Государственное казенное учреждение Самарской области «Тольяттинский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Гармония»

Принята на заседании
методического совета
От «10» 08 2026 г.
Протокол № 3 от 10.08.2026

Утверждаю
Директор ГКУ СО
«Тольяттинский СРЦН «Гармония»
_____/Каюмова И.В.
«10» 08 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
« Я могу сказать – НЕТ»
направленность: социально - педагогическая

Возраст обучающихся: 13-18 лет.
Срок реализации программы 1 год.

Разработчик:
Нежина И.А. педагог-психолог

Тольятти 2026 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Краткая аннотация...……....3

1.Пояснительная записка…….....3

Актуальность программы…….....3

Новизна программы…….....4

Педагогическая целесообразность …….....4

Цель программы…….....5

Возраст детей. Срок реализации программы. Режим занятий.....5

Ожидаемые результаты освоения программы…….....5

Критерии оценки достижений…….....6

Формы подведения итогов.....…… 6

2. Учебный план.....6

3. Учебно – тематический план.....7

4.Содержание программы…….....8

5.Ресурсное обеспечение программы……..10

6.Список литературы и интернет ресурсов…….....10

Приложение 1…….....12

Приложение 2…….....15

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я могу сказать-Нет» предназначена для воспитанников от 13 до 18 лет. В результате обучения у детей формируется ответственность за свое поведение, негативное отношение к употреблению ПАВ, положительная мотивация к здоровому образу жизни. Подростки получат новую информацию, новые знания при решении конкретных практических задач; выработается активная жизненная позиция у воспитанников; сформируется положительно-эмоциональное восприятие окружающего мира, навыки умения делать правильный выбор, самоанализа и самоконтроля.

1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я могу сказать - Нет» (далее — программа) имеет социально-гуманитарную направленность.

По времени реализации является годовой.

Программа разработана с учетом рекомендаций автора книги «Вредным привычкам нет» О.Е. Белоусова.

Данная программа основана на концепции, которую можно без труда объяснить подросткам, учитывая их возрастные особенности. Стержневым понятием является понятие «единого целого», то есть здоровье следует понимать как нечто целое, состоящее из взаимозависимых частей. Все, что происходит с одной из частей, обязательно влияет на все остальные части целого. Каждую составную часть необходимо рассматривать в контексте понятия «здоровье в целом».

В целом важен каждый из аспектов здоровья, каждый влияет на все остальные. Каждый аспект освещается в данной учебной программе с целью довести до подростков принципы здорового образа жизни. Здоровье — это состояние полного физического, умственного, социального, личностного, духовного, эмоционального и интеллектуального благополучия человека, а не только отсутствие заболевания или немощи.

Название программы «Я могу сказать - Нет!» отражает ее основную идею — формирование уверенной в себе, гармонично развитой и жизненно компетентной личности. Программа сопровождает процесс становления и развития личности подростка.

Актуальность программы

Нестабильность социально – экономической и политической ситуации в стране, ухудшение условий жизни, падение нравственных устоев, социальная напряженность, нарушение структуры и функции семьи, – эти все факторы влияют на увеличение числа детей, оставшихся без попечения родителей, «социальных сирот». Категории детей, поступающих в СРЦН «Гармония» разнообразны по возрастным группам, по психологическому статусу и по уровню личного развития.

Большую негативную роль в формировании зависимостей у подростков играют психологические факторы риска: неадекватная самооценка, неспособность распознать и конструктивно выразить свои чувства., низкая стрессоустойчивость, высокая подверженность влиянию групповых норм, повышенная тревожность и импульсивность.

Растет число подростков неуспевающих в учебе, употребляющих алкоголь и наркотики. Поэтому необходимо проводить первичную профилактику с подростками, которые еще не имеют зависимостей.

Задача работы педагога-психолога центра состоит в коррекции негативных паттернов поведения и психотравмирующего опыта, а также в научении делать осознанный правильный выбор. Важно дать подросткам знания о табаке и алкоголе; — способствовать формированию отрицательного отношения к употреблению табака и алкоголя; способствовать формированию навыков ответственного поведения. Дать необходимые по возрасту знания об наркотиках и ВИЧ; способствовать формированию отрицательного отношения к употреблению наркотиков; способствовать формированию навыков ответственного поведения.

Каждая ступень программы включает в себя четыре основных раздела: информирование, положительный «образ — Я», эффективное общение, принятие решения.

Новизна программы заключается в том, что в ней много практических занятий, на каждом занятии используются методы экспресс- диагностики, чтобы можно было понимать как ребенок относится к каждой теме? в чем у него проявляются факторы риска?

Основные блоки и задачи программы:

1. Формирование позитивного отношения подростков к себе.
2. Формирование ответственности за свое поведение.
3. Формирование у подростков негативного отношения к наркотикам и их употреблению.

Впервые программа ориентирует воспитанников на самостоятельность и ответственности за свой выбор. Занятия проводятся в форме дискуссий и круглых столов, подростки имеют возможность обсуждать полученную информацию, соглашаться с ней или оспорить, предлагают свои аргументы и делятся своим опытом.

Педагогическая целесообразность

Программа «Я могу сказать-Нет»» предназначена для профилактики зависимости от психоактивных веществ подростков. В процессе обучения формируется негативное отношение подростков к психоактивным веществам.

Повышается уровень развития умений и навыков:

а) уверенного позитивного поведения;

6) конструктивного общения между собой и со взрослыми;

в) отстаивания и защиты своей точки зрения;

г) осознанного и уверенного умения сказать курению: «Нет». Повышается общая культура поведения и формирования образа социально успешного молодого человека.

Программа построена на принципах:

-Доступности: при изложении материала учитываются возрастные особенности подростков.

- Наглядности: используются буклеты, памятки, рисунки, так как дети и подростки получает через органы зрения в несколько раз больше информации, чем через слух.

-- Сознательности и активности.

*Цель программы***:**

1. Предотвращение употребления подростками ПАВ
2. Формирование у подростков здорового образа жизни.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие *задачи:*

1. Формирование позитивного отношения подростков к себе.
2. Формирование ответственности за свое поведение.
3. Формирование у подростков негативного отношения к наркотикам и их употреблению.

4.Формирование полезных привычек, приобщение к ЗОЖ.

Возраст детей. Срок реализации программы. Режим занятий

Данная программа рассчитана на один год обучения. Занятия проходят 2 раза в месяц по 45 минут, в течении учебного года. Предназначена для подростков 13-18 лет. Занятия проводятся во второй половине дня, в кабинете педагога – психолога, в тренинговом зале.

Ожидаемые результаты.

- Формирование негативного отношения к психоактивным веществам у подростков.
- Популяризация и внедрение в воспитательный процесс наиболее эффективных моделей профилактики зависимости от психоактивных веществ.

э. Повышение уровня развития умений и навыков:

а) уверенного позитивного поведения;

6) конструктивного общения между собой и со взрослыми;

в) отстаивания и защиты своей точки зрения;

г) осознанного и уверенного умения сказать курению: «Нет».

- Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека.

Реализация данной программы позволит:

- сформировать положительную мотивацию к ЗОЖ;
- получить новую информацию, новые знания при решении конкретных практических задач;
- выработать активную жизненную позицию у воспитанников;
- сформировать положительные привычки;

-сформировать положительно-эмоциональное восприятие окружающего мира;

- совершенствовать навыки самоанализа и самоконтроля.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по трем уровням: высокий (от 80 до 100% освоения программного материала), средний (от 51 до 79% освоения программного материала), низкий (менее 50%) освоения программного материала).

Для качественного усвоения программы с каждым воспитанником ведется диагностическая работа. Каждая созданная работа наглядно показывает возможности воспитанника.

Формы подведения итогов работы могут быть педагогическое наблюдение, беседа, самооценка, коллективное обсуждение, анализ рисунков, тестов, опросников.

Итоги реализации программы могут быть представлены через результат диагностики.

Теоретическая часть даётся в форме лекций, бесед с просмотром иллюстративного материала, мультимедиа презентаций и подкрепляется практическим освоением темы.

Практическая часть через работу в группах в форме тренингов, дискуссий, круглые столы, моделирование ситуаций.

Содержание программы направлено на формирование умений применять полученные знания на практике, умения говорить: «Нет», вести активный образ жизни. Воспитанники должны приобрести навыки работы в коллективе, научиться грамотно и аргументированно высказывать свои мысли. Подростки должны знать о вредном влиянии ПАВ на организм человека и о причинах и последствиях употребления ПАВ. Полученные знания помогут воспитанникам успешнее адаптироваться к самостоятельной жизни и обезопасить себя от попадания в рискованные ситуации.

2. Учебный план

№ п/п	**Наименование модуля**	**Количество часов**		
		Всего	**Теория**	**Практика**
1	Вводное занятие. Анкетирование.	1	1	
2	Биологические предпосылки, как факторы риска	1	1	
3	Возрастные и эмоционально-поведенческие реакции подростков, как фактор риска	1	1	
4	Психологические факторы риска.	1		**1**
5	Горе и стресс-как фактор риска.	1		1
6	Тренинг: «Опасность курения и табачной зависимости», тест.	2	1	1
7	Тренинг: «Осторожно наркомания»	1		1

8	Социально-психологические и личностные факторы, препятствующие зависимому поведению.	2	1	1
9	Полезные привычки. Тест: «Если хочешь быть здоров»	1	0,5	0,5
10	Информационный час: «Всемирный день без табака»	1	1	
11	«Алгоритм, как преодолеть вредную привычку курение»	1	1	
12	«Алкоголизм и наркомания, сравнительный анализ и механизмы формирования зависимостей»	1	1	
13	Круглый стол: «Мифы о легком алкоголе и легких наркотиках»	1		1
14	Тренинг: «Умей противостоять зависимостям»	1		1
15	Тренинг: «Пути достижения жизненных целей»	1		1
16	Итоговое анкетирование	1		1
	Итого	18	8,5	9,5

3. Учебно – тематический план

Календарные сроки	**№**	**Наименования раздела, темы**	**Количество часов**			**Формы аттестации (контроля)**
			всего	**теория**	**практика**	
1месяц сентябрь	**1**	Вводное занятие.	1	1		Знакомство с программой. Анкета направленная на изучения характера отношения подростков к наркотикам.
	1	Биологические предпосылки, как факторы риска.	1	1		Ознакомление подростков с биологическими факторами, которые влияют на функциональные возможности головного мозга.
2 месяц октябрь	**1**	Возрастные и эмоционально-поведенческие реакции подростков как фактор риска.	1	1		Ознакомление с возрастными особенностями подростков, импульсивность, склонность к нарушению установленных правил др.
	1	Психологические факторы риска.	1		1	Изучение психологических особенностей личности, охнакомление какие особенности влияют на формирование зависимостей.

3 месяц ноябрь	**1**	Горе и стресс, как фактор риска.	1	1		Влияние горевания и стресса на личность человека.
	1	Тренинг: «Опасность курения и табачной зависимости»	1		1	Мозговой штурм. Мини лекция.
4 месяц декабрь	**1**	Тест: «Сигарета»	1		1	Выявление предпосылок к курению
	1	Тренинг: Осторожно наркомания»	1		1	Работа в группах. Работа с буклетом.
5 месяц январь	**1**	Факторы препятствующие формированию зависимостей.		1		Информационный час.
	1	Факторы препятствующие формированию зависимостей.	1		1	Тест: «Социологическией опрос»
6 месяц февраль	**1** **1**	Полезные привычки Тест: «Если хочешь быть здоров?»	1 1	1		Инфорурок. Тестирование
	1	Информационный час: «Всемирный день без табака»	1	1		Беседа овреде курения сигарет, электронных устройств, кальяна.
7 месяц март	**1**	Алгоритм, как преодолеть вредную привычку.	1	1		Пошаговая инструкция для тех кто хочет избавиться от зависимости.
	1	Алкоголизм и наркомания, механизмы формирования зависимостей	1	1	.	Механизмы формирования зависимостей от алкоголя и ПАВ.
8 месяц апрель	**1**	«Мифы о легком алкоголе и легких наркотиках»	1		1	Круглый стол. Тренинговое упражнение.
	1	Тренинг: «Умей противостоять зависимостям»	1		1	«Упражнение: «Как сказать нет?», Упражнение: «Доска удовольствий» Упражнение: «Полет в будущее»
9 месяц май	**1**	Тренинг: Пути достижения жизненных целей»	1		1	Актуализация значимых жизненных ценностей Упражнение: «Пути достижения жизненных целей»
	1	Итоговое анкетирование.	1		1	Подведение итогов.
		Итого	18	9	9	

4. Содержание программы

№ п/п	**Номер занятия**	**Наименование мероприятие**	**Форма проведения**	**Сроки проведения**
1	Одно занятие	Анкета, направленная на изучение характера отношения	Анкетирование	1 раз в 2 недели

		подростков к наркомании Анкетирование при входе в программу (Приложение 1)		30 – 40 мин.
2	Четыре занятия	Биологические факторы риска, мотивы потребления наркотиков. Возрастные поведенческие реакции подростков как фактор риска. Психологические факторы риска. Стресс как фактор риска. Социально – психологические факторы, препятствующие формированию наркозависимости. Личностные факторы, препятствующие формированию наркозависимости. Подсказки для воспитателей.	Практическое занятие	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.
3	Два занятия	Тренинг «Опасность курения и табачной зависимости», тест.	Тренинг	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.
4	Одно занятие	Тренинг «Осторожно наркомания»	Практическое занятие	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.
5	Два занятия	Социально-психологические и личностные факторы, препятствующие зависимому поведению.	Теоретическое и практическое занятия	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.
6	Одно занятие	Полезные привычки. Тест «ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ….»	Информирование, Тестирование	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.
7	Одно занятие	Информационный час: «Всемирный день без табака»	Информационный час	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.
8	Одно занятие	«Алгоритм, как преодолеть вредную привычку курение»	Информационный час	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.
9	Одно занятие	«Алкоголизм и наркомания, сравнительный анализ и механизмы формирования зависимостей»	Лекция	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.
10	Одно занятие	Круглый стол: «Мифы о легком алкоголе и легких наркотиках»	Круглый стол	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин.

11	Одно занятие	Тренинг: «Умей противостоять зависимостям»	Тренинг	1 раз в 2 недели. 30 – 40 мин.
12	Одно занятие	Тренинг: «Пути достижения жизненных целей»	Тренинговое занятие	1 раз в 2 недели 30 – 40 мин
13	Одно занятие	Анкетирование по завершению программы	Анкетирование	По завершению программы.
	Всего – 18 часов			

5. Ресурсное обеспечение программы

1.Помещение для занятий, оборудованное мебелью в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

2.Мебель: столы и стулья для педагога и воспитанников, доска (возможно переносная), шкафы для методических разработок, дидактических материалов, детских работ.

3.Необходимое оборудование: инструменты, приспособления и материалы:

- ножницы небольшого размера на каждого воспитанника;
- канцелярские принадлежности на каждого воспитанника (линейка, клей, карандаши, ножницы, ручки, тетради, альбомы, картон, папки и пр.).

4.Материально – техническое обеспечение

Занятия по программе проводятся в кабинете педагога – психолога. В кабинете имеется следующее оборудование: компьютер, проектор, музыкальная колонка.

6. Список литературы и интернет ресурсов

1. Ананьев В. А., Евсеев С. П., Давиденко Д. Н., Петленко В. П. Здоровье, образ жизни и наркотики. СПб.: СПбГУФК им. П. Ф. Лесгафта, 2003.

2. Березин С.В., Лисецкий К.С. «Профилактика наркотизма: теория и практика», Самара 2005.

3. Вострокнутов Н. В. Антинаркотическая профилактическая работа в несовершеннолетних группах социального риска: руководство для специалистов соц. практик. М.: Моск. гор. Фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004.

4. Грецов А. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. — «Питер», 2011.

5. Колеченко А. К. Профилактика наркозависимости в классе. СПб.: Крисмас+, 2002.

6. Рожков М. И., Ковальчук М. А. Профилактика наркомании у подростков: учебное методическое пособие. — М.: Гуманитарное издание центра ВЛАДОС, 2003.

7. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ среди детей и подростков. М., 2003.

Приложение 1

Анкета, направленная на изучение характера отношения подростков к наркомании

Предложенная анкета не является «тестом», в ней нет «хороших» и «плохих)› ответов, чтобы Вы выразили свое личное мнение. Вам предлагается ряд вопросов. Тот ответ, который Вы считаете наиболее приемлемым для себя, нужно подчеркнуть. Заранее благодарим вас за участие.

АНКЕТА

1. Что такое, на Ваш взгляд, «здоровый образ жизни»?

А) не пить, Б) не курить, В) заниматься спортом,

Г) не употреблять наркотики, Д) полноценно питаться

2. Считаете ли Вы для себя необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?

А) да. Б)частично, В) эта проблема меня пока не волнует, Г) нет;

3. Есть ли среди Ваших знакомых люди, употребляющие наркотические вещества?

А)да, Б) нет;

4. Если бы вы узнали, что Ваш друг (подруга) употребляет наркотики Вы:

А) немедленно прекратили бы с ним (с ней) отношения,

Б) продолжали бы дружить, не обращая внимания; В) постарались бы помочь излечиться;

Г) попросили бы дать попробовать.

5. Пробовали ли Вы наркотики? Какие?

_____

6. Хотели бы Вы попробовать наркотическое вещество? Какое?

_____

7. Наркотик стоит попробовать:

А) чтобы придать себе смелость и уверенность; Б) чтобы легче общаться с другими людьми;

В) чтобы испытать чувство эйфории; Г) из любопытства;

Д) чтобы не быть «мокрой курицей» в компании друзей;

Е) чтобы показать свою независимость родителям и учителям;

Ж) не стоит пробовать в любом случае.

8. Талантливые люди принимают наркотики, чтобы получить приток вдохновения:

А) да, Б) нет

9. Наркотик делает человека свободным:

А) да, Б) нет;

10. Наркотик избавляет от обыденности жизни:

А) да, Б) нет;

11. Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия:

А) да, Б) нет;

12. Верно ли утверждение, что наркотики бывают «легкими» и «тяжелыми»?

А) да, Б) нет;

13. Верно ли утверждение, что если наркотики вводить не в вену, привыкания не будет?

А) да, Б) нет;

14. Верно ли утверждение, что от очередного употребления наркотика всегда можно отказаться:

А) да, Б) нет; В) если есть сила воли, то да.

15. Наркоманами становятся только слабые и безвольные люди:

А) да, Б) нет.

16. Если бросать, то лучше бросать:

А) постепенно, Б) сразу, В) бросить невозможно.

17. В наше время существуют эффективные методы лечения наркомании, которые позволяют человеку снова вернуться к нормальной жизни, стать полноценным членом общества:

А) да, Б) нет.

Сообщите, пожалуйста, некоторые данные о себе:

Пол Ж _____ М _____

Ваш возраст _____

Ваша Ф.И.О. _____

СПАСИБО ЗА УЧАСТИЕ!

Анализ результатов.

1. Подростки, ответившие положительно на вопрос **5**, вероятнее всего имеют опыт употребления наркотических веществ.

2. Для подростков, выбравших вариант г вопроса **4** и вариант **а, б, в, г** вопроса **6** характерно позитивное отношение к употреблению наркотиков.

3. Подростки, ответившие отрицательно на вопрос **6** и вариант **ж** вопроса **7** имеют четко сформированное негативное отношение к употреблению наркотиков, положительные ответы на вопросы **9-17** свидетельствуют о недостаточной информированности подростков по проблеме наркомании. Об этом также говорит и крайне негативная позиция в отношении людей, страдающих наркотической зависимостью выбор варианта **а** вопроса **4**, недооценка масштабов наркомании, низкая значимость здоровья (выбор варианта **г, д вопроса 2**) и отсутствие комплексного подхода к вопросам здоровья.

Мониторинг отношения учащихся к табакокурению.

Анкетирование при входе в программу.

1. Что тебе известно о табаке?
2. Среди твоих знакомых есть курильщики?
3. Можешь ли ты по внешним признакам определить курильщика?
4. Почему люди начинают курить?
5. Что такое пассивное курение?

Приложение 2

БИОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ РИСКА ПАРRОЗАВИСИМОСТИ.

1. Патология беременности.

2. Осложненные роды (затяжные, с родовой травмой или гипоксией новорожденного).

3. Тяжело протекавшие или хронические заболевания детского возраста (не исключаются простудные, воспаления легких, ангины).

4. Сотрясения головного мозга, особенно многократные.

5. Алкоголизм и/или наркомания у близких родственников.

Добавляются еще и следующие:

- резидуальное органическое поражение головного мозга;

- хронические болезни печени с нарушением ее детоксицирующей ф-ии;

- степень изначальной толерантности, а именно устойчивость организма к определенным видам наркотика;

- природа того вещества, которым злоупотребляют.

Биологические факторы па прямую влияют на функциональные возможности головного мозга, уменьшая его способность переносить интенсивные или продолжительные нагрузки, причем не только и не столько в интеллектуальной, сколько в эмоциональной сфере. Т.е., человек с благополучным анамнезом после более или менее тяжелого «удара судьбы» легко может собраться, мобилизоваться, вернуться к нормальному ритму жизни. А имеющему в биографии, например сотрясение мозга, сделать это намного труднее. На подсознательном уровне травмированный постоянно ищет средство, которое было бы в состоянии, хоть эмоциональную устойчивость или повысить ее наркотик.

МОТИВЫ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПАРКОТИ КОВ.

1. Позитивные - для получения удовольствия;

2. Негативные — защита от тоски;

3. Нейтральные — для приспособления к окружающим

СОЦНАЛЪПЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА.

Следующие характеристики семейного воспитания могут стать причиной формирования наркозависимого поведения:

- неполная семья;

- сильная занятость родителей; отсутствие братьев и сестер; алкоголизм и наркомания родителей;

- преждевременное освобождение от опеки родителей; гиперопека со стороны родителей;

- искажение семейных отношений, приводящее к неправильному освоению социальных ролей;

- психические заболевания, скверный характер или частые нарушения общепринятых правил у кого-либо из близких родственников;

- эмоциональное отвержение ребенка родителями'.

Эмоциональное отвержение нарушает социализацию в семье, что приводит и скажению образа своего «Я»;

заниженной самооценке; нарушение мотивационной сферы;

аддиктивному поведению как к одной из форм психологической защиты.

Другие социальные факторы риска

- доступность наркотического вещества;

- степень грозящей ответственности;

- «мода» на наркотик;

- влияние группы сверстников.

ВОЗРАСТНЫЕ ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ ПОДРОСТКОВ КАК ФАКТОР РИСКА.

- реакция эмансипации;

- хобби-реакция;

- формирующиеся сексуальные влечения;

- группирование со сверстниками.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ РИСКА.

1 . Низкая самооценка.

2. Фокусировка на внешнее окружение: оценка своего настроения на основании настроения других людей, внушаемость.

3. Неспособность идентифицировать или выразить чувства.

4. Неспособность просить помощь: «если ты сам не позаботиться о себе, то никто о тебе не позаботится».

5. Экстремальное мышление.

6. Низкая стрессоустойчивость.

7. Высокая подверженность влиянию групповых норм

8. Повышенная тревожность, импульсивность как качество характера.

9. Низкая переносимость фрустрация.

10. . Неспособность к продуктивному выходу в ситуациях затрудненности удовлетворения актуальных жизненно важных потребностей.

11. Неспособность к продуктивному выходу из психотравмирующих ситуаций.

12. Несформированность способов психологической защиты, позволяющей справиться с эмоциональным напряжением.

13. Любопытство в сочетании с другими факторами риска и/или особенностями в личностной сфере.

14. Низкий самоконтроль.

15. Деформированная система ценностей.

1 6. Завышенная самооценка.

17. Болезненная впечатлительность, обидчивость, повышенная конфликтность и т.д.

СТРЕСС КАК ФАКТОР РИСКА.

1.Трудные жизненные ситуации — болезнь, опасность инвалидизации или смерти.

2. Трудные ситуации, связанные с выполнением какой — либо задачи — затруднения, противодействия, помехи, неудачи.

3.Трудные ситуации, связанные с социальным взаимодействием — ситуации оценки, критика, конфликты, давление.

Дети и подростки не обладают достаточным опытом анализа психотравмирующих ситуаций, поэтому не могут адекватно воспринимать такие ситуации. И тогда действие их на личность определяется следующим образом:

напряженность от неспособности справиться с проблемой, внутренняя установка на бессилие, неудачу и т.д.

—напряженность по поводу неспособности что-либо предпринять вообще.

К вышеперечисленным добавляются так же следующие факторы:

— нравственная незрелость личности, нарушенная социальная микросфера, индивидуально — биологические особенности личности, индивидуально — психологические и нервно — психические аномалии личности.

СОЦИАЛЪНО-ПСНХОЛОГНЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ФОРМНРОВАНИЮ НАРКОЗАВИСИМОСТИ.

1. В семье:

- проводилось предродовое обследование; установлены близкие отношения с детьми; поощряется приобретение знаний;
- ценятся принципы;
- имеется опыт выхода из стрессовых ситуаций; родители проводят много времени с детьми;
- родители устанавливают доверительные отношения с детьми, умеренно критикуя их, вместо того, чтобы баловать детей или строить с ними
- отношения авторитарно;
- члены семьи заботятся и защищают друг друга; члены семьи четко видят свое будущее;
- семья поддерживает связь с педагогами; обязанности в семье распределены посильно.

2. В школе:

- педагоги предъявляют высокие требования к ученикам; поощряется выбор цели и ее достижение;
- поощряется социально направленная деятельность — альтруизм, умение сотрудничать;
- предоставляется возможность: раскрываться лидерам, учиться принимать решения;
- учащиеся имеют навыки социального общения; родители вовлечены в жизнь школы, класса;
- проводятся различные акции антинаркотического содержания в рамках психопрофилактической работы;

- персонал школы видит свою роль в качестве заботливым попечителей.

3. В обществе:

- нормы поведения и политика направлены на поддержку не потребления наркотиков;
- подросткам предоставляется возможность зарабатывать на жизнь; существует система помощи и социальной поддержки;
- молодежь вовлекается в деятельность общественных организаций.

4. Среди ровесников:

- уважение строится без потребления наркотиков, уважается авторитет; подростки привязаны к определенной группе;
- ценится уникальность каждой личности, составляющей группу общения.

5. Социальная работа:

- подростки вовлекаются в организации и участвуют в проведении различных мероприятий спортивного, познавательного, общественно-значимого характера;
- существует система учреждений и организаций, позволяющая детям и подросткам удовлетворять свое любопытство и потребность в общении, самоутверждений;
- существует развитая и доступная ДЕТЯМ И подросткам система социальной поддержки, где они могли бы получить помощь психологов, психотерапевтов, волонтеров.

ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ, ПРЕПЯТСТВУЮЩИЕ ФОРМИРОВАНИЮ НАРКОЗАВИСПМОСТИ.

1. Видение жизненной перспективы.
2. Высокий самоконтроль.
3. Высокая стрессоустойчивость, умение взять себя в руки.
4. Система ценностей, совпадающая с социальными ценностями.
5. Адекватность самооценки.
6. Способность к конструктивному поведению в ситуации конфликта.
7. Здоровое и развитое чувство юмора.
8. Способность к продуктивному выходу из ситуаций затрудненности удовлетворения актуальных жизненно важных потребностей.
9. Сформированность и эффективность способов психологической позволяющей справляться с эмоциональным напряжением.
10. Умение находить конструктивны е решения при наличии психотравмирующих ситуаций.

Религиозность может быть действенным фактором защиты.