

Профилактика аддиктивного поведения

Групповые занятия

Групповые занятия с подростками в возрасте от 14 до 18 лет. Содержание упражнений направлено на профилактику безнадзорности и беспризорности среди подростков, помощь в адаптации несовершеннолетним в трудной жизненной ситуации, а также для подростков, чье поведение характеризуется как аддиктивное.

Основные цели тренинга:

1. Формирование ответственности у подростка за свои поступки.
2. Повышение самооценки, формирование навыков управления своими чувствами и эмоциями.
3. Выработка у участников эффективных поведенческих навыков противодействия негативному влиянию окружения в рискованных ситуациях, социально приемлемых форм поведения.[1]
4. Профилактика безнадзорности и беспризорности, социальной дезадаптации и правонарушений подростков.

Основные задачи:

1. Сформировать положительную мотивацию и установки, направленные на противостояние нежелательному влиянию среды.
2. Помочь участникам оценить и скорректировать установки относительно противоправного поведения в целом и своего, в частности.
3. Повысить уровень знаний участников тренинга об их правах, обязанностях, причинах и последствиях правонарушений.
4. Выработать у участников эффективные навыки самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния для принятия верных решений.
5. Вовлечь подростков в позитивную деятельность, адекватную их интересам, способностям и психическому состоянию, способную отвлечь их от совершения правонарушений.

Ожидаемые результаты:

1. Овладение адекватным представлением о последствиях совершения правонарушений, о своих правах и обязанностях.
2. Актуализация у подростков чувства уверенности в своих способностях, противостояния нежелательному влиянию среды и навыка отстаивания безопасного поведения в различных ситуациях.
3. Сформированность умения эффективно общаться с другими людьми, особенно в ситуациях высокого риска.

4. Понимание подростками разрушительного влияния наркотиков, алкоголя.

Упражнение №1 Групповая дискуссия «Ответ за поступки»

В дискуссии ведущий предлагает вспомнить ситуации, которые вы могли видеть по телевидению, когда героем преступался закон, возможно, даже группой лиц. Далее организуется групповое обсуждение данной ситуации по вопросам: Что в данном случае нарушалось? Почему? Каков был исход? При этом задача - попытаться образовать диалог среди участников тренинга и оценить поступок не только со стороны уголовного наказания, но и общественного осуждения.

Упражнение №2 «Что я выиграю / что я потеряю»

Совершив правонарушение, человек знает последствия, но рискует, видя какой-то плюс для себя. Ведущий предлагает разделить участникам на группы. При малом количестве участников возможно проведение упражнения в виде «мозгового штурма», без деления на группы.

Каждой группе предстоит ответить на два вопроса: «Что я выиграю от совершения правонарушения?», «Что я потеряю от совершения правонарушения?». Варианты ответа записываются на отдельных листах. Для рассмотрения дается конкретная ситуация неправомерного поведения на усмотрение ведущего, например, «кража мобильного телефона», «хулиганство в общественном транспорте», «избиение одноклассника» и др.

На выполнение упражнения дается 5-7 минут. Затем результаты работы групп обсуждаются в рамках вопроса «Если правонарушение совершается, какие последствия это влечет для совершившего правонарушение?». Выслушиваются все возможные варианты ответов. Создаются свои групповые определения последствий.[

Упражнение №3 «Сказка»

Ведущий тренер предлагает ребятам разделить на две группы и сочинить сказку про Тридевятое государство, в котором бы жили король и королева, а также их народ. Перед каждой группой устанавливается определенная задача. Первая группа пишет сказку, где существуют законы и как они соблюдаются. Вторая группа сочиняет сказку, где законов нет и где они совершенно не соблюдаются - о государстве беззакония. На работу отводится 10-15 минут. Каждая группа презентует свою сказку. Затем следует обсуждение. Ребятам предлагается ответить на вопросы:

В какой стране народу жилось лучше? Почему?

Нужно ли контролировать исполнение законов? Для чего?

Нужны ли законы вообще? Какова их роль?

Памятка родителям

по профилактике аддиктивного поведения подростков

Уважаемые папы и мамы!

Конфликтная ситуация может коренным образом изменить Вашу жизнь!

Постарайтесь, чтобы эти изменения были в лучшую сторону!

1. Прежде чем Вы вступите в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат
Вы хотите от этого получить.
2. Утвердитесь в том, что этот результат для Вас действительно важен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите
счета.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека, чтобы потом не сгорать
от стыда при
встрече с ним и не мучиться раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться, чтобы не остаться без оппонента.
10. Дорожите уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее Вас.