание и особенности проведения занятий

Занятие 1. Формирование ценностных ориентаций на здоровый образ жизни

Цель: формирование ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Задачи:

- Познакомить с понятием «здоровый образ жизни».
- Обучить навыкам целеполагания.
- Создать условия для совместного поиска способов достижения поставленных целей.
- Обучить навыкам планирования деятельности.

Психолог вместе с группой выстраивает следующую цепочку: мотив – цель – поиск способов достижения – план действий (в соответствии с другими жизненными целями) – реализация плана – достижение. Следующий шаг: поиск способов достижения цели. В этот момент важно обращать внимание на любой способ, который приходит в голову, даже если он кажется нереальным. Важно учитывать все, чтобы случайно не отторгнуть нужное. Дальнейшей ступенькой в логической цепочке по достижению цели является непосредственный план действий. Важно, чтобы план был реалистичным и сочетался с другими аспектами жизни подростка. Обязательно следует учитывать, чтобы весь план был составлен ребенком, а психолог только помогал и объяснял. Заключительный этап занятия – групповой обмен чувствами и мыслями при отсутствии интерпретаций или объяснений. Участникам группы предлагается по очереди ответить на вопросы: «Что нового узнали сегодня на занятии? Как будете использовать полученные знания в своей жизни?»

Занятие 2. Основы правовых знаний

Цель: формирование правосознания подростков.

Задачи:

- Развитие правосознания подростков.
- Разъяснение основных понятий в сфере правоведения.
- Осознание ребенком ответственности за свою жизнь, здоровье и развитие.

Время занятия: 2 часа.

Технологии: коммуникативные (дискуссия, рефлексия).

Занятие проводится социальным педагогом ГБОУ ЦПППриК. Вначале измеряется уровень осведомленности подростков в области правовых знаний при помощи методики изучения правосознания Л.А. Ясюковой. Далее организуется групповая дискуссия, в ходе которой обсуждаются следующие вопросы:

1. Какие обязанности несет ребенок?
2. Какие виды ответственности могут быть применены к несовершеннолетним?
3. Что такое административная ответственность, с какого возраста применима и за какие действия она наступает?
4. Какие административные наказания могут применяться к несовершеннолетним?
5. С какого возраста подросток несет уголовную ответственность за свои действия?
6. Где рассматриваются дела на несовершеннолетних?
7. В каких случаях предусмотрено задержание?
8. К каким последствиям может привести неповиновение законным требованиям сотрудника полиции?
9. Какие права имеет задержанный подросток?

Заключительный этап занятия – групповое обсуждение. Участникам группы предлагается по очереди ответить на вопрос: «Что нового вы узнали сегодня на занятии?»

Занятие 3. Навыки самопомощи в сложных жизненных ситуациях

Цель: формирование навыков самопомощи в сложных жизненных ситуациях.

Задачи:

- Информировать о понятии «стресс» и видах стресса.
- Познакомить участников группы со способами выхода из стрессовых ситуаций.
- Освоить техники релаксации.

Время занятия: 2 часа.

Технологии: коммуникативные (групповая дискуссия, диалог), релаксационные, рефлексивные.

Групповое обсуждение: «Что такое стресс? Что происходит с организмом человека в стрессовой ситуации?»

Информирование: виды стресса (стресс «льва», стресс «кролика»).

Упражнение в парах: вспомнить стрессовую ситуацию, произошедшую за последние две недели. Как вы из нее выходили?

Ведущий составляет два списка: список стрессовых ситуаций и список способов выхода из стресса. После окончания группового обсуждения ведущий зачитывает составленные списки.

Упражнение. Каждому участнику группы предлагается на бумаге ответить на следующие вопросы:

- Вас кто-то сильно разозлил и нужно быстро успокоиться. Придумайте как можно больше способов, как это сделать.
- Вам нужно быстро принять важное решение. Придумайте как можно больше способов, как это сделать.
- Вы поругались с кем-то, и вас переполняет злость. Придумайте как можно больше способов, чтобы погасить эту злость.

Ответы на вопросы зачитываются в кругу.

Второй этап работы – групповое обсуждение.

Рекомендации: заключительный этап занятия: посещение комнаты релаксации с целью отработки техник на дыхание и расслабление мышц по методике Джекобсона.

Занятие 4. Правила общения в семье

Цель: формирование конструктивных навыков межличностного общения в семье.

Задачи:

- Провести анализ внутрисемейной ситуации.
- Сформировать комплекс конструктивных способов общения.
- Сформулировать правила внутрисемейного общения.

Технологии: проективные, рефлексивные, психодрама.

Время занятия: 2 часа.

Групповое обсуждение. Ваши ассоциации на слово «семья» (три-пять слов). Рисунок «Моя семья». Каждый участник на бумаге рисует свою семью в виде метафоры. Групповое обсуждение рисунков. В кругу задается вопрос: «Что изображено на рисунке?» Участники группы по желанию высказывают свои ассоциации.

Упражнение «Просьбы и требования». Двое добровольцев садятся в центр круга. Один исполняет роль ребенка, другой взрослого. 1-е задание. Взрослый требует что-либо у ребенка. Что при этом чувствует

взрослый, а что ребенок? 2-е задание. Взрослый просит о чем-нибудь ребенка, выражая свои чувства, спрашивая и выслушивая, что чувствует другой. 3-е задание. Ребенок что-либо требует у взрослого. Что при этом чувствует взрослый, а что ребенок? 4-е задание. Ребенок просит о чем-нибудь взрослого. Групповое обсуждение по вопросам: «Узнали ли вы себя и своих родителей в героях сценок? Как вы обычно ведете себя в подобных ситуациях?»

Упражнение «Фотография семьи». Сейчас мы будем фотографировать вашу семью, расставь участников так, как тебе хочется. Каждый участник по очереди выходит в центр круга и выбирает из группы людей, которые более всего похожи на членов его семьи.

Групповая работа «Правила общения в семье». Каждый участник группы на листе бумаги пишет свой свод правил общения в семье, которые он готов соблюдать. Затем составляется общегрупповой свод правил. Каждое правило принимается и записывается, только если с ним согласны все участники группы. В заключение каждый подписывает свое согласие на соблюдение принятых правил.

Занятие 5–7. Отработка стратегий совладающего поведения

Цель: формирование конструктивных навыков совладающего поведения.
Задачи: формирование навыков самоконтроля, поиска социальной поддержки, социальной ответственности, принятия ответственности, принятия решения, положительной переоценки.

Технологии: диагностические, интерактивные.

Время занятия: 6 часов.

Занятие начинается с определения стратегий совладающего поведения. Понятие «копинг», или «преодоление стресса, совладание с ним», рассматривается как деятельность личности по поддержанию и сохранению баланса между требованиями среды и ресурсами, удовлетворяющими этим требованиям.

Затем следуют упражнения на формирование недостаточно сформированных конструктивных стратегий поведения. Для каждого копинга подобраны определенные упражнения. Учитывая психологические особенности подростков, имеющих опыт употребления ПАВ, к деструктивным копингам специалисты относят следующие стратегии совладающего поведения: конфронтационный копинг, дистанцирование и бегство-избегание.

Упражнения на формирование копинга «Самоконтроль».

1. Упражнение «Гомеостаз». Все участники делятся на пары. Глядя друг на друга, вместе произносят слова: паро... а дальше либо -ход, либо -воз. Необходимо произносить одинаковые слова, не договариваясь: само... лет, само... кат; лесо... воз, лесо... руб; ледо... руб, ледо.. кол.

2. Упражнение «Печатная машинка». Все участники встают в линию или круг. Группе дается задание – прочитать четверостишие (предложение/словосочетание). Но не хором, а особым образом. Участники последовательно произносят по одной букве, пробел – и вся группа делает хлопок руками, перевод каретки – топают ногой. Запятые и точки тоже можно как-то обозначить. Тот, кто ошибся, выбывает из игры. Когда остается три человека, игра начинается сначала. Групповое обсуждение упражнений: «Что вы узнали о себе, выполняя данные упражнения? Важно ли уметь держать себя в руках? В каких ситуациях это может пригодиться?»

3. Упражнение «Релаксация».

4. Заключительный этап занятия – групповое обсуждение. Участникам группы предлагается по очереди ответить на вопросы: «Что нового вы узнали о себе на сегодняшнем занятии? Как вы будете применять полученные знания в жизни?»

Упражнения на формирование копинга «Поиск социальной поддержки».

1. Упражнение «Обратная связь». Каждому участнику необходимо представить всех людей, о которых он должен заботиться. Тех, за которых он несет ответственность, а затем тех, кто должен заботиться о нем, кто несет за него ответственность. Следует обратить внимание на то, включили ли они себя в данный список, и если «да», то каким по счету. Затем необходимо написать ответ на следующие вопросы: «В чем состоят мои обязанности по отношению к моим близким?» и «В чем состоят обязанности моих близких по отношению ко мне?». Групповое обсуждение.

2. Упражнение «Просьбы и требования». Двое добровольцев садятся в центр круга. Один исполняет роль требующего человека, другой должен согласиться или не согласиться выполнить требования, опираясь на свои чувства и внутренние ощущения. Задание 1. Человек настойчиво требует что-либо. Что при этом чувствуют оба?

Задание 2. Человек просит о чем-нибудь, выражая свои чувства, спрашивая и выслушивая, что чувствует другой. На втором этапе упражнения проводится групповое обсуждение смоделированных ситуаций. При этом важно, чтобы в упражнении приняли участие все члены группы. Заключительный круг: «Что нового вы узнали о себе на сегодняшнем занятии? Как вы будете применять полученные знания в жизни?»

Упражнения на формирование копинга «Принятие ответственности».

1. Упражнение «Восковая палочка». Все участники делятся на пары. Один участник встает за спиной своего напарника, крепко держит его за плечи. Тот, кто стоит впереди, закрывает глаза, его задача расслабиться. Стоящий позади покачивает впереди стоящего из стороны в сторону.

Каждый участник группы должен побывать в роли стоящего за спиной другого. На втором этапе упражнения проводится обсуждение полученного опыта: «Что чувствовал человек, который покачивал? Что чувствовал человек, которого покачивали?»

2. Упражнение «Свободное падение». Выстроившись по кругу, вначале рассчитайтесь на первый-второй. Первые номера делают шаг вперед и становятся спиной ко вторым номерам, стоящим слева от них. Те, кто стоит во внутреннем круге, закрывают глаза. Их задача – «падать» назад. Те, кто стоит во внешнем круге, должны их поймать. Ведущий показывает, как это делается. Затем меняются местами. На втором этапе упражнения проводится обсуждение полученного опыта: «Что чувствовал человек, который падал? Что чувствовал человек, который ловил?»

3. Упражнение «Слепой и поводырь». Делимся на пары. Один из участников закрывает глаза, а второй водит его по комнате, давая познакомиться с окружающими предметами. Затем меняемся местами. На втором этапе упражнения проводится групповое обсуждение полученного опыта. Заключительный круг: «Что нового вы узнали о себе на сегодняшнем занятии? Как вы будете применять полученные знания в жизни?»

Упражнения на формирование копинга «Планирование решения проблемы».

1. Упражнение Time-managment. Каждый участник группы составляет почасовое подробное расписание вчерашнего дня. Групповое обсуждение.

2. Упражнение. «Проблема, которую я решил». Каждый участник группы вспоминает проблему или трудность, с которой ему удалось справиться. Ведущий фиксирует ответы. Затем каждый на бумаге прописывает алгоритм конкретных действий, которые позволили решить проблему. Заключительный этап упражнения – групповое обсуждение.

Упражнения на формирование копинга «Положительная переоценка».

Упражнение «Горячий стул». Участник группы садится на стул в центре круга. Остальные участники задают ему любые вопросы. Задача сидящего в центре, отвечать на вопросы искренно. Упражнение выполняется до тех пор, пока у всех участников не будет возможности сесть на «горячий стул».

Заключительный круг: «Что нового вы узнали о себе на сегодняшнем занятии? Как вы будете применять полученные знания в жизни?»

Занятие 8. «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались...»

Цель: подведение итогов, осознание новых умений.

Задачи:

- Повторная диагностика стратегий поведения в стрессовых ситуациях.
- Анализ личных достижений.

Технологии: диагностические, аналитические, рефлексивные.

Занятие начинается с повторного исследования копинг-стратегий поведения. Проводится сравнение результатов входной и заключительной диагностики. Анализ индивидуальной динамики в части расширения ролевого репертуара в стрессовой ситуации осуществляется вначале индивидуально, а затем проговаривается в парной работе. В заключение проводится групповое обсуждение, в котором могут быть использованы вопросы: «Какие чувства и эмоции вы сейчас испытываете?» «Какие наиболее значимые изменения вы в себе отметили?» «Какие полученные знания могут вам помочь в жизни? Что вы вынесли из тренинга?».

Упражнение «Чемодан». Все участники поочередно занимают место в центре круга. Остальные участники называют находящемуся в центре те качества характера, которые являются ресурсными для него и поэтому им «стоит взять с собой» в большую жизнь.

Таблица 4

Учебно-тематический план программы «Победить и удержаться!» (индивидуальная работа)

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Используемые методики
1	Формирование ценностных ориентаций на здоровый образ жизни	2	Опросник «Способы совладания», (С. Фолкман, Р. Лазарус) Методика Дембо – Рубинштейн
2	Основы правовых знаний	2	Методика на определение уровня правосознания Л.А. Ясюковой
3	Навыки самопомощи в сложных жизненных ситуациях	2	Методика Джекобсона
4	Семейное консультирование «Правила общения в семье, имеющей ребенка, употребляющего ПАВ»	2	Рисуночный тест «Моя семья»
5	Отработка стратегий совладающего поведения	6	Методики научения
6	Анализ и самооценка достижений	2	Опросник «Способы совладания»
Итого		18	

Основные темы семейного консультирования при наличии ребенка, употребляющего психоактивные вещества

1. *Основы межчеловеческих отношений. Эмоции и чувства.* Внешние признаки поведения ребенка – гнев, раздражительность, агрессия, страх, обида, плач, а также связанные с этими переживаниями поступки детей, их ранняя алкоголизация или приобщение к наркотическим веществам, часто являются вторичными. За каждым негативным переживанием, разрушительным действием или случаем протестного поведения необходимо искать нереализованную потребность.

2. *Самооценка или чувство самооценности подростка.* Подростку всегда необходимо признание и внимание к его успехам. Так формируется устойчивая личностная позиция и активность. Дети с пониженной самооценкой, несмотря на свои способности, ведут себя или неуверенно, или заносчиво. У них часто возникают состояния психической зависимости, они конфликтуют с родными, сверстниками, учителями, склонны к употреблению алкоголя, наркотиков или противоправным действиям. Ребенок с пониженной самооценкой боится быть отвергнутым или привыкает к тому, что отвергаем.

3. *Признаки употребления подростком психоактивных веществ.*

4. *Родительская уверенность в себе при решении проблем, связанных с употреблением ребенком ПАВ.* Агрессивные, упрямые дети, дети, употребляющие наркотики, отказывающиеся учиться, дети, не ночующие дома могут пошатнуть уверенность в себе у самого стойкого родителя, желающего быть «хорошим родителем». Прорабатывая эту тему, всегда следует начинать с обсуждения опыта и практики здоровой семьи, а не с отрицательных примеров конфликтной и асоциальной семьи.

5. *Возможности оказания доврачебной медицинской помощи, если ребенок пришел домой в алкогольном или наркотическом опьянении.*

6. *Обсуждение правил общения в семье.*

Результативность программы

Программа «Победить и удержаться!» реализуется в ГБОУ центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции Колпинского района с 2010 г. За этот период реабилитацию прошли 79 человек: 32 по программе индивидуального консультирования и 47 человек (5 групп) – по программе групповых занятий. Сравнительные данные диагностики, проводимой на первом и последнем занятии, представлены на рис. 3.

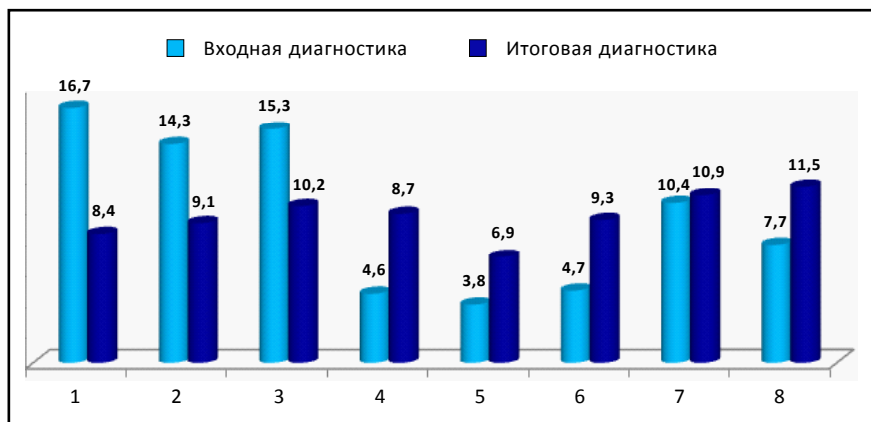


Рис. 3. Результаты входной и итоговой диагностики участников программы (методика «Способы совладания»)

Описание шкал: 1 – конфронтационный копинг; 2 – дистанцирование; 3 – бегство-избегание; 4 – принятие ответственности; 5 – самоконтроль; 6 – положительная переоценка; 7 – планирование решения проблемы; 8 – поиск социальной поддержки.

Уровни «напряженности» копингов:

- 0–6 – низкий уровень напряженности, говорит об адаптивном варианте копинга;
- 7–12 – средний, адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии;
- 13–18 – высокая напряженность, свидетельствует о выраженной дезадаптации.

До начала занятий подростки «группы риска» в сложных жизненных ситуациях чаще всего используют конфронтационный копинг, дистанцирование, бегство-избегание. То есть типичным поведением для них является враждебность и готовность к риску, попытки отделиться от ситуации, уменьшив ее значимость, усилия, направленные на избегание проблемы. В то же время, оказавшись в сложной жизненной ситуации, эти подростки редко используют такие копинги, как положительная переоценка, самоконтроль, принятие ответственности, им сложно посмотреть на ситуацию под другим углом зрения и увидеть в ней что-то положительное, контролировать свои переживания и поступки, а также признать свою роль в возникшей проблеме. По окончании занятий у подростков расширяется репертуар стратегий совладающего поведения, что является показателем эффективности программы.

**Глава 3. ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ
В ЦЕНТРЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО-МЕДИКО-
СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Центр психолого-медико-социального сопровождения (далее – ПМС-центр) работает в Невском районе Санкт-Петербурга с января 1997 г. Ежегодно в центр за психологической помощью обращаются несколько тысяч человек, их обращения фиксируются, и в течение года обратившимся предлагается психологическое консультирование. За год специалисты центра могут принять до 1,5 тысячи детей (1427 детей получили очную помощь на базе ПМС-центра в 2011–2012 учебном году). В кризисных ситуациях детям, подросткам и их родителям требуется экстренное оказание психологической помощи, промедление здесь недопустимо. Задача психологического консультирования в кризисных ситуациях грамотно оказать экстренную психологическую помощь или направить обратившегося в специализированное учреждение. Профессиональная психологическая помощь детям и подросткам в Невском районе оказывается как психологами школ, детских садов, так и специалистами ПМС-центра в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 31 июля 1998 г. № 867 «Об утверждении Типового положения об образовательном учреждении для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи» и Уставом ПМС-центра.

Кризисная служба для детей и подростков работает в ПМС-центре по согласованию с отделом образования администрации Невского района Санкт-Петербурга с 01.09.2005 г. Кризисная служба не является структурным подразделением ПМС-центра, в ней заняты педагоги-психологи, социальные педагоги центра, врач-невролог, врач-педиатр, врач-психиатр. Все специалисты получили специальную подготовку на курсах повышения квалификации по работе в кризисных ситуациях, экстренному психологическому консультированию, работе на кризисном телефоне (в СПб АППО, НОУ «Иматон», в Санкт-Петербургском фонде кризисной психологической помощи детям и подросткам «Новые шаги»).

Особенность экстренной психологической помощи заключается в том, что помощь оказывается в ситуациях, где сам ребенок или его родитель не могут справиться с проблемой без посторонней помощи, а именно – без помощи психолога, собственных ресурсов у семьи не достаточно. Статистика кризисных обращений в ПМС-центр за последние годы представлена в табл. 5.

Динамика обращений в ПМС-центр

Учебный год	Количество обращений в ПМС-центр	Обращения, отнесенные к категории кризисных	Доля кризисных обращений, %
2009–2010	1498	100	6,7
2010–2011	1729	150	8,7
2011–2012	1752	273	15,6

Экстренная психологическая помощь оказывается в форме очного психологического консультирования на базе ПМС-центра, по телефону проводится психологическое консультирование и в разнообразных формах используются интернет-ресурсы.

Основные направления работы по оказанию психологической помощи детям и подросткам в кризисных ситуациях:

- преодоление и разрешение кризисных и конфликтных ситуаций;
- профилактика последствий кризисных ситуаций.

Специалистами разработаны и реализуются учебные программы по оказанию групповой и индивидуальной психологической помощи детям в трудной жизненной ситуации, среди них:

- «Отреагирование негативных эмоциональных состояний»; по данной программе ежегодно получают индивидуальную психологическую помощь около 100 детей и подростков, испытывающих острые переживания (дети, перенесшие уход из жизни близких родственников; дети, родители которых развелись или находятся в состоянии развода; детей, пострадавшие от природных, техногенных катастроф). В 2011–2012 учебном году по данной программе помощь оказана 97 детям.

- «Психологическое сопровождение «трудных» классов»; ежегодно от 3 до 5 классов в различных школах Невского района пользуются этой услугой. «Трудным» класс может быть по разным причинам. Как правило, это класс, где недавно была серьезная конфликтная ситуация, острота проблемы на данный момент снята, но требуется длительное психологическое сопровождение.

Разработаны и реализуются (по договору с районным Информационно-методическим центром) программы по повышению квалификации педагогов школ и воспитателей дошкольных образовательных учреждений по профилактике возникновения конфликтных и кризисных ситуаций, умению распознавать кризисные ситуации и основам оказания первой допсихологической кризисной помощи на местах:

- «Психологическая помощь в кризисных состояниях» для педагогов образовательных учреждений (школы, детские сады); длительность программы – 36 академических часов; цель программы – научить педагогов выделять детей, которые находятся в трудной жизненной ситуации и нуждаются в помощи психолога; оказывать грамотную педагогическую (допсихологическую) помощь на местах, своевременно направлять нуждающихся в помощи детей в специализированные учреждения.

- «Работа с детьми «группы риска» по возникновению девиантного поведения» для педагогов образовательных учреждений (школы); длительность программы – 36 академических часов; цель программы – научить педагогов особенностям работы с детьми «группы риска», обеспечить педагогам эмоциональную поддержку. Обучаясь по программе, педагоги приобретают психологические знания о возрастных особенностях детей и подростков, об особенностях семейного воспитания, на практических занятиях прорабатывают свои страхи и трудные случаи из педагогической практики.

Специалисты ПМС-центра мобильно выходят в школы в случаях возникновения кризисных и конфликтных ситуаций. Это широкий спектр ситуаций: от ситуаций опасных для жизни и здоровья детей (профилактика суицида) до разнообразных конфликтных ситуаций, связанных с непониманием между участниками образовательного процесса, которые всегда крайне болезненно отражаются на детях. Психологическая помощь в каждом конкретном случае направлена на конструктивное урегулирование ситуации и оказывается не только учащимся, но и их родителям и педагогам.

Принципы организации работы Кризисной службы в ПМС-центре:

- конфиденциальность оказания психологической помощи;
- межведомственное взаимодействие структур и специалистов в оказании помощи детям, подросткам и их семьям в трудной жизненной ситуации, кризисной ситуации;
- непрерывное повышение квалификации специалистов, оказывающих экстренную кризисную помощь;
- действующая система профессиональной поддержки и мероприятий, направленных на профилактику профессионального выгорания у специалистов, оказывающих психологическую помощь;
- неотложное оказание кризисной психологической помощи обратившемуся за этой помощью (ребенку, его родителям, педагогам);
- просвещение педагогов и родителей, подготовка их к оказанию первой до психологической помощи детям.

В ПМС-центре специалисты регулярно проводят мониторинг справочной информации о службах Санкт-Петербурга, оказывающих помощь детям и родителям в кризисных ситуациях. Информация мобильно размещается на страницах интернет-ресурсов ПМС-центра, издается в виде информационных листков для населения Невского района и для педагогов школ.

Эффективно действует система поддержки профессиональной деятельности специалистов, оказывающих кризисную психологическую помощь. Два раза в месяц специалисты обязательно участвуют в групповой супервизии (18 часов в месяц). Супервизия (согласно доктору медицинских наук профессору РГПУ им. А.И. Герцена С.А. Кулакову) позволяет специалистам акцентировать внимание на цели и направления своей работы, формировать системные подходы к стратегии и тактике проводимой работы, планировать и прогнозировать эффекты психологического вмешательства, а также осознавать свои ошибки и корректировать индивидуальные планы коррекции поведения клиента и дальнейшей психологической работы с ним. Для специалистов школ Невского района постоянно работает балинтовская группа с целью улучшить понимание психологом проблем клиентов и сложностей коммуникации с клиентами. Специалисты ПМС-центра имеют возможность очной индивидуальной супервизии у сертифицированного супервизора (на супервизию специалист приходит вместе с семьей, работа с которой вызывает трудности) с целью оптимизации оказания психологической помощи ребенку и его семье, выбору наиболее адекватной психологической помощи в каждом конкретном случае и профессиональной поддержки психологу, работающему с данной семьей. В ПМС-центре еженедельно проводится обсуждение новых сложных случаев на психолого-педагогических консилиумах. Такое обсуждение необходимо для выстраивания преемственности в работе специалистов, оказывающих психологическую помощь, а также обеспечивает специалисту возможность задать вопросы и получить ответы на свои вопросы от коллег. На консилиумах принимается решение о представлении того или иного случая на супервизию, о передаче клиента от одного специалиста к другому или о подключении к работе с семьей других специалистов ПМС-центра при необходимости.

Такая системная работа стала возможной благодаря поддержке и помощи кафедры детской психиатрии, психотерапии и медицинской психологии Северо-Западного государственного медицинского университета им. И.И. Мечникова под руководством доктора медицинских наук Эдмонда Георгиевича Эйдемиллера и Санкт-Петербургского

Фонда кризисной психологической помощи детям и подросткам «Новые шаги», генеральный директор фонда Ирина Алексеевна Алексеева (психолог-консультант, автор книг «Дети риска. Практические аспекты психологической помощи детям, пострадавшим от насилия», «Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь», «Работа с детьми, перенесшими психологические травмы. Методика проведения тренинга»).

Особо необходимо отметить роль межведомственного взаимодействия в вопросах оказания кризисной психологической помощи. В данной области грамотная работа психолога невозможна, а зачастую может причинить вред, без участия врачей (в первую очередь – врачей-психиатров), специалистов социальной защиты населения и органов правопорядка, педагогов образовательных учреждений. Оказание кризисной психологической помощи – это область деятельности, требующая четкого межведомственного взаимодействия понимая места и возможностей каждого учреждения и каждого отдельного специалиста, участвующего в оказании кризисной помощи ребёнку, его семье, а часто и педагогам, которые работали и будут работать с этим ребенком далее.

Специалисты кризисной службы оказывают экстренную психологическую помощь непосредственно при обращении ребенка или его родителей в ПМС-центр в режиме кризисного телефонного консультирования (ежедневно по будням с 10:00 до 21:00 и с 11:00 по 18:00 по субботам). Для более эффективной работы по данному направлению выделена отдельная телефонная линия – **442-24-99**. Информация о работе Кризисной службы представлена на сайте центра (<http://ПМСЦ.РФ> или <http://pmsc.shkola.spb.ru>) и размещена в социальных сетях (http://vk.com/pms_centр; <http://www.facebook.com/pmszentр>; https://twitter.com/pms_centр), где успешно реализуется дистанционное психологическое консультирование: клиенты сами выбирают приемлемую для себя форму консультирования (переписка через личную почту, ICQ, Skype-консультирование и др.).

Информацию о работе Кризисной службы центра можно получить в школах Невского района, в Отделе образования администрации Невского района Санкт-Петербурга.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Ананьев В.А.* Легальные и нелегальные наркотики: практическое руководство по проведению уроков профилактики среди подростков. Ч. 2: Учебно-профилактическая программа «Перешеек». СПб., 2000.
2. *Беличева С.А.* Основы превентивной психологии. М.: РИЦК «Социальное здоровье России», 1993.
3. *Вострокнутов Н.В.* Антинаркотическая профилактическая работа с несовершеннолетними групп социального риска. М., 2004.
4. *Грановская Р.М., Никольская И.М.* Автоматизм подсознательной защиты // Защита личности. М.: Знание, 1999. С. 40–83.
5. *Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В.* Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) // Журнал практического психолога. 2007. № 3. С. 93–112.
6. Организация психолого-педагогической профилактики наркозависимости и других форм девиантного поведения несовершеннолетних, а также психолого-педагогической коррекции и реабилитации несовершеннолетних, больных наркоманией. 2008/2009 учебный год: сборник нормативных правовых актов и справочной документации / сост. Н.И. Цыганкова. СПб.: СПб АППО, 2007. С. 16–24.
7. *Селье Г.* Очерки об адаптационном синдроме. М., 1960.
8. *Сирота Н.А., Ялтонский В.М.* Теоретические основы копинг-профилактики наркоманий как база для разработки практических превентивных программ // Вопросы наркологии. 1996. № 4.
9. *Сирота Н.А., Ялтонский В.М.* Профилактика наркомании и алкоголизма: учеб. пособие для студ. вузов. М.: Академия, 2008.
10. Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодежи. М., 2004
11. *Ясюкова Л.А.* Правосознание: диагностика и закономерности развития // Прикладная психология. 2000. № 4.

ОБ АВТОРАХ

С.В. Алексеев, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека, проректор по научной работе Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования

Н.И. Цыганкова, старший преподаватель кафедры социально-педагогического образования Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования

Л.И. Гущина, кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования

Е.В. Бердник, директор государственного бюджетного образовательного учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, – центра психолого-медико-социального сопровождения Невского района Санкт-Петербурга

И.Р. Корнева, педагог-психолог государственного бюджетного образовательного учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, – центра психолого-медико-социального сопровождения Колпинского района Санкт-Петербурга

Е.В. Павлова, педагог-психолог государственного бюджетного образовательного учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, – центра психолого-медико-социального сопровождения Колпинского района Санкт-Петербурга

А.Е. Семенова, социальный педагог государственного бюджетного образовательного учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, – центра психолого-медико-социального сопровождения Колпинского района Санкт-Петербурга

СОДЕРЖАНИЕ

Вместо предисловия	3
Г л а в а 1. Методический банк программ профилактики наркозависимости учащихся в Санкт-Петербурге	6
Г л а в а 2. «Победить и удержаться!»: программа центра психолого-педагогической реабилитации и коррекции Колпинского района Санкт-Петербурга для подростков, имеющих опыт употребления психоактивных веществ	13
Г л а в а 3. Организация психологической помощи в кризисных ситуациях в центре психолого-медико-социального сопровождения Невского района Санкт-Петербурга	26
Список литературы	31
Об авторах	32

Учебное издание

С.В. Алексеев, Н.И. Цыганкова, Л.И. Гущина и др.

**ОПЫТ ПЕРВИЧНОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОЗАВИСИМОСТИ
СРЕДИ УЧАЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Методическое пособие

Под научной редакцией *С.В. Алексеева*

Редактор *Н.Э. Тимофеева*
Компьютерная верстка *О.В. Васильевой*

Подписано в печать 03.12.12. Формат бумаги 60x84/16. Печать офсетная.
Бумага офсетная. Объем 2,0 печ. л. Тираж 300 экз. Заказ № 72.

191002, г. Санкт-Петербург, ул. Ломоносова, д. 11-13.
Типография Санкт-Петербургской академии постдипломного
педагогического образования