

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет»

**Система социально-воспитательной и психолого-
педагогической работы по профилактике
наркотической и других видов зависимостей у
студентов вуза: опыт ННГАСУ**

Учебно-методическое пособие

Нижний Новгород
2023

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет»

Система социально-воспитательной и психолого-
педагогической работы по профилактике
наркотической и других видов зависимостей у
студентов вуза: опыт ННГАСУ

Учебно-методическое пособие

Нижний Новгород
ННГАСУ
2023

УДК 378.4
С 34

Публикуется в авторской редакции

Рецензенты:

Т.Н. Павлычева – к.психол.н., доц. кафедры общей психологии и социальной психологии факультета социальных наук ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский государственный ун-т им. Н. И. Лобачевского»

Н.Н. Кумова – к.психол.н., доц. кафедры практической психологии ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина»

С.В.Чеботарева С.В. Система социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и других видов зависимостей у студентов вуза: опыт ННГАСУ [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / С.В.Чеботарева, С.М.Зинина, Н.А.Зимица, Е.А.Булатова ; Нижегород. гос. архитектур. - строит. ун-т – Н.Новгород: ННГАСУ, 2023. – 197 с. 1 эл. опт. диск CD-RW ISBN 978-5-528-00530-0

В пособии обобщается и анализируется более чем пятнадцатилетний опыт работы Психологической службы ННГАСУ в области профилактики аддиктивного поведения, наркотической и других видов зависимостей в студенческой среде. Раскрываются методологические основы организации первичной профилактики наркотической и других видов зависимостей, описывается система социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике аддиктивного поведения студентов, реализуемая в ННГАСУ и роль Психологической службы вуза в организации данной работы. Приводятся авторские методические практические разработки антинаркотических мероприятий.

Пособие адресовано специалистам в области воспитательной работы образовательных учреждений среднего и высшего образования, специалистам по работе с молодежью, кураторам и преподавателям, а также всем тем, кому интересны вопросы профилактики негативных явлений в молодежной среде.

ISBN 978-5-528-00530-0

© Коллектив авторов, 2023

© ННГАСУ, 2023

Содержание

Введение	5
1. Методологические основы организации первичной профилактики наркотической и других видов зависимостей в вузе	9
2. Система социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и других видов зависимости у студентов, реализуемая в ННГАСУ.....	21
3. Роль Психологической службы ННГАСУ в профилактике аддиктивного поведения у студентов.....	46
Заключение.....	62
Список публикаций.....	64
Приложение 1 Программа по профилактике наркотической, алкогольной и иных видов зависимости студентов ННГАСУ.....	68
Приложение 2 План профилактических мероприятий, реализуемых ННГАСУ в рамках антинаркотической деятельности на учебный год...	82
Приложение 3 Фотоотчет о проведении антинаркотических мероприятий в ННГАСУ.....	88
Приложение 4 Положение об антинаркотическом конкурсе творческих работ «Я выбираю жизнь».....	106
Приложение 5 Положение об антинаркотической олимпиаде «Интеллект против наркотиков».....	112
Приложение 6 Вузовская студенческая антинаркотическая олимпиада «Интеллект против наркотиков».....	116
Приложение 7 Материалы для работы психолога в студенческих общежитиях	128
Приложение 8 Материалы для работы куратора академической группы с студентами-первокурсниками	130
Приложение 9 Студенческий медиапроект «Азбука психологической помощи»	134
Приложение 10 Сценарий занятия с использованием техники психодрамы	142

о профилактике наркозависимости «В плену зависимости».....	
Приложение 11 Сценарий занятия с использованием техники психодрамы о профилактике наркозависимости «Вовочка».....	150
Приложение 12 Сценарий социодраматической постановки «Роли, которые мы выбираем»	157
Приложение 13 Интерактивное занятие со студентами на тему «Благополучная семья - прочный барьер на пути наркомании».....	164
Приложение 14 Материалы интерактивных занятий со студентами.....	175
Приложение 15 Информационно-просветительский буклет «Мифы о наркотиках: не дай себя обмануть».....	183
Приложение 16 Информационно-просветительский буклет «Закон есть закон».....	189
Приложение 17 Информационно-просветительский буклет «Признаки наркозависимой личности».....	193

Введение

Профилактическая антинаркотическая работа со студентами является одним из актуальных направлений социально-воспитательной и психолого-педагогической работы в образовательном учреждении высшего образования.

Однако, анализ докладов, представленных специалистами на Всероссийском семинаре-совещании по воспитательной работе с обучающимися образовательных организаций высшего образования и Всероссийском конкурсе-мониторинге «Практики организации воспитательной работы с обучающимися образовательных организаций высшего образования» (организованном Департаментом государственной молодежной политики Минобрнауки России в октябре 2020 г.), показал, что на данный момент этот вид воспитательной деятельности в вузах реализуется недостаточно. Нет единой концепции ведения профилактической работы в вузе, нет единого методического обеспечения и диагностического инструментария для выявления факторов риска аддиктивного поведения студентов, нет целостной системы методов и приемов антинаркотической профилактики, нет единых критериев оценки качества антинаркотической профилактической работы в вузе. Зачастую антинаркотическую профилактику в вузах реализуют преподаватели физической культуры, социологи, валеологи, представители студактива, как правило не обладающие необходимыми компетенциями для проведения качественной психологической диагностики факторов риска аддиктивного поведения студентов. Далеко не в каждом вузе есть ставки психологов или специализированная психологическая служба, способная реализовать данный вид профилактической работы, обеспечить индивидуальный и личностный подход к каждому студенту. Зачастую профилактика зависимостей в вузе сводится к единичным антинаркотическим мероприятиям (информационно-просветительские акции, флешмобы, антинаркотические конкурсы, диагностика студентов), которые носят разрозненный характер и не объединены в какую-либо систему.

Специалисты, призванные осуществлять эту работу в образовательных организациях, отмечают, что существуют объективные трудности в реализации данного направления работы по причине отсутствия системы подготовки кадров для осуществления антинаркотической профилактической работы в образовательных учреждениях высшего образования (курсы повышения квалификации, методические семинары и т.д.). Большое количество обучающихся в вузе студентов (от 2 до 5-7 тысяч человек), и отсутствие необходимого количества ставок психологов в вузе затрудняют эффективное осуществление профилактической антинаркотической деятельности.

В целях улучшения профилактической работы в образовательных учреждениях, направленной на раннее выявление немедицинского потребления наркотических средств и профилактику наркомании, необходима организация системы подготовки кадров, обучения специалистов образовательных организаций, ответственных за проведение профилактической антинаркотической работы со студентами (курсы повышения квалификации, методические семинары и т.д.). Необходима разработка методических, информационно-просветительских, иллюстративных материалов, рекомендованных Министерством образования и науки для использования в профилактической антинаркотической работе в вузах, необходим свободный доступ к этим материалам специалистов, ответственных за данную работу (буклеты, методические рекомендации, конспекты занятий и т.д.). А также необходимо создание условий для обмена опытом специалистов образовательных организаций, ответственных за проведение профилактической антинаркотической работы; для знакомства с опытом отечественных и зарубежных специалистов по профилактике наркомании среди молодежи.

Вариантом решения данной проблемы может стать обобщение и популяризация успешного опыта работы образовательных организаций в сфере профилактики аддиктивного поведения и разного рода зависимостей у студентов в виде научных работ, методических пособий и монографий.

В данном методическом пособии обобщается и анализируется более чем пятнадцатилетний опыт работы Психологической службы ННГАСУ в области осуществления деятельности по профилактике аддиктивного поведения, наркотической и других видов зависимостей в студенческой среде. Цель написания пособия – обмен опытом и повышение квалификации специалистов образовательных организаций высшего и среднего профессионального образования в области профилактической антинаркотической работы со студентами.

Авторы поставили перед собой задачи:

1. Обобщить, проанализировать и систематизировать накопленный опыт организации первичной профилактики наркотической и других видов зависимостей у студентов вуза.

2. Методологически обосновать систему социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике зависимого поведения студентов, осуществляемую в ННГАСУ.

3. Представить апробированные психологами Психологического центра (Психологической службы) ННГАСУ формы и методы первичной профилактики наркотической и других видов зависимостей у студентов.

Ожидаемый результат (качественные показатели) – повышение квалификации специалистов образовательных организаций в области профилактической антинаркотической работы со студентами, в реализации концептуальных подходов антинаркотической профилактики, используемых форм и методов первичной профилактики наркомании и других видов зависимостей у студентов.

Все материалы методических практических разработок антинаркотических мероприятий, представленных в пособии, являются авторскими разработками сотрудников Психологического центра ННГАСУ,

кандидатов психологических наук Е.А.Булатовой, Н.А.Зиминой, С.М.Зининой, С.В.Чеботаревой. Материалы теоретических глав пособия и информационно-аналитических отчетов по антинаркотической деятельности вуза подготовлены психологом ЦСПСОП, доцентом кафедры истории, философии, педагогики и психологии ННГАСУ канд. психол. наук С.В.Чеботаревой.

1. Методологические основы организации первичной профилактики наркотической и других видов зависимостей в ННГАСУ

Научно-исследовательская разработка проблем аддиктивного поведения студентов ведется в ННГАСУ с 2005 года [3, 4, 5]. Специалистами Психологической службы университета изучаются базовые теоретические основы психопрофилактической деятельности в образовательной организации (Т.П.Павленко, Т.Г.Харитоновна, С.В.Чеботарева и др.) [5, 6, 8, 9,19].

Теоретический анализ психолого-педагогической литературы показал, что среди основных детерминант отклоняющегося (аддиктивного) поведения выделяются личностные особенности (устойчивые характерологические особенности), возрастные особенности и ситуативные факторы.

При изучении проблем наркотизации молодежи многие авторы указывают на то, что основными потребителями наркотических средств являются молодые люди в возрасте от 16 до 25 лет. Во многом это определяется спецификой старшего подросткового – младшего юношеского возраста. Для многих молодых людей это период выбора профессии, осмысления своей системы ценностей, построения планов на свою дальнейшую жизнь. Одновременно с этим, это и период отрицания принятых в социуме норм, отвержения авторитетов, когда гораздо важнее становится значение окружения сверстников, микросреды, своей компании, и доминирует желание не отставать от своих, не быть «белой вороной». Для этого возраста еще присущи проблемы в развитии эмоциональной и коммуникативной сферы, свойственно использование адаптивных форм копинг-стратегий в стрессовых ситуациях, недостаточно сформированы навыки уверенного поведения и противостояния давлению среды, умения контролировать ситуацию и брать на себя ответственность за свои собственные поступки, свою жизнь. В этом возрасте также может проявляться индивидуальная дисгармоничность, наследственная генетическая дефицитарность, врожденные аномалии характера в виде негативных аффективных и поведенческих расстройств.

Среди наиболее важных ситуативных факторов, способствующих формированию отклоняющегося поведения, в т.ч. наркотизации, выделяются институты социализации (семья, образовательное учреждение) и агенты социализации (СМИ, группа сверстников).

Главным по значимости источником информации для молодежи являются СМИ, в первую очередь сеть Интернет, которая выступает мощным фактором влияния на потребление наркотических средств. Интернет может служить источником информации о вреде наркотиков, выполняя функцию профилактики наркомании (специализированные сайты с максимально полной и достоверной информацией об опасности и последствиях употребления наркотиков). Но по причине свободного и практически неконтролируемого доступа к информации Интернет все чаще становится фактором, стимулирующим наркопотребление (начиная от распространения мифов и ложных стереотипов о наркотиках и заканчивая информацией о возможности приобретения и способе изготовления наркотиков, создание групп в соцсетях, пропагандирующих употребление психоактивных веществ). По нашим опросам, проведенным среди студентов ННГАСУ, Интернет стоит на втором месте (35% опрошенных) в списке мест, где легче всего можно приобрести наркотики, уступая только ночным клубам и дискотекам (43% опрошенных). В связи с этим, необходимо принимать меры по сдерживанию негативного влияния сети Интернет на студенческую молодежь и расширять позитивные возможности этого информационного ресурса в отношении профилактики наркомании (специализированные сайты, опросы в соцсетях, медиапроекты и т.п.).

Другим важнейшим информационным каналом для молодежи является группа сверстников и имеющийся у нее опыт. Прежде всего, это связано с тем, что молодежь всегда критически относится к нормам и информации взрослых. Опыт сверстников и предоставляемая ими информация служат для молодежи элементами ее отличия и усиливают собственную идентичность. Также вызывает интерес экспериментирование с чем-то новым, что возбуждает

интерес, особенно «запрещенное». Здесь наблюдается предпочтение молодежью информации, получаемой «горизонтально», от таких же, как они (Интернет, ТВ, радио, компания сверстников и т.п.). При этом исследования показывают низкий уровень информированности студентов об опасностях и механизмах формирования наркотической зависимости, о последствиях наркотизации и возможностях лечения, о административной и уголовной ответственности, связанной с употреблением и распространением наркотических веществ. Следовательно, в организации профилактической работы в вузе обязательно нужно использовать этот ресурс, предоставляя студентам возможность получать необходимую информацию «горизонтально», учиться друг у друга позитивным навыкам преодоления нежелательных состояний, делиться опытом противостояния давлению компании и др., т.е. активно привлекать к профилактической антинаркотической работе волонтерские движения, студенческие объединения и студактив, проводя с ними предварительную методическую подготовку.

Семья, как один из важнейших институтов социализации, играет огромную роль в формировании у молодого человека установок на здоровый образ жизни или, напротив, установок на асоциальное поведение. Именно поэтому, особое внимание в профилактической работе необходимо уделять студентам из «социально неблагополучных семей», а так же студентам, лишенным постоянного родительского контроля (студенты, проживающие в общежитии). Эти категории студентов относятся к «группе риска» и требуют особого подхода, и, при необходимости, своевременной психологической помощи и поддержки.

Как отмечают многие исследователи, учеба в высшем учебном заведении сопряжена со значительными интеллектуальными и нервно-психическими нагрузками, особенно остро проявляющимися в предэкзаменационный период и период сессии. Не владея конструктивными способами снятия нервно-психического напряжения, молодые люди часто выбирают психоактивные вещества для снятия учебного стресса, употребляя алкоголь и наркотические

средства для «расслабления» и «отпускания тормозов». Формируется целая молодежная субкультура «потребителя», способствующая употреблению психоактивных веществ по вечерам, в выходные дни и на праздники, на развлекательных мероприятиях, без этого они уже не воспринимают «отдых» и возможность «расслабиться». Именно поэтому особо остро встает проблема обучения студентов правильному планированию своей учебной нагрузки, самоорганизации и таймменеджменту, а также обучение конструктивным способам снятия нервно-психического напряжения.

Многочисленные опросы показывают, что одной из распространенных причин употребления молодежью наркотиков является также «желание уйти от проблем». Наша практика психологического консультирования в вузе показывает, что психологические проблемы, связанные с личными взаимоотношениями, внутриличностными проблемами, конфликтами в семье, с соседями в общежитии, сложности в учебе и взаимодействии с преподавателями – являются самыми частыми обращениями студентов за психологической помощью. Своевременно оказанная психологическая помощь студенту в разрешении его внутриличностных проблем является сильным сдерживающим фактором в вопросе употребления психоактивных средств.

Проведенные нами в 2015-19 гг. опросы и анкетирования студентов ННГАСУ показали, что проблема употребления психоактивных веществ и наркозависимости не в полной мере осознается молодежью.

По результатам опроса 2018-19 уч.г. только 38% студентов считают наркоманию острой проблемой, требующей решения в первую очередь (по сравнению, например, с качеством дорог - 73%, состоянием медицинского обслуживания - 70% и состоянием жилищно-коммунальной сферы – 65%). В ответе на вопрос, насколько распространена проблема наркомании в нашем регионе, большинство опрошенных ответили, что распространена «не больше, чем везде» (58 %), при этом 9% заявили, что проблема вовсе не распространена, а 25% затруднились ответить. Причем в ответе на вопрос «есть ли среди ваших знакомых люди, употребляющие наркотики?» 40% студентов указали, что

такие люди есть, а 8% из них ответили, что в их кругу общения много таких людей. Данные факты свидетельствуют об общей тенденции в молодежной среде – происходит закрепление толерантности в отношении наркоманов, молодежь их рассматривает как просто «потребителей», к ним привыкают, как к социальному явлению и стараются не обращать внимания на существование проблемы зависимости. В связи с этим перед нами встает острая проблема разрушения этого толерантного отношения к употреблению психоактивных веществ, формирование стойкого отношения неприятия наркотиков.

Неадекватность представления студентов о проблеме наркомании подтверждается и тем фактом, что 65% опрошенных считают, что «от наркомании можно вылечиться, надо только захотеть», и только 17% считают, что наркомания неизлечима. Студенты не знают либо не придают значения необратимым последствиям приема наркотических средств и не воспринимают опасность формирования наркозависимости, компенсируя ее возможностью вылечиться. Также 55% студентов отметили, что законодательная ответственность за употребление и распространение наркотиков им «известна только в общих чертах», 25% ответили, что «мало известна или совсем неизвестна». Это делает вопрос об достоверном информировании, просвещении студентов по проблеме употребления наркотиков особенно актуальным.

Среди причин распространения наркомании респонденты отмечали «неудовлетворенность жизнью, социальное неблагополучие» - 65% опрошенных, «моральная деградация общества, вседозволенность» - 51%, «влияние наркобизнеса, доступность наркотиков» - 49% опрошенных.

Анализируя основные мотивы употребления психоактивных веществ, мы выяснили, что наиболее частыми мотивами были следующие: на первом месте мотив «из интереса, любопытства» и «получение удовольствия», на втором месте мотив «чтобы уйти от личных проблем, для снятия напряжения», и на третьем месте мотив группового давления «за компанию, чтобы быть как все». Остальные мотивы представлены незначительно.

Среди тех, кто ответил положительно на вопрос «пробовали ли вы наркотические средства», половина отметили, что пробовали однократно и больше не употребляют (50%), четверть ответили, что употребляют «нерегулярно, от случая к случаю, не каждый месяц» (25%) и четверть ответили, что «в прошлом употребляли, теперь не употребляют» (25%). Ни один из опрошенных не считает себя наркозависимым и нуждающимся в лечении. Примечательно, что эти студенты не связывают однократное и несистематическое употребление наркотиков с риском возникновения наркозависимости. «Контролируемое употребление» наркотических средств с целью получения удовольствия или расслабления не рассматривается ими как проблема, а воспринимается как вариант нормы. Молодые люди оправдывают употребление психоактивных веществ как элемент удовольствия, не рассматривают себя в качестве зависимых и, поскольку употребление происходит не систематически, не видят в таком потреблении проблемы.

Анализ отношения молодежи к проблеме распространения наркотиков свидетельствует, что основными «зонами риска» являются места проведения досуга молодежи и компании сверстников, а также сеть Интернет.

Таким образом, первичная профилактика в образовательном учреждении должна строиться с учетом возрастных психологических особенностей учащихся, должна быть направлена на формирование в студенческом сообществе непримиримого отношения к любому виду зависимости посредством адекватного информирования и просвещения студентов, а также должна учитывать потребности личности и ведущие мотивы.

Профилактическая работа должна строиться по трем основным линиям:

- формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у молодежи социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, профессионального и жизненного успеха, карьерной ориентации, сопровождающихся установкой на отказ от употребления психоактивных веществ;

- использование в образовательном процессе вуза методов социально-воспитательной работы и психолого-педагогических технологий, обеспечивающих развитие этих ценностей и мотивов у студентов;
- развитие социально-поддерживающей инфраструктуры (включающей Психологическую службу вуза, институт кураторства, студенческие объединения), которая особенно актуальна для студентов «группы риска».

Стратегическим приоритетом первичной профилактики наркомании следует рассматривать создание системы позитивной профилактики, которая ориентируется на защищающий от возникновения проблем потенциал личности – освоение и раскрытие ресурсов личности, поддержку молодого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими трудностями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме психоактивных веществ, и помощь ему в самореализации.

Основными принципами реализации системы социально-воспитательной работы по профилактике наркотической и иных видов зависимостей у студентов являются [9, 19]:

1. Своевременность – работа по первичной профилактике наркомании должна в первую очередь осуществляться с той категорией студентов, для которой она особенно актуальна. Это так называемая «группа риска», в которую входят несовершеннолетние студенты, студенты-первокурсники (сталкивающиеся с ситуацией адаптации к новым условиям обучения), особенно проживающие в студенческих общежитиях (адаптация к новым условиям жизни вдали от родных), студенты из малообеспеченных, социально неблагополучных семей, неполных семей, студенты-сироты и студенты-инвалиды и др. Именно эту категорию обучающихся должна охватывать профилактическая и социально-поддерживающая работа.

2. Принцип системности: антинаркотическая работа должна реализовываться не отрывочно, разовыми мероприятиями, а строиться в системе, и включать в себя взаимосвязанные виды социально-воспитательной деятельности, в первую очередь профилактику наркотизации,

антинаркотическое просвещение и пропаганду ЗОЖ, мониторинг состояния проблемы наркомании в вузе, реализуемые на протяжении всего периода обучения в образовательной организации.

Первичная профилактика наркотизации – это деятельность, направленная на развитие личности студента, формирование его ценностной сферы, нравственных установок, развитие способностей и реализацию творческого потенциала. Чем выше уровень развития личности студента, чем более высокие цели он себе ставит, чем более он увлечен спортом, творчеством, любимым делом – тем меньше у него остается времени на «глупости». В первичной профилактике наркомании слово «наркотик» даже не употребляется. Акцент делается на позитивные стороны жизни, достижения и успех, личностное развитие.

Вторая линия – антинаркотическое просвещение. Тут уже нужно называть вещи своими именами: здесь мы можем открыто и четко говорить о причинах и последствиях наркотизации, о механизмах формирования психологической и физиологической наркозависимости, о социальных, политических, экономических, юридических аспектах наркотизации общества. Именно здесь мы должны обсуждать нравственные проблемы, связанные с реальными жизненными ситуациями, с которыми студенты могут столкнуться (если твой друг стал употреблять наркотики; наркоманы и преступность, проблема созависимости и др.).

Третья линия – это пропаганда здорового образа жизни. Здесь тоже о наркотиках не нужно говорить ни слова, а активно пропагандировать спорт, здоровое питание, ценности здоровья и красоты, психологического здоровья личности, а также знакомить студентов с возможностями получения психологической помощи в вузе при необходимости.

Социально-психологический мониторинг состояния проблемы наркомании в вузе помогает своевременно выявлять факторы риска по отношению к употреблению наркотиков, выявить признаки психологической

дезадаптации и психологического неблагополучия, депрессий и стрессового состояния у студентов, которые могут провоцировать наркотизацию.

Эти линии следуют взаимосвязано и неразрывно в антинаркотической работе, поскольку только вместе они решают поставленную задачу.

3. Принцип комплексного подхода в антинаркотической работе подразумевает рассмотрение психологического, медицинского, юридического, политического, экономического, морально-нравственного аспектов проблемы. Психологический аспект - психологические причины употребления наркотиков, разрушение личности наркомана, механизм формирования психологической зависимости. Медицинский аспект – физиологические механизмы формирования наркозависимости, последствия употребления наркотиков для организма (мозга, репродуктивной системы и т.п.), невозможность вылечить наркоманию. Юридический аспект – административная и уголовная ответственность за употребление и распространение наркотиков, социальная опасность наркоманов (преступность), легализация наркотиков или введение смертной казни за их распространение. Политический аспект – наркотизация населения какой-либо страны как инструмент внешней политики государства-агрессора (ослабление противника, порабощение), внутренняя политика в сфере борьбы с наркотиками – проблема сохранения генетического фонда нации. Экономический аспект - наркомафия, бизнес, наживающийся на чужой смерти, изощренная «маркетинговая политика» наркодельцов. Морально-нравственный аспект – проблема морального выбора (помочь или нет умирающему наркоману, может ли наркоман быть другом и т.д.).

4. Принцип детерминизма, причинности, предполагающий работу с первопричиной, а не со следствием. Профилактика, направленная на причины, более эффективна, так как создает возможность предупреждения отклонений. Антинаркотическая работа должна строиться на основе анализа причин употребления наркотиков молодежью. По результатам наших исследований, наиболее частыми причинами употребления наркотиков становятся: 1) желание уйти от проблем, снять стресс; 2) от незанятости, от нечего делать, от скуки; 3)

за компанию; 4) от чувства ненужности, безысходности. Исходя из этих причин и строится антинаркотическая работа: нужно помогать молодым людям решать проблемы (психологические и жизненные), учить социально приемлемым способам снятия нервно-психического напряжения; необходимо заполнять время интересной полезной деятельностью, настоящими эмоциями и чувствами - радостью побед и достижений, увлеченностью любимым делом; учить формировать круг общения, не быть конформным, иметь активную жизненную позицию, здоровые ценности; а так же нужно формировать чувство «нужности» у студентов.

5. Принцип аксиологичности (формирование ценностных ориентаций) – формирование у молодежи мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, законопослушности, уважении к личности, окружающей среде и т.п., которые являются ориентирами их регуляторами их поведения. Общечеловеческие ценности и нормы поведения являются одним из основных морально-этических барьеров к употреблению психоактивных веществ.

6. Принцип «презумпции невиновности» и «психологического авансирования». Часто антинаркотическое просвещение сталкивается с барьером восприятия, когда молодой человек скептически воспринимает информацию, думая, что ему это не нужно, не интересно и никогда не пригодится. Этот механизм срывает, когда информация подается неправильно, «просветители» как бы заранее подозревают в том, что перед ними находятся люди, которые точно пробовали или не прочь попробовать наркотики, и что они настолько несознательные, им нужно объяснять, как это плохо. Такая обвинительная позиция рождает ответную защитную реакцию, которая просто блокирует всю информацию, обесценивая ее, считая ее бесполезной. Для того, чтобы снять действие защитных механизмов, нужно создать атмосферу доверия: четко проговаривать, что мы твердо уверены, что наши студенты хорошие, сознательные и не употребляют наркотики.

Приписывая желаемые свойства человеку, мы стимулируем его к тому, чтобы ему хотелось оправдать наше доверие, быть именно таким.

Но тогда у студентов возникает резонный вопрос: раз мы и так не употребляем, и не собираемся, так зачем же нам в очередной раз слушать про наркотики? И здесь важно уметь аргументировать значимость антинаркотической работы: во-первых, мы хотим, чтобы они еще крепче утвердились в своей позиции, во-вторых, в жизни они могут встретиться с разными ситуациями, в том числе и с ситуацией наркотической провокации, когда им или кому-то из их друзей будут предлагать попробовать наркотики. Чтобы уметь самому сказать твердое «нет», и помочь своему другу сделать правильный выбор, чтобы уметь защитить себя от наркотической провокации и не допустить, чтобы друг совершил неверный шаг, и нужна такая просветительская работа. Мы не раз замечали, что включение социального мотива – помочь своему другу – сильно меняет восприятие информации. Информация осмысливается, запоминается – ведь он ее воспринимает как потенциально полезную, которая может пригодиться и спасти жизнь человеку. Социальный мотив – один из сильнейших стимулов.

7. Принцип стереотипизации - закрепление (формирование) стереотипа: «наркомания – зло, смерть». Здесь включается и эмоциональный, и когнитивный, и поведенческий компоненты стереотипа.

8. Принцип личностного подхода - ведь самое важное – формирование чувства «нужности», значимости у студентов. По мнению психологов, оно относится к числу базовых потребностей человека. Отчасти оно складывается из отношения взрослых, окружающих студента в университете: кураторов, педагогов, представителей деканатов и др. Если они проявляют интерес к студентам, уважение к их личности, чувству собственного достоинства, относятся к ним «с душой», искренне любят своих студентов, оказывают им поддержку – у студентов формируется чувство «нужности», что их судьба кому-то не безразлична, что они важны для факультета, для вуза в целом.

Чувство «нужности» подкрепляется также участием в различного рода «помогающей» деятельности – волонтерство, участие в педотрядах, стройотрядах и др., в результате включения в различные добровольные студенческие объединения (театр, КВН, студенческие конкурсы, фестивали и т.д.), где студенты представляют свой вуз, отстаивают его честь.

9. Дифференцированность – реализация социально-воспитательной работы с учетом возрастных психологических особенностей, степени проявления зависимости, вида зависимости, выявление специфических «групп риска» и «групп внимания» по отношению к разного рода зависимостям.

10. Научная достоверность и легитимность – вся используемая информация должна быть научно обоснована, используемые методы и методики должны быть проверены и надежны, чтобы они не могли навредить обучающемуся. Легитимность подразумевает необходимую правовую базу профилактической антинаркотической деятельности, к которой относятся все нормативные акты о правах и обязанностях лиц, осуществляющих данную работу, а также о правах и обязанностях молодежи, в отношении которой осуществляются активные профилактические мероприятия.

2. Система социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и других видов зависимости у студентов, реализуемая в ННГАСУ

2.1 Общие характеристики

По данным статистики, стремительно увеличивается количество лиц молодого возраста, страдающих различного рода зависимостями (игровая, компьютерная, интернет, гаджетовая, пищевая, никотиновая, алкогольная, наркозависимость и др.). Особое место здесь занимает наркомания, поскольку, несмотря на усилия государства и специальных органов по борьбе с распространением наркотиков, основную массу потребителей психоактивных веществ составляют молодые люди в возрасте от 18 до 30 лет. Зависимое поведение молодежи, по мнению специалистов, является угрозой национальной безопасности, здоровью и генофонду населения России.

По данным социально-психологического тестирования, проведенного в ННГАСУ в феврале-марте 2019 г. порядка 66% опрошенных студентов 1 и 2 курсов попали в «группу риска» по факторам, провоцирующим зависимое поведение, (в т.ч. употребление наркотических средств), из них 28% - показали среднюю степень риска, а 38% - высокую степень риска. Поэтому очень актуальным нам видится выяснение причин, провоцирующих зависимое поведение у студентов, а также профилактическая и просветительская работа, направленная на разъяснение рисков и опасностей зависимого поведения и профилактику различного рода зависимостей (в т.ч. наркотической) в студенческой среде.

Система социально-воспитательной и психолого-педагогической работы направлена на изменение ситуации в лучшую сторону, на снижение факторов формирования зависимого поведения и на формирование установок здорового образа жизни среди студентов ННГАСУ.

Система разрабатывалась в соответствии с «Концепцией долгосрочного социально-экономического развития РФ в период до 2020 г.» и «Стратегией

инновационного развития России до 2020 г.», где одной из приоритетных задач поставлено поддержание и сохранение здоровья населения России.

Система социально-воспитательной работы в ННГАСУ соответствует содержанию «Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде» (приложение №1 к Приказу Минобрнауки России от 28.02.2000 №619).

Система работы по профилактике наркотической и других видов зависимости у студентов в ННГАСУ отражена в программе «ВУЗ здорового образа жизни: Программа формирования здорового образа жизни студентов ННГАСУ. Центр здоровья ННГАСУ», где одной из главных задач обозначена пропаганда здорового образа жизни и информационно-просветительская работа в этом направлении и в «Программе профилактики наркотической, алкогольной и иных видов зависимого поведения студентов ННГАСУ», утвержденной 02.09.2013 г. (протокол №1 заседания Совета по воспитательной работе ННГАСУ).

Цель реализации системы социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и других видов зависимости у студентов: способствовать укреплению и поддержанию физического и психологического здоровья студентов ННГАСУ через первичную профилактику зависимостей, формирование стойкого неприятия употребления наркотических средств, на основе ориентации студентов на здоровый образ жизни, на профессиональную и творческую самореализацию.

Задачи:

1. Мониторинг уровня риска развития и распространения наркотической и др. видов зависимостей у студентов через отслеживание состояния их физического и психологического здоровья, условий жизнедеятельности, признаков формирования дезадаптации, наличия психологических проблем и состояния психологического неблагополучия;

2. Организация системы внутривузовской социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической зависимости, включающей всех субъектов образовательного пространства (информационно-просветительская работа со студентами, совершенствование организационно-методической работы с кураторами академических групп, заместители деканов по воспитательной работе, преподавателями, студактивом, комендантами общежитий и т.д.)

3. Организация системы индивидуальной психологической помощи студентам и психолого-педагогической работы с студенческими группами, работа с студентами «группы риска» и «группы внимания»;

4. Совершенствование системы межвузовского и межведомственного взаимодействия для решения проблем профилактики наркотической зависимости у студентов (с НОНД, УКОН ГУ МВД России, ПИМУ, Межвузовской антинаркотической комиссией и др.)

5. Совершенствование социальной и культурно-досуговой работы со студентами, дающей возможность создать альтернативу наркопотреблению (спортивные секции, литературный клуб, танцевальный коллектив, студенческий театр, клуб путешествия, интеллектуальная деятельность - олимпиады, студенческие творческие объединения и т.д.)

Методы

Анкетирование, психологическое компьютерное и бланковое тестирование студентов, беседы индивидуальные и групповые со студентами.

Просвещение, раздача информационных материалов, листовок, буклетов, размещение информации на Интернет-ресурсах. Выставки социальных плакатов. Показ фильмов, видеороликов профилактического характера по проблемам зависимостей. Антинаркотическая олимпиада.

Интерактивные площадки для студентов (по проблемам разного рода зависимостей), мастер-классы, воркшопы, тренинги на развитие навыков противостояния зависимостям.

Семинары в студенческих общежитиях, размещение информационных материалов.

Круглые столы для специалистов по профилактике наркозависимости с приглашением представителей других вузов города.

Встречи студентов с специалистами по наркозависимости и борьбе с распространением наркотиков.

Качественные показатели

- Формирование и укрепление установки на здоровый образ жизни у студентов ННГАСУ за счет повышения информированности о причинах формирования, опасностях и негативных последствиях зависимого поведения.
- Снижение психологических факторов риска, провоцирующих наркоупотребление в студенческой среде (дезадаптация, стресс, нервно-психическое напряжение, внутриличностные проблемы), за счет своевременной психологической помощи студентам.
- Увеличение вовлеченности студентов в активную деятельность, которая может являться альтернативой наркоупотреблению и зависимому поведению.

Мультипликативность

Данную систему социально-воспитательной работы по профилактике наркотической и других видов зависимости у студентов возможно транслировать на другие образовательные организации города и региона. Возможно выходить с отдельными мероприятиями в другие вузы г. Нижнего Новгорода или осуществлять совместную с другими вузами реализацию отдельных мероприятий.

Участники реализации системы профилактической работы ННГАСУ:

Проректор по воспитательной работе ННГАСУ, Психологическая служба ННГАСУ, отдел по воспитательной работе ННГАСУ, студактив, студенческие объединения, кафедра истории, философии, педагогики и психологии ННГАСУ, кафедра физкультуры, кафедра культурологии, кафедра дизайна, коменданты студенческих общежитий, СМИ ННГАСУ, студенты-волонтеры,

являющиеся слушателями программ профессиональной переподготовки «Психология» в МИПК ННГАСУ и получающие психологическое образование.

Партнеры:

ГБУЗ «Нижегородский Областной наркодиспансер», УКОН ГУ МВД России по Нижегородской области, ПИМУ, Нижегородская духовная семинария.

2.2 Реализация системы социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и других видов зависимости у студентов

В систему социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и других видов зависимости у студентов ННГАСУ включены многие структурные подразделения вуза, службы и отделы: отдел воспитательной и социальной работы, Психологическая служба, деканы и заместители деканов по воспитательной работе факультетов, кураторы академических групп, кафедра истории, философии, педагогики и психологии, кафедра физкультуры, кафедра культурологии, кафедра дизайна, библиотека, студенческие общежития, студенческий лагерь, студакив, пресс-служба ННГАСУ, студенческие объединения и др. Система социально-воспитательной работы реализуется на протяжении всего учебного года, не прекращаясь даже в летний период.

Субъекты, включенные в работу



Рис.1 Субъекты, включенные в профилактическую работу

Система социально-воспитательной работы по профилактике наркотической и других видов зависимости у студентов ННГАСУ реализуется по нескольким направлениям. Это контрольно-мониторинговая деятельность, организационно-методическая деятельность, информационно-просветительская работа, психолого-педагогическая и оценочно-аналитическая работа.



Рис.2 Направления профилактической антинаркотической работы

2.1 Контрольно-мониторинговая деятельность

Осуществление контрольно-мониторинговой деятельности возложено на специалистов вуза, непосредственно работающих со студенческими группами (кураторы академических групп, психологи ПСУ, отдел по воспитательной работе, коменданты студенческих общежитий и др.). Работа ведется систематически в течение всего учебного года с целью своевременного выявления факторов риска наркотизации студентов, и включает в себя несколько взаимосвязанных направлений:



Рис.3 Направления контрольно-мониторинговой деятельности

Выявление студентов «группы риска» по отношению к употреблению наркотических средств (несовершеннолетние, малообеспеченные, неблагополучные, из неполных семей, сироты, иностранные студенты и др.). Ведется эта работа с участием кураторов групп, психологов ПСУ, комендантов общежитий. Разработана специальная форма ознакомительной анкеты для студентов-первокурсников, позволяющая куратору по социально-демографическим признакам выявить студентов, относящихся к «группе риска» и взять их под наблюдение. В течение семестра куратором академической группы составляется социально-психологический портрет группы, заполняется

информационная карточка куратора группы, составляется план работы куратора и ведется дневник куратора, где фиксируются все формы групповой и индивидуальной работы с студентами. Результаты выявления студентов «группы риска» докладываются на Совете по воспитательной работе вуза и планируется профилактическая работа с этой категорией студентов.

Ведется профилактическая работа в студенческих общежитиях (организуются беседы с комендантами общежитий; проводятся систематические рейды с целью выявления фактов употребления наркотических средств; размещается информация на стендах в холле общежитий и информационных уголках на этажах). Психологи посещают комнаты в общежитиях, где проживают студенты-первокурсники, проводят с ними индивидуальные и групповые беседы (и анкетирования) для контроля их самочувствия и процесса адаптации. Осуществляется психологическая помощь студентам при необходимости.

Осуществляется профилактическая работа с несовершеннолетними студентами (основная работа возложена на кураторов академических групп, которые поддерживают контакт с несовершеннолетними студентами, отслеживают их актуальное состояние, осуществляют при необходимости контакт с родителями студента). Организуются запросы в ИДН при необходимости.

Проводится психологическая диагностика признаков дезадаптации студентов-первокурсников (психологическое тестирование на адаптированность к учебной группе и к учебной деятельности, диагностика риска возникновения депрессивных состояний, диагностика состояния стресса у студентов, диагностика психологического климата в студенческих группах, диагностика склонности к зависимому поведению и т.п.). Данный вид работы осуществляется специалистами Психологической службы ННГАСУ в осеннем семестре (начиная с октября по декабрь), позволяет своевременно выявить признаки психологического неблагополучия студентов, оказать им

необходимую индивидуальную психологическую помощь, тем самым минимизируя риск наркотизации студентов (подробнее о результатах данной диагностики рассказано в части 3 данной работы).

Ежегодно проводится социально-психологическое тестирование обучающихся (в соответствии с пунктом 15.1 части 3 статьи 28 Закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, Порядком проведения социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также в образовательных организациях высшего образования, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.06.2014 № 658 «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также в образовательных организациях высшего образования» и приказом министерства образования Нижегородской области от 22.10.2018 г. № 2353 "О проведении социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также в образовательных организациях высшего образования"). Тестирование проводится с помощью автоматизированной системы дистанционного анкетирования в режиме он-лайн через портал анонимного психологического тестирования.

С 2018/19 уч.г. тестирование проводится с помощью методического комплекса по выделению вероятностных предиктов возможного вовлечения учащихся в потребление наркотических веществ, подготовленным научным коллективом Психологического факультета МГУ им. М.В.Ломоносова. Данная методика представляет собой набор психодиагностических шкал, направленных на измерение готовности (склонности) к проявлению отдельных форм отклоняющегося поведения, в том числе к употреблению психоактивных веществ. Данное тестирование позволяет на основе психологического

опросника, касающегося различных сфер жизни студента, выявить те психологические факторы, которые могут провоцировать риск девиантного поведения, в т.ч. наркотизации. Тестирование позволяет выявить склонности к зависимости, склонности к проявлению антисоциальных тенденций, склонность к поиску новизны и рискованному поведению, возможности произвольной регуляции и контроля эмоций, наличие трудностей в разрешении проблем и тенденции избегания, склонность к поиску социальной поддержки и сложности в детско-родительских отношениях. В 2018/19 уч.году данное тестирование прошли 1015 студентов ННГАСУ 1 и 2 курсов, всего 59 академических групп (декабрь 2018 – март 2019 гг.). Поскольку социально-психологическое тестирование проводится психологами ННГАСУ, оно вызывает интерес у студентов, т.к. для них это еще одна возможность узнать что-то о себе, пообщаться с психологом по поводу своих проблем. Данное социально-психологическое тестирование помогает составить общую картину по всей выборке студентов 1 и 2 курсов относительно степени риска проявления у них отдельных форм отклоняющегося поведения, в том числе к употреблению психоактивных веществ. По данным проведенного тестирования 2018/19 уч.г. у 38% опрошенных студентов выявлен высокий риск, а у 28% студентов – средний риск отклоняющегося поведения. Тестирование также позволило выявить студентов, нуждающихся в индивидуальной психологической помощи и поддержке (они приглашались на индивидуальные консультации в Психологическую службу при необходимости).

В 2019/20 уч.г. процедура социально-психологического тестирования на территории Нижегородской области в соответствии с Приказом Министерства образования, науки и молодежной политики Нижегородской области №316-01-64-183 от 29.08.19 г. «О проведении социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также в образовательных организациях высшего образования в 2019-2020 учебном году» была изменена.

На основании письма Министерства просвещения Российской Федерации от 03.07.2019г № 07-4416, поручения Государственного антинаркотического комитета (далее – ГАК; протокол ГАК от 11.12.2017г № 35) в 2019 году во всех образовательных организациях Российской Федерации введена Единая методика социально-психологического тестирования обучающихся (далее ЕМ СПТ), разработанная и подготовленная к внедрению Департаментом государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства просвещения Российской Федерации.

Порядок проведения СПТ утвержден Приказом Минобрнауки №658 от 16.06.2014 г. «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях, а также в образовательных организациях высшего образования».

Тестирование обучающихся осуществлялось в режиме он-лайн через портал анонимного психологического тестирования с помощью системы «Социально-психологического тестирования ЕМ СПТ-2019».

ЕМ СПТ предназначена для выявления латентной и явной рискогенности социально-психологических условий, формирующих психологическую готовность к аддиктивному (зависимому) поведению у лиц подросткового и юношеского возраста. Данная методика осуществляет оценку вероятности вовлечения в аддиктивное поведение на основе соотношения факторов риска и факторов защиты, воздействующих на обследуемых. Выявляет повышенную и незначительную вероятность вовлечения в зависимое поведение. Методика позволяет выявить количество студентов с явным риском вовлечения в аддиктивное поведение и с латентным риском вовлечения. Под латентным риском тут понимается риск неявный, временно скрытый, но возможно когда-то проявляющий себя со временем.

Социально-психологическое тестирование обучающихся в ННГАСУ в 2019/20 уч.г. было проведено в период с 01 по 18 октября 2019 г. Тестированию

подлежало 56 академических групп (29 групп студентов 1 курса и 27 групп студентов 2 курса), всего тестирование прошли 923 студента.

По результатам тестирования у 43 студентов выявлен риск вовлечения в аддиктивное поведение, причем у 8 человек выявлен явный риск вовлечения, у 35 человек – латентный риск вовлечения.

Наиболее рискогенный возраст студентов для вовлечения их в аддиктивное поведение составил 18-19 лет. Причем если в 18 лет - более выражен риск латентный, то в 19 лет – выражен явный риск вовлечения.

Анализ распределения студентов «группы риска» по полу показал, что девушки больше показывают процент высокого риска вовлечения в аддиктивное поведение, чем юноши, причем как по параметру абсолютного количества в группе риска, так и по параметру явного риска вовлечения. По параметру «латентный риск» количество юношей и девушек примерно равно.

Анализ качественных показателей обнаружил следующую картину. В методике анализируется соотношение факторов защиты и факторов риска, действующих на конкретного студента. Факторы риска – то, что провоцирует наркотизацию, факторы защиты – то, что помогает студенту противостоять наркотизации, сопротивляться наркотическим провокациям. Чем больше у студента факторов защиты, чем они сильнее развиты и чем меньше факторов риска – тем благоприятнее соотношение этих критических показателей и ниже риск вовлечения студента в наркотизацию. И наоборот, чем больше факторов риска (актуализация факторов риска) и чем меньше развиты факторы защиты (редукция факторов защиты), тем более уязвимым становится студент перед наркотической провокацией, и тем выше риск его вовлечения в наркотизацию.

Проанализировав данные по вузу, мы увидели, что для студентов оказались актуальными следующие факторы: среди повышенных факторов риска это подверженность влиянию группы, принятие асоциальных установок социума, склонность к риску, импульсивность, тревожность, фрустрация; среди сниженных факторов защиты – это принятие родителями, принятие в группе (одноклассниками, одногруппниками), самоконтроль поведения.

Факторы риска и факторы защиты по отношению к аддиктивному поведению

Факторы риска	Факторы защиты
Потребность в одобрении	Принятие родителями
Подверженность влиянию группы	Принятие в группе (одноклассниками, одноклассниками)
Принятие асоциальных установок социума	Социальная активность
Склонность к риску	Самоэффективность
Импульсивность	Самоконтроль поведения
Тревожность	
Фрустрация	
Наркопотребление в социальном окружении	

На основе анализа каждого фактора были разработаны соответствующие мероприятия (причем как общие, так и специфические), направленные на снижение, нивелирование воздействия факторов риска и усиление, развитие факторов защиты, среди которых были коммуникативные тренинги «Как сказать НЕТ», «Как отстаивать свое мнение», «Тренинги уверенного поведения»; семинар «Мифы о наркотиках», просмотр и обсуждение антинаркотических фильмов, социодраматические техники; мастер-классы и тренинги на развитие саморегуляции, самоконтроля, умения справляться с негативными эмоциональными состояниями, а также семинары и тренинги на развитие семейных ценностей и навыков конструктивного взаимодействия в группе.

Из 56 групп, прошедших тестирование, в 25 группах обнаружилось студентов, имеющих явный или латентный риск вовлечения (по 1-2, редко 3 студента в группе). Именно в этих группах было запланировано проведение

данных коррекционных мероприятий. Было проведено отдельное совещание с кураторами академических групп, в которых выявлены студенты «группы риска» с высокой рискогенностью социально-психологических условий и высокой вероятностью вовлечения в аддиктивное поведение. Кураторам были назначены индивидуальные консультации для совместного с психологом планирования и проведения индивидуальной коррекционной работы с обучающимися «группы риска».

Результаты проведенного тестирования были представлены на Совете по воспитательной работе вуза заместителям по воспитательной работе факультетов для возможности учитывать результаты в профилактической работе с обучающимися; запланировать мероприятия на факультете антинаркотической тематики именно для групп, в которых выявлены студенты «группы риска».

Ежегодно проводится мониторинг осведомленности студентов ННГАСУ по проблемам распространения и употребления наркотиков. Анонимное анкетирование студентов проводится с помощью опросника, рекомендованного Межвузовской антинаркотической комиссией при Совете ректоров вузов Нижегородской области.

В 2018/19 уч.г. в анкетировании приняли участие 300 студентов 1 и 4 курсов. Анкетирование проводится психологами ПСУ ННГАСУ. Результаты анкетирования анализируются и направляются в Межвузовскую антинаркотическую комиссию для статистического отчета. Данное анкетирование позволяет выявить актуальные тенденции в отношении студентов к употреблению и распространению наркотиков, отследить актуальное состояние ситуации с наркопотреблением в вузе. По данным за 2018/19 уч.г. порядка 5-7% студентов-первокурсников признаются в том, что пробовали (однократно употребляли) наркотические вещества. Обращает на себя внимание тот факт, что изменяется мотивация употребления наркотиков: если на протяжении нескольких лет мотивы были стабильными (из

любопытства, за компанию), то сейчас появились новые мотивы («в спорте для получения лучших результатов», «для снятия напряжения»). Эти обнаруженные тенденции позволяют адекватно планировать профилактическую работу, учитывая особенности именно этого «поколения студентов».

Контрольно-мониторинговая профилактическая антинаркотическая работа со студентами не прекращается и в летнее время – проводится в студенческом лагере «Чкаловец» (организуются встречи с специалистами-наркологами, распространение информационных листовок антинаркотической направленности, проводятся спортивно-оздоровительные мероприятия). Также проводятся систематические рейды с целью выявления фактов употребления наркотических средств, психологические тренинги).

Постоянно осуществляется контроль за функционированием доступа к Интернет-источникам, рейды с целью выявления информации, пропагандирующей незаконное употребление наркотических средств среди студентов.

2.2 Организационно-методическая деятельность

Важным направлением реализации системы социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической зависимости у студентов является организационно-методическая деятельность. Она включает в себя разработку рекомендаций и проведение обучающей методической работы с субъектами, призванными осуществлять профилактическую антинаркотическую деятельность со студентами в вузе. Суть этой работы – в грамотном информировании о состоянии проблемы употребления наркотических средств в регионе и конкретно в вузе (ознакомление с результатами проводимого мониторинга и психологической диагностики студентов), в выдаче рекомендаций по работе со студентами «группы риска», в ознакомлении с новыми методами и подходами в профилактической работе, в оказании индивидуальной консультативной помощи специалистам.

Методическая работа специалистов психологической службы в «Школе кураторов» содержит информационно-просветительский и консультативный аспект и включает следующие формы работы: лекции антинаркотической направленности; распространение рекомендаций по работе с студентами «группы риска», памяток и буклетов из серии «В помощь куратору» - «Как выявить группу риска», «Признаки дезадаптации студентов», «Признаки наркозависимой личности», «Полезные телефоны: куда обратиться», «Депрессия и суицид: как не проглядеть беду» и др.; консультации и индивидуальные беседы с кураторами студенческих групп по возникающим в их практике работы трудностям.



Рис.4 Направления организационно-методической деятельности

Методическая работа включает также участие в работе Совета по воспитательной работе ННГАСУ, где обсуждаются материалы по осуществлению профилактической работы антинаркотической направленности, проводятся консультации и индивидуальные беседы с заместителями по воспитательной работе факультетов, распространяются рекомендации по работе с студентами «группы риска», координируется работа кураторов и планируется проведение вузовских профилактических мероприятий и др.

Также к методической деятельности относится подготовка и использование в лекциях информационных материалов антинаркотического содержания. Данные материалы включаются в лекции по дисциплинам «Физическая культура», «ОБЖ», «Правоведение», «Философия», «Психология социального взаимодействия», «Конфликтология», «Психология делового общения». В эту работу включены заведующие кафедрами, преподаватели дисциплин, психологи ПСУ, проректор по воспитательной работе ННГАСУ.

Активно ведется работа со студенческими объединениями (Педотряд, Стройотряд, Сервисный отряд, Отряд проводников и др.), где помимо просвещения и информирования о проблеме наркотизации формулируются психологические рекомендации по поведению студентов в ситуациях, связанных с наркотической провокацией и незаконным употреблением наркотических средств. Также ведется работа с студенческим киноклубом (рекомендации психологов по просмотру и обсуждению фильмов о различных видах зависимостях).

С октября 2019 г. реализуется совместный проект ПСУ и студенческого педагогического отряда «Адеон» на тему: «Сказка и кукольный театр в первичной профилактике зависимого от ПАВ поведения у детей и подростков». В рамках проекта были организованы обучающие методические семинары для членов педотряда по основам профилактической антинаркотической работы с детьми и подростками, и семинары об использовании методов сказкотерапии в первичной профилактике наркомании. Проведен мастер-класс по изготовлению кукол-марионеток для спектакля и театральная постановка кукольного спектакля «Сказка о Белом городе». Были организованы выезды в школу-интернат с постановкой спектакля и интерактивным взаимодействием с детьми.

Реализован совместный проект ПСУ и студенческого объединения KinoScience (Киноклуб) по профилактике зависимого поведения студентов: проведен методический семинар «Основы профилактической антинаркотической работы со студентами»; выбор художественных фильмов

антинаркотической направленности для просмотра в киноклубе; психологический анализ фильма «Игла», просмотр и обсуждение фильма «Игла» со студентами.

Организационно-методическая работа предполагает не только внутривузовское, но и межвузовское взаимодействие специалистов. Это взаимодействие реализуется посредством участия в заседаниях Межвузовской антинаркотической комиссии, созданной при совете ректоров вузов Нижегородской области, где представители разных вузов города обсуждают проблемы профилактики наркомании в молодежной среде и делятся опытом в решении этой проблемы. Ежегодно проректор по воспитательной работе ННГАСУ М.А.Замураева и психолог ПСУ ННГАСУ С.В.Чеботарева выступают с отчетами о проводимой антинаркотической деятельности в ННГАСУ в Межвузовской антинаркотической комиссии.

В рамках межвузовского взаимодействия ежегодно проводится Круглый стол для специалистов по воспитательной работе вузов города «Возможности вуза в профилактике наркомании среди молодежи». В работе Круглого стола традиционно принимают участие представители вузов города (ННГАСУ, ННГУ им.Лобачевского, НГЛУ им.Добролюбова, НГСХА, НГТУ, ПИМУ, Нижегородской духовной семинарии и др.), а также представители религиозных организаций, психотерапевт-нарколог НОНД и представители УКОН ГУ МВД России по Нижегородской области. Специалисты обмениваются опытом, обсуждают актуальные проблемы воспитательной работы в вузе и пути решения проблемы профилактики наркомании в молодежной среде.

Также в рамках межведомственного взаимодействия осуществляется сотрудничество с Психологической службой МЧС Нижегородской области в форме участия студенческих команд ННГАСУ в конкурсе «Человеческий фактор».

Направляются студенты-волонтеры на обучение по программе «Профилактика наркомании и наркопреступности. Волонтерские движения как инструмент антинаркотической деятельности» в УКОН МВД РФ по Нижегородской области. С 2018 по 2023 гг. обучение по программе прошли 18 студентов-волонтеров ННГАСУ, они вошли в состав Межвузовского волонтерского отряда, принимали участие в телемарафоне «Всем миром против наркоагрессии». Студенты-волонтеры используют полученную на обучающих семинарах информацию в своей деятельности по профилактике наркозависимости в вузе.

2.3 Информационно-просветительская работа

Одним из важнейших направлений реализации системы социально-воспитательной работы по профилактике наркотической зависимости у студентов является информационно-просветительская работа. Она ведется с учетом современных тенденций к переходу на информационные технологии, поэтому, помимо классических бумажных буклетов и информационных стендов, используются различные Интернет-ресурсы. Информационно-просветительская работа ведется в следующих направлениях:

- Изготовление и распространение информационных материалов по антинаркотической тематике для студентов (буклеты, памятки) «Как противостоять наркотической провокации», «Если твой друг попал в беду», «20 способов сказать НЕТ», «Признаки наркозависимой личности», «Закон есть закон» и др. Содержание информационных материалов разрабатывается сотрудниками Психологической службы, носит авторский характер. Материалы распространяются в период проведения антинаркотической акции в местах наибольшего скопления студентов – в холлах университета, в столовых, в студенческих общежитиях. Ежегодно охват участников данного информирования составляет порядка 500 человек.



Рис.5 Направления информационно-просветительской деятельности

- Изготовление и распространение информационно-иллюстративных материалов на тему: «Как справиться с негативными эмоциональными состояниями», «Как справиться с депрессией», «5 шагов в борьбе со стрессом», «Стоп-стресс», «Приемы психологической самопомощи».
- Изготовление социальных плакатов, буклетов и памяток антинаркотической направленности в рамках выполнения курсовых проектов студентов направления «Дизайн», презентация социальных плакатов студентам ННГАСУ, оформление выставки лучших работ в вестибюле около Психологической службы.
- Оформление информационного стенда по профилактике психологических проблем, ведущих к образованию наркотической зависимости.
- Составление медиатеки фильмов и видеороликов антинаркотической направленности, демонстрация видеоматериалов студентам на занятиях и на экранах в холлах университета.
- Распространение информации, памяток, буклетов о разных видах зависимостей у студентов (интернет-зависимость, игромания, алкогольная зависимость, никотиновая, пищевая зависимость и др.) в холлах ННГАСУ,

общежитиях, столовых, на информационных стендах, проведение круглых столов по данной тематике.

- Размещение антинаркотической информации на сайте ННГАСУ, на странице ВК и др. социальных сетях (памятки, полезные телефоны, рекомендации «Как не попасть в наркотическую компанию», «Как не стать жертвой наркотической провокации», «Закон есть закон» и др.).
- Презентация медиапроекта «Азбука психологической самопомощи» студентам ННГАСУ для психологической поддержки студентов в сложных ситуациях. «Азбука» размещена на сайте ННГАСУ в разделе «Психологическая поддержка» и доступна для студентов в режиме он-лайн.

Перечисленные иллюстративные материалы информационно-просветительского характера представлены в приложении.

Информационно-просветительская работа включает также выступление специалистов Психологической службы ННГАСУ на научно-практических конференциях разного уровня (всероссийских, международных) с докладами, посвященными профилактической антинаркотической деятельности в вузе: «Великие реки-2017, 18, 19», «Наука+», «Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы», «Психологическое сопровождение образования: теория и практика», «Интеграция методической (научно-методической) работы и системы повышения квалификации кадров», «Актуальные вопросы аддиктологии» и др. К участию в конференциях и написанию статей привлекаются также и студенты, принимающие активное участие в реализации антинаркотической профилактики в вузе. На данный момент сотрудниками Психологической службы ННГАСУ опубликовано более 20 статей, посвященных профилактике наркомании.

2.4 Психолого-педагогическая работа

Важным направлением системы социально-воспитательной работы по профилактике наркотической зависимости у студентов является психолого-педагогическая работа. Она осуществляется специалистами Психологического центра ННГАСУ, которые являются кандидатами психологических наук, практикующими психологами и преподавателями психологии. Психолого-педагогическая работа ведется по следующим направлениям:



Рис.6 Направления психолого-педагогической деятельности

- индивидуальные психологические консультации по личным проблемам для студентов, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, психологическая поддержка и помощь. Ежегодно за психологической помощью в Психологическую службу обращаются порядка 180-200 студентов по проблемам личных взаимоотношений, отношений в семье, трудностей в учебе и конфликтов с преподавателями, с внутриличностными проблемами поиска себя и самоопределения;
- проведение профилактических психологических тренингов для студентов-первокурсников на знакомство и сплочение группы для предотвращения дезадаптации студентов. Тренинги проводятся в период с сентября по

ноябрь, позволяют студентам-первокурсникам быстрее познакомиться между собой, установить дружеские отношения в группе, установить атмосферу доверия и сотрудничества в учебном коллективе, и более легко пройти период адаптации. Ежегодно порядка 25-30 студенческих групп участвуют в такого рода тренингах.

- проведение психологических тренингов, мастер-классов, воркшопов для студентов по профилактике стресса и снятию нервно-психического напряжения («Антистресс для студента», «Экзамены без стресса»), по самоорганизации и саморегуляции («Таймменеджмент»), по целеполаганию и планированию карьеры («Мои жизненные и профессиональные планы») и др. Тренинги проводятся с декабря по май, преимущественно в предэкзаменационный период.
- проведение профилактической акции «Неделя психического здоровья». Акция проводится в октябре и приурочена к Всемирному дню психического здоровья (10 октября), установленному по инициативе Всемирной федерации психического здоровья при поддержке Всемирной организации здравоохранения. В рамках акции для студентов организуется раздача информационных материалов по проблеме сохранения и поддержания психологического и психического здоровья, диагностика различных сфер личности, в т.ч. психологического самочувствия и признаков дезадаптации, организуются интерактивные площадки и мастер-классы, посвященные различным проблемам психологического неблагополучия человека и психологическим приемам преодоления негативных эмоциональных состояний, депрессии, стресса и др.).
- проведение антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!». Акция проводится традиционно в апреле и приурочена к Всемирному дню здоровья (7 апреля). В рамках акции организуется распространение для студентов информационных материалов антинаркотической направленности, проведение бесед со студентами на тему «Жизнь без наркотиков», проведение тренинговых профилактических занятий антинаркотической

направленности и интерактивных занятий со студентами 1 курса с просмотром и обсуждением фильмов «Территория безопасности», «Наркотики – секреты манипуляции», проведение занятий со студентами с элементами психодрамы «В плену зависимостей», организуется работа интерактивных площадок для студентов по проблеме акции («Я выбираю спорт», «Я выбираю творчество» и др.), организуется встреча студентов-первокурсников с психологами, наркологами, представителями УКОН ГУ МВД и др. В рамках антинаркотической акции проводится диагностика степени риска по отношению к разного рода зависимостям у студентов;

- организация и проведение Конкурса студенческих социальных плакатов и социальных роликов антинаркотической направленности «Я выбираю жизнь!», конкурса рассказов (эссе) студентов «Почему я выбираю жизнь» и организация выставки лучших рассказов;
- психологическое изучение субъективного переживания одиночества и способов его преодоления студентами как одного из факторов появления наркотической зависимости среди молодежи;
- организация и проведение Антинаркотической студенческой олимпиады «Интеллект против наркотиков»;
- участие в проведении Межвузовского Марафона «Я выбираю жизнь», организация интерактивных площадок в ННГАСУ для студентов других вузов в рамках марафона.

Подробнее о проведении этих мероприятий речь пойдет в следующем разделе.

2.5 Оценочно-аналитическая работа

По итогам учебного года составляется аналитический отчет по проводимой профилактической деятельности, который предоставляется руководству вуза, заслушивается на Совете по воспитательной работе ННГАСУ, направляется в Минобрнауки Нижегородской области и в Минобрнауки РФ. Результаты работы регулярно освещаются на заседаниях

Межвузовской антинаркотической комиссии при совете ректоров вузов Нижегородской области. На основе анализа результатов работы планируется профилактическая работа на предстоящий год.



Рис.7 Направления оценочно-аналитической деятельности

3. Роль Психологической службы ННГАСУ в профилактике аддиктивного поведения студентов

Психологическая служба существует в ННГАСУ уже более 17 лет, и почти все это время она осуществляет психопрофилактическую антинаркотическую работу с молодежью.

Профилактическая антинаркотическая деятельность в ННГАСУ осуществляется специалистами-психологами, и этот выбор вполне обоснован. Именно специалисты-психологи обладают необходимой психолого-педагогической подготовкой для ведения профилактической работы со студентами: обладают необходимой подготовкой в сфере проведения различного рода диагностики (психологического тестирования, анкетирования, мониторингов), владеют современными методами активного социально-психологического обучения, имеют практическую и методическую подготовку в вопросах девиантного поведения, постоянно повышают свою осведомленность об основных психологических проблемах современного общества, разбираются в возрастных и личностных особенностях студентов, в тех психологических проблемах, которые их волнуют, кроме того, психологи имеют особый доверительный контакт со студентами.

Для успешной реализации профилактической деятельности лицу, осуществляющему профилактику, необходимы также и профессионально значимые личностные качества, которыми как раз и обладают психологи в силу своей профессиональной направленности. К таким качествам относятся следующие:

- *социальная чувствительность* (перцепция), которая поддерживается наличием установки на создание положительного подкрепления для каждого человека и тесно связана с высоким уровнем развития наблюдательности;
- *отчетливая нравственная основа* (чувство долга и ответственности, т.к. отсроченность результатов профилактики накладывает более высокую ответственность за ту деятельность, которую психолог осуществляет);

- способность к *рефлексии*, позволяющая анализировать свой опыт, замечать свои ошибки, находить способы их решения и возможности гибко перестраиваться в зависимости от обстоятельств, способствуя творческому подходу и самосовершенствованию;
- наличие умений вероятностного *прогнозирования* и *предвидения* (прогнозируя можно многое предупредить, а именно это является задачей профилактики).

Для эффективной организации профилактической деятельности психологами ПСУ акцент делается на следующие психологические умения:

- быть равноправным партнером в общении, избегать роли «лектора» и «всезнающего» наставника, признавать право на сомнение, уточнение, на свое мнение;
- видеть сильные стороны каждой точки зрения и использовать любую возможность для поддержки интересных и конструктивных высказываний студентов, выражать удивление, радость при высказывании интересных мыслей и сохранять непроницаемость в спорной ситуации;
- варьировать меру помощи в зависимости от той позиции, которую выбирают студенты: уверенной или неуверенной, тревожной;
- «выдерживать паузу» после формулирования проблемы или вопроса (сдерживать себя в желании как можно быстрее познакомить студентов с материалами литературных источников и со своей профессиональной и личной позицией по данному вопросу);
- показывать биполярность любой рассматриваемой проблемы и важность осознания данного вопроса лично для себя;
- спокойно реагировать «на ошибки» в высказываниях (так как это, скорее всего, заблуждения студентов, связанные со стереотипами восприятия тех или иных ситуаций, которые могут быть навязаны средствами массовой информации и ближайшим окружением (Харитонов Т.Г.).

Профилактика наркомании и всех видов зависимостей является одной из приоритетных задач ПСУ уже на протяжении более чем 15 лет. За это время специалистами ПСУ апробированы различные приемы, методы и методики профилактической работы в вузе, и накопился достаточный опыт, чтобы от единичных разрозненных мероприятий выйти на системную профилактическую работу, которая гармонично вписывается в общий план воспитательной работы ННГАСУ. Основной задачей антинаркотической работы в вузе является первичная профилактика, т.е. работа с причинами наркотизации молодежи, которая направлена на предотвращение возникновения провоцирующих наркотизацию факторов.

Основными направлениями работы ПСУ в области профилактической антинаркотической деятельности являются: психодиагностическая, психокоррекционная, просветительская и развивающая работа, организационно-методическая, а также научно-исследовательская работа. В каждом направлении уделяется особое внимание студентам, относящимся к «группе риска»: несовершеннолетние, студенты из неблагополучных семей (неполных, с низким уровнем дохода и т.п.), инвалиды, иностранные студенты и др.

Психодиагностическая работа строится на диагностике факторов риска, провоцирующих наркотизацию студентов. Это диагностика индивидуально-психологических личностных черт, относящихся к «группе риска» (гедонизм, авантюризм, повышенная возбудимость, неадекватная самооценка, конформность, самодеструктивное поведение, любопытство, протестные реакции и др.). Проводится изучение психологической адаптации первокурсников, в т.ч. проживающих в общежитиях, выявление трудностей, возникающих в процессе их адаптации. Полученные результаты в целом демонстрируют благополучие студентов в отношении адаптивности, принятия себя, принятия других, но вместе с тем можно констатировать некоторую личностную незрелость опрошиваемых студентов, их не совсем адекватное восприятие себя и других с преобладанием завышенных ожиданий.

Ежегодно проводится Социально-психологическое тестирование обучающихся ННГАСУ. Тестированием охватываются все факультеты ННГАСУ - студенты 1 курса и 2 курса. Результаты тестирования представляются на Совете по воспитательной работе заместителям по воспитательной работе факультетов для возможности учитывать результаты в профилактической работе с обучающимися; запланировать мероприятия на факультете антинаркотической тематики именно для групп, в которых выявлены студенты «группы риска». Результаты СПТ также были включены в отчет о проводимой антинаркотической работе в ННГАСУ для Межвузовской антинаркотической комиссии.

Также ежегодно проводится мониторинг осведомленности студентов ННГАСУ по проблемам распространения и употребления наркотиков. В декабре 2020 г. анонимное анкетирование студентов проводилось в режиме онлайн на платформе Гугл (Гугл-формы) с помощью опросника, рекомендованного Межвузовской антинаркотической комиссией при Совете ректоров вузов Нижегородской области. Данное анкетирование позволило выявить актуальные тенденции в отношении студентов к употреблению и распространению наркотиков, отследить актуальное состояние ситуации с наркопотреблением в вузе.

Проводится мониторинг интернет-зависимости и игровой зависимости у студентов - анонимное анкетирование в режиме он-лайн на платформе Гугл (Гугл-формы) с помощью опросников, рекомендованных Межвузовской антинаркотической комиссией при Совете ректоров вузов Нижегородской области.

В декабре 2020 г. проведена (в режиме он-лайн с использованием Гугл-опросников) психологическая диагностика психологического состояния и признаков дезадаптации студентов в период дистанционного обучения. Анализ результатов показал, что 36,8% студентов хуже понимают и усваивают учебный материал, поскольку нуждаются в личном, живом контакте с преподавателем.

33% студентов отметили, что испытывают отстраненность, не включают камеру и микрофон на занятии, не включаются в обсуждение и не отвечают на вопросы, если только преподаватель не обратится к ним лично. 6,5% студентов отметили, что стесняются задавать вопросы преподавателю во время он-лайн занятия, хотя если бы занятие было очное, они бы подошли и спросили. 27,4% студентов ответили, что очень устают физически от постоянного сидения перед экраном, болят глаза, 21,1% отметили, что чувствуют раздражение от того, столько времени приходится проводить за компьютером и 12,6% указали, что чувствуют психологический дискомфорт, неудовлетворенность и психическое напряжение и состояние подавленности после он-лайн занятий. Полученные данные позволили своевременно выявить признаки психологического неблагополучия студентов, и оказать им необходимую индивидуальную психологическую помощь, тем самым снижая факторы риска наркотизации студентов.

В рамках вузовской профилактической антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!» проведена диагностика у студентов склонности и факторов риска по отношению к разным видам аддиктивного поведения – склонности к нехимическим аддикциям (интернет, гаджетовая, игровая, пищевая, эмоциональная, шопоголизм, трудоголизм и т.д.) Данные диагностики показали, что у студентов наиболее выражены признаки номофобии (зависимости от гаджета, от смартфона) – порядка 80% студентов отмечали у себя ее наличие, на втором месте – зависимость от интернета – порядка 60% студентов, далее следует зависимость от покупок (шопоголизм). Склонности к игровой, пищевой, эмоциональной аддикции у большинства студентов не выявлено, были обнаружены лишь в единичных случаях. Данные диагностики позволили студентам обратить внимание на свои психологические проблемы и своевременно обратиться за психологической помощью

Представления современных студентов о мотивах употребления наркотиков выглядят следующим образом. Личностные (персональные) мотивы: на первом месте стремление получать физическое и психическое удовольствие от действия наркотика; на втором месте желание нейтрализовать негативные эмоциональные переживания; на третьем месте - стремление «выйти» из состояния скуки, душевного бездействия, либо о желании усилить эффективность своего поведения. Социально-психологические мотивы: неспособность противостоять прессингу значимых людей или референтной группы; стремление приспособиться к ценностям молодежной субкультуры; стремление использовать нарковещества по праздникам и т.п. Патологические мотивы: стремление с помощью наркотиков снять напряжение, дискомфорт, улучшить самочувствие; фиксация в сознании болезненного влечения к наркотику, назло другим и себе, в качестве протеста, из-за потери перспективы будущего, утраты смысла трезвой жизни.

Изучаются неблагоприятные психологические факторы, приводящие к наркотизации молодежи (негативные эмоциональные состояния, одиночество, уровень учебных и социальных стрессов студентов, социально-психологический климат в группах, конфликтные взаимоотношения в группе). Наряду с этим проводится изучение копинг-стратегий (совладания с трудными жизненными ситуациями), степени удовлетворенности жизнью, изучение психологического здоровья студентов, диагностика мотивации учения и профессиональной деятельности и др.

Т.о., проводимая психологами ПСУ психодиагностическая работа позволяет своевременно выявлять признаки психологической дезадаптации студентов, которая может приводить к наркотизации студентов, а также на ранних этапах выявлять «группу риска» - склонных к наркотизации молодых людей. Ранняя и своевременная диагностика позволяет планировать систему профилактических мероприятий со студентами с учетом особенностей именно данных студентов.

Психокоррекционная работа выстраивается на основе индивидуальных психологических консультаций и групповой работы со студентами.

Консультирование студентов в ПСУ проводится по различным психологическим проблемам. Чаще всего студенты обращаются с проблемами личных взаимоотношений, взаимоотношений в семье, конфликтов в учебной деятельности с одногруппниками или с преподавателями, с стрессовыми состояниями, вызванными переутомлением и нервно-психическими нагрузками, с проблемами профессионального и личностного самоопределения, самомотивации. Решая свои личностные проблемы, студент избавляется от деструктивной эмоциональной напряженности, которая может спровоцировать наркотизацию. Также осуществляется психологическая помощь студентам, проживающим в общежитиях. Чаще обращаются иногородние первокурсники с проблемами психологической адаптации к новым условиям жизни вдали от родных и прежних друзей, проблемы могут возникать в процессе совместного проживания в комнате и др.

Осуществляется консультирование сотрудников (преподавателей) по различным вопросам. Проблемы профессиональных взаимоотношений, в коллективе, сложности в взаимоотношениях и конфликтные ситуации со студентами и др.). Забота о психологическом здоровье преподавателей является одним из факторов сохранения психологического здоровья студентов. Также осуществляется консультирование кураторов академических групп по индивидуальному запросу (конкретной возникающей проблеме, отдельного случая, заслуживающего внимания психолога – по поводу неблагоприятного климата в группе, дезадаптации студента, подозрение на употребление психоактивных веществ, вступления в суицидальные группы и т.д.)

На протяжении всего учебного года психологи Психологического центра посещают студенческие общежития ННГАСУ. Всего в университете 4 общежития, за каждым из которых закреплен психолог. В первую очередь психологи уделяют внимание первокурсникам, которые только поступили в вуз и осваиваются в новой обстановке. Психолог курирует первокурсников,

проводит анкетирование студентов на предмет их адаптации, беседует с ними и отслеживает психологическое состояние и самочувствие («патронаж»). Раз в неделю по установленному расписанию психолог проводит индивидуальную и групповую работу со студентами. Индивидуальные консультации проводятся на добровольной основе, анонимно и их задачей является работа с психологическими проблемами студентов, которые могут стать факторами риска и формирования девиантного поведения, в т.ч. наркотизации. Так же в течение учебного года студентам предлагаются тематические семинары и тренинги по адаптации к ситуации проживания в общежитии, повышению самооценки, личностному росту, обучению конструктивному поведению в конфликтных ситуациях, таймменеджменту и самоорганизации и др. Данная работа характеризуется доступностью оказания психологической помощи студентам. В сентябре-ноябре 2022 года психологами был реализован здоровьесберегающий проект «Мобильный кабинет психолога в общежитии».

Групповая работа со студентами начинается с начала учебного года с традиционных тренингов знакомства и сплочения группы для первокурсников. Этот комплекс мероприятий направлен на то, чтобы помочь студентам легче адаптироваться к новой обстановке, к обучению в вузе, к новой для них социальной ситуации. Кроме того, в течение всего учебного года проводятся тренинги общения, тренинги «Антистресс для студента», «Самоменеджмент», «Таймменеджмент», тренинг «Ценности семейной жизни», тренинг мотивации к учебе, а также специальный тренинг «Как сказать НЕТ» - направленный на выработку социально важных навыков противостояния наркотической провокации, негативным факторам социальной среды.

Большая часть просветительской работы проводится психологами ЦСПС (являющимися одновременно и преподавателями кафедры ИФПП) через преподавание психологических дисциплин «Психология и педагогика», «Психология социального взаимодействия», «Социальные коммуникации» и др. В рамках изучения психологии личности и психологии общения имеется возможность обсуждать со студентами важные вопросы, формируя у них тем

самым активную жизненную позицию, мотивацию к саморазвитию и самосовершенствованию, ценность здоровья и антинаркотическую установку.

Просветительская и развивающая работа активно реализуется в рамках Недели психического здоровья и Антинаркотической недели, когда активно проводятся профилактические беседы со студентами. Неделя психического здоровья традиционно проводится в ННГАСУ в начале октября. Целью проведения этой акции является пропаганда здорового образа жизни, психического и психологического здоровья человека.

В апреле проводится Антинаркотическая акция «Я выбираю жизнь!» - это серия антинаркотических мероприятий, подчиненных главной цели – пропаганде здорового образа жизни и твердой позиции неприятия наркотиков. Акция длится неделю и позволяет за это время охватить антинаркотической работой большое количество студентов.

Открытие акции разворачивается в центральном фойе ННГАСУ. Оно проходит под лозунгом «Мы против наркотиков! Мы за здоровый образ жизни!» и вызывает живой интерес среди студентов. С самого утра всех входящих в университет встречают студенты-волонтеры, которые знакомят студентов с содержанием антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!», программой мероприятий, проводят опрос и диагностику склонности к зависимому поведению, предлагают выразить свое отношение к проблеме наркомании в молодежной среде. Участники акции в знак того, что они против наркотиков и за здоровый образ жизни, прикрепляют зеленые листья и цветы на ветки символического «дерева жизни», которое к концу дня превращается в зеленое и цветущее.

Для участников акции организуется несколько интерактивных площадок: «Я выбираю спорт», «Я выбираю интеллект», «Я выбираю красоту и здоровье» и «Я выбираю творчество». На спортивной интерактивной площадке участникам предлагается попробовать свои силы в спортивных состязаниях (армреслинг, кручение хулахупа), а также принять участие в спортивной викторине. На интерактивной площадке «Я выбираю интеллект» предлагается

показать свои интеллектуальные способности, выполнив задания на логическое мышление, на креативность и др. На интерактивной площадке «Я выбираю творчество» обсуждаются проблемы наркомании в творческой среде: представлен информационный плакат «Звезды против наркотиков», а также портреты известных творческих людей, погибших от употребления наркотиков, обсуждаются факты их творческого пути и трагический итог их жизни. На интерактивной площадке «Я выбираю красоту и здоровье» участникам предлагается проверить некоторые параметры состояния своего здоровья (индекс массы тела), проверить свои знания по основам правильного питания и здорового образа жизни.

На протяжении всей недели Психологической службой проводятся профилактические антинаркотические мероприятия, посвященные пропаганде здорового образа жизни: профилактические беседы со студентами на тему «Жизнь без наркотиков», интерактивные занятия с просмотром и обсуждением фильмов антинаркотической направленности, занятия с элементами интерактивного психологического театра на тему: «В плену зависимости».

В течение всей акции организуется распространение информационных материалов антинаркотической направленности для студентов: это буклеты «Признаки наркозависимой личности», «Закон есть закон», «Мифы о наркотиках», памятки «Как сказать «НЕТ», «Как противостоять наркотической провокации в компании», «Будь Независим», «А знаете ли вы... УК РФ?» и др.). Буклеты и памятки распространяются в фойе, на проводимых интерактивных занятиях, в актовом зале, а также в буфете и в студенческих столовых. Информационные материалы вызывают интерес у студентов, они знакомятся с информацией, задают интересующие вопросы. Буклеты, памятки и другие информационные материалы являются авторскими разработками психологов ПСУ. Информационные материалы размещаются также на сайте Психологической службы ННГАСУ.

В апреле 2021 г. вузовская профилактическая акция «Я выбираю жизнь!» проходила под лозунгом: «Твоя свобода – твоя Независимость!». Поскольку по

причине антиковидных ограничений проведение массовых мероприятий ограничено, организаторами акции было принято решение все мероприятия акции вывести на аудиторный формат, когда работа ведется с каждой академической группой отдельно, максимально задействовать интернет-ресурсы и предусмотреть возможность использования дистанционных образовательных технологий. Для визуально-информационного сопровождения интерактивных занятий студентами волонтерами акции совместно с психологами ПСУ были созданы медиапрезентации по проблемам разных видов аддикций, которые в дальнейшем легли в основу медиапроекта.

На протяжении двух недель психологи ЦСПС и волонтеры акции на интерактивных занятиях разговаривали со студентами на тему профилактики разного рода зависимостей. В рамках акции были организованы тематические беседы и интерактивные занятия, посвященные профилактике наркотической зависимости, а также профилактике интернет-зависимости, гаджетовой зависимости, игровой, пищевой, эмоциональной зависимости, шопоголизма и трудоголизма. Было организовано распространение для студентов информационных материалов антинаркотической направленности (буклеты, памятки, социальные листовки), проведение интерактивных занятий со студентами 1 курса с просмотром и обсуждением фильма «Территория безопасности», «Наркотики: секреты манипуляции», проведение занятий со студентами с элементами психодрамы «В плену зависимостей». Всего психологами и волонтерами акции было проведено 25 интерактивных занятий со студентами ОТФ, ИСФ, ИТБ, ФАиД и ФИЭСиС, в которых приняли участие порядка 560 студентов разных курсов. На занятиях студентам были продемонстрированы видеоматериалы и презентации по тематике обсуждаемых проблем. На каждом занятии студенты получили психологические рекомендации, как противостоять зависимостям и не допускать их формирования у себя. Также в рамках акции проводилась диагностика степени риска по отношению к разного рода зависимостям у студентов и организована раздача информационных материалов по проблеме сохранения и поддержания

здоровья; оформлены информационные стенды антинаркотической направленности в холлах ННГАСУ, создан медиапроект на сайте ННГАСУ «Твоя свобода - твоя НЕзависимость».

Традиционным стало проведение творческих антинаркотических конкурсов среди студентов: конкурс социальных плакатов антинаркотического содержания, конкурс социальных роликов «Мы выбираем жизнь!», конкурс фотографий «Как прекрасна эта жизнь!», конкурс студенческих сочинений «Почему я выбираю жизнь». Итогом конкурсов является организация выставки студенческих работ и демонстрация видеороликов на экранах в холлах вуза.

Сотрудниками ЦСПС проводится подготовка волонтеров из числа активных студентов, участвующих в антинаркотической профилактической работе со студентами. В организации акции также активно принимают участие студенты, обучающиеся на дополнительном образовании «Психология» в МИПК ННГАСУ и проходящие практику в Психологическом центре. Они обучаются психологическим технологиям ведения профилактической работы.

Проводится работа с кураторами академических групп и заместителями деканов по воспитательной работе (информационные материалы, памятки, буклеты «Признаки наркозависимой личности», «Закон есть закон», «Нелегкий разговор о «легких» наркотиках» и др.; даются рекомендации по работе со студентами «группы риска», по работе с родителями несовершеннолетних студентов и т.д.).

В рамках антинаркотической акции проводится Вузовская антинаркотическая студенческая олимпиада «Интеллект против наркотиков». Для участия приглашаются наиболее активные и подготовленные студенты - лидеры студенческих групп, представители студактива, а также все желающие. Вопросы олимпиады касаются психологического, медицинского, социального, юридического, политического аспекта наркомании и заставляют студентов задуматься на тему нравственного выбора, психологической деформации личности наркомана, вариантов решения проблем наркотизации общества и др. Ежегодно участниками антинаркотической олимпиады становятся порядка 50

студентов, они показывают в своих работах осознанное отрицательное отношение к наркомании, четкое понимание причин наркотизации молодежи, активную позицию по выработке предложений по улучшению наркоситуации в регионе.

В рамках акции проводится Круглый стол со специалистами по воспитательной работе вузов города по вопросам профилактики наркомании в молодежной среде. В работе Круглого стола принимают участие представители вузов города (ННГАСУ, ННГУ им.Лобачевского, НГЛУ им.Добролюбова, НГСХА, НГТУ, ПИМУ, Нижегородской духовной семинарии и др.), а также представители религиозных организаций, психотерапевт-нарколог НОНД и представители УКОН ГУ МВД России по Нижегородской области. Специалисты обмениваются опытом и обсуждают вопросы взаимодействия при решении проблем профилактики наркомании в молодежной среде. Ежегодно в работе круглого стола принимают участие порядка 20-25 специалистов из разных вузов города.

Заключительным аккордом акции является итоговое мероприятие акции «Я выбираю жизнь!» - встреча студентов-первокурсников с специалистами по профилактике наркомании. Перед студентами выступают проректор по воспитательной работе ННГАСУ, руководитель ЦСПС, психотерапевт-нарколог НОНД, проректор по воспитательной работе Нижегородской духовной семинарии, и представители УКОН ГУ МВД России по Нижегородской области. На мероприятии торжественно награждаются студенты-победители антинаркотических конкурсов и олимпиад.

Ежегодно охват участников антинаркотической акции растет, в 2019-20 гг. он составил порядка 1500 человек, в 2021 г. благодаря использованию интернет-ресурсов и он-лайн технологий охват участников акции оценивается в пределах 5000-6000 человек.

Активно ведется сотрудниками психологической службы организационно-методическая работа антинаркотической направленности. Большое внимание уделяется психологами ЦСПС работе с кураторами

академических групп, оказание им методической помощи в вопросе профилактики наркомании среди студентов, раннего выявления признаков наркотизации студентов.

Активно ведут психологи работу со студенческими объединениями. В 2019 г. под руководством психологов ЦСПС студенческое объединение «НеЗависимость» подготовило и защитило студенческий проект под названием «Будь свободен!», посвященный профилактике зависимостей студентов ННГАСУ, который был реализован в апреле-мае того же года.

С октября 2019 г. был реализуется совместный проект ЦСПС и студенческого педагогического отряда «Адеон» на тему: «Сказка и кукольный театр в первичной профилактике зависимого от ПАВ поведения у детей и подростков». В рамках проекта были организованы обучающие методические семинары для членов педотряда по основам профилактической антинаркотической работы с детьми и подростками, и об использовании методов сказкотерапии в первичной профилактике наркомании. Проведены мастер-классы по изготовлению кукол-марионеток для спектакля и театральная постановка кукольного спектакля «Сказка о Белом городе». Были организованы выезды в школу-интернат с постановкой спектакля и интерактивным взаимодействием с детьми. Руководителем ЦСПС Зининой С.М. подготовлено к изданию методическое пособие для специалистов по работе с молодежью высшего и среднего профессионального образования «Сказка и кукольный театр в первичной профилактике зависимого от психоактивных веществ поведения детей и подростков»: Методические рекомендации по реализации волонтерского проекта (Н.Новгород: ННГАСУ, 2021).

Реализован совместный проект Психологического центра и студенческого объединения KinoScience (Киноклуб) по профилактике зависимого поведения студентов: проведен методический семинар «Основы профилактической антинаркотической работы со студентами»; выбор художественных фильмов антинаркотической направленности для просмотра в киноклубе;

психологический анализ фильма «Игла», просмотр и обсуждение фильма «Игла» со студентами.

Активно ведется сотрудниками Психологической службы научно-исследовательская работа. Данные психодиагностических обследований и результаты проводимой профилактической работы анализируются, на их основе разрабатываются рекомендации для педагогов и кураторов по работе со студентами. Специалисты ЦСПС выступают с докладами на научно-практических конференциях всероссийского и международного уровня, посвященные вопросам воспитательной работы в образовательной среде вуза. Публикуют статьи в научно-методических изданиях, освещая опыт работы и методы, используемые в психопрофилактической антинаркотической работе (см. список печатных работ). Научная статья психолога Чеботаревой С.В. «Повышение квалификации специалистов по социально-воспитательной работе вузов в области профилактики аддиктивного поведения студентов», опубликованная в сборнике докладов XXII Международной заочной научно-практической конференции «Интеграция методической (научно-методической) работы и системы повышения квалификации кадров», получила награду в X-м Международном конкурсе научных, методических и творческих работ «Социализация, воспитание, образование детей и молодежи» (г. Киров, март 2021 г.). Статья Зининой С.М. и Чеботаревой С.В. «Профилактика аддиктивного поведения у студентов технического вуза: проблемы и пути решения» подготовленная для участия в Всероссийском междисциплинарном антинаркотическом научно-практическом форуме «Актуальные вопросы аддиктологии» получила диплом 2 степени в номинации «Лучшая научная работа по профилактике наркомании» на Межвузовском антинаркотическом конкурсе «Молодежь выбирает жизнь!» в 2023 году.

К научно-исследовательской работе привлекаются также студенты, темы некоторых аттестационных работ слушателей курсов профессиональной переподготовки МИПК ННГАСУ по направлению «Психология» посвящены проблеме зависимого поведения студентов и профилактике зависимостей в

молодежной среде. В 2018/19 уч.г. были успешно защищены аттестационные работы студента Глинчева М.Н. на тему «Профилактика зависимого поведения на примере игровой зависимости у студентов» и работа Решетниковой П.А. на тему «Профилактика девиантного поведения студентов и употребления ПАВ». В 2020/21 уч.году Москвич Е.А. провела исследование на тему «Риски формирования интернет и игровой зависимости у студентов и работников IT – сферы: особенности и профилактика». В 2022/23 уч.году слушателем Доброхотовым Д.А. было проведено исследование и защищена аттестационная работа на тему «Профилактика игровой зависимости как фактора, снижающего способности личности к самоуправлению».

Заключение

В данной работе мы попытались описать реализуемую в ННГАСУ систему социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и иных видов зависимостей у студентов, являющуюся результатом более чем 17-летнего труда целого коллектива специалистов, осуществляющих профилактическую работу в вузе. Концепция данной системы социально-воспитательной работы создавалась на основе всестороннего анализа теоретических подходов и прикладных исследований в области профилактики наркомании.

Описанная система опирается на принципы детерминизма, системности, комплексности, своевременности, личностного подхода, дифференцированности, «презумпции невиновности и психологического авансирования», стереотипизации, аксиологичности, научной достоверности и легитимности. В реализацию системы социально-воспитательной работы включены многие структурные подразделения вуза, службы и отделы: Отдел воспитательной работы, Психологический центр, деканы и заместители деканов по воспитательной работе факультетов, кураторы академических групп, кафедры, студенческие общежития, студенческий лагерь, студактив, студенческие объединения и др.

В работе представлены основные направления социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и иных видов зависимостей у студентов, формы и методы, используемые в профилактической работе.

Ежегодно мероприятия по профилактике наркотической и иных видов зависимостей охватывают до 3000 студентов ННГАСУ, в первую очередь они направлены на работу со студентами, относящимися к «группе риска» (порядка 800 человек) (первокурсники; студенты, проживающие в общежитиях; студенты из неблагополучных семей и т.д.). Привлекаются к работе студенты-

волонтеры (ежегодно их количество составляет порядка 15-20 человек), ведется работа со студенческими объединениями и студактивом.

Все мероприятия, описанные в работе, являются авторскими разработками психологов психологического центра.

Конечно, описанная система не является окончательной, а представленные формы и методы работы не являются единственно возможными. «Система социально-воспитательной и психолого-педагогической работы по профилактике наркотической и иных видов зависимостей» подвергается постоянному совершенствованию и корректированию с учетом анализа ее результативности, апробируются новые формы работы, ведется постоянный поиск наиболее эффективных и действенных методов.

Специалисты ЦСПС ННГАСУ искренне надеются, что их опыт и практические разработки окажутся полезными и специалистам других вузов в организации профилактической антинаркотической работы в их образовательных учреждениях.

Список публикаций психологов ННГАСУ по теме профилактики аддиктивного поведения

1. Зимина, Н.А. Психологические основы и содержание профилактической антинаркотической работы в вузе // 16-й Международный научно-промышленный форум «Великие реки 2014»: [Труды научного конгресса]. В 3 т. Т.2. - Н. Новгород: ННГАСУ, 2014.
2. Зинина, С.М. Сказка и кукольный театр в первичной профилактике зависимого от психоактивных веществ поведения детей и подростков: Методические рекомендации по реализации волонтерского проекта. Н. Новгород: ННГАСУ, 2021.
3. Зинина, С.М., Чеботарева, С.В. Профилактика аддиктивного поведения у студентов технического вуза: проблемы и пути решения // Всероссийский междисциплинарный антинаркотический научно-практический форум «Актуальные вопросы аддиктологии». Н.Новгород, ПИМУ, 2023. (17-18 мая 2023 г.)
4. Серебрянская, Г.В. Разработка и реализация образовательной модели профилактики наркомании среди студентов (на примере ННГАСУ) // Организация воспитательной работы в Нижегородском государственном архитектурно-строительном университете [Текст]: сб.науч.тр. / Нижегород.гос.архитектур.-строит.ун-т; - Н.Новгород: ННГАСУ, 2011. 219 с.
5. Серебрянская, Г.В. О работе ННГАСУ по профилактике наркомании среди студентов // Организация воспитательной работы в Нижегородском государственном архитектурно-строительном университете [Текст]: сб.науч.тр. / Нижегород.гос.архитектур.-строит.ун-т; - Н.Новгород: ННГАСУ, 2011. 219 с.
6. Павленко, Т.П. О мероприятиях по профилактике аддиктивного поведения студентов ННГАСУ в 2009-2010 гг. // Организация воспитательной работы в Нижегородском государственном архитектурно-строительном университете [Текст]: сб.науч.тр. / Нижегород.гос.архитектур.-строит.ун-т; - Н.Новгород: ННГАСУ, 2011. 219 с.

7. Чеботарева, С. В. Профилактические мероприятия антинаркотической направленности как средство повышения эффективности учебно-воспитательного процесса в вузе // Модернизация системы профессионального образования на основе регулируемого эволюционирования: Материалы XI Всероссийской науч.-практ. конференции. Ч.3. Международная академия наук педагогического образования; Челяб.ин-т перепод.и пов.квал. работ.образ.; - М.-Челябинск, 2012. (14 ноября 2012 г.) С. 141-145.
8. Чеботарева, С. В. Антинаркотическая акция профилактической направленности как одна из форм психологической поддержки воспитательной работы в вузе // Психологическое сопровождение образования: теория и практика: Материалы III Международной научно-практической конференции. Йошкар-Ола: МОСИ, 2012. (26-28 декабря 2012 г.)
9. Чеботарева, С. В. Роль психологической службы вуза в первичной профилактике наркомании в молодежной среде // Великие реки-2013. Материалы 15 Межд.науч.-промышл.форума. Н.Новгород, 2013. 15-18 мая 2013. Т2. С.183-185.
10. Чеботарева, С. В. Принципы реализации антинаркотической деятельности в вузе: психологический аспект // Великие реки-2017. Материалы 19 Межд.науч.-промышл.форума. Н.Новгород, 2017. 16-19 мая 2017. С.224-227.
11. Чеботарева, С. В. Антинаркотическая работа в ННГАСУ: от опыта к системе // Великие реки-2017. Материалы 19 Межд.науч.-промышл.форума. Н.Новгород, 2017. 16-19 мая 2017. С.227-229.
12. Чеботарева, С. В. Опыт работы Психологической службы ННГАСУ в области профилактической антинаркотической деятельности // Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы : материалы VI Международной научно – практической конференции (11 апреля 2018г.) / Нижегород. гос. архитектур.-строит. ун-т; отв. ред.В.А. Кручинин. – Н. Новгород : ННГАСУ, 2018. – 266 с. С.256-261.
13. Чеботарева, С. В., Пучкова, Т.С. Психологическая помощь студентам по преодолению тревожности в период сессии // Психологическая наука и

- практика: проблемы и перспективы : материалы VI Международной научно – практической конференции (11 апреля 2018г.) / Нижегород. гос. архитектур.-строит. ун-т; отв. ред.В.А. Кручинин. – Н. Новгород : ННГАСУ, 2018. – 266 с. С.132-136.
- 14.Чеботарева, С. В. Социокультурная адаптация иностранных студентов в вузе: диагностика и психологическая поддержка // Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы : материалы VI Международной научно – практической конференции (11 апреля 2018г.) / Нижегород. гос. архитектур.-строит. ун-т; отв. ред.В.А. Кручинин. – Н. Новгород : ННГАСУ, 2018. – 266 с. С.85-90.
- 15.Чеботарева, С. В. Изучение психологических трудностей, испытываемых иностранными студентами ННГАСУ в период адаптации //Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы : материалы V Международной научно – практической конференции (20 апреля 2016г.) / Нижегород. гос. архитектур.-строит. ун-т; отв. ред.В.А. Кручинин. – Н.Новгород: ННГАСУ, 2016. С.227-231.
- 16.Чеботарева, С. В. Трудности адаптации иностранных студентов ННГАСУ // Великие реки-2016. Материалы 18 Межд.науч.-промышл.форума. Н.Новгород, 2016 (17-20 мая 2016).
- 17.Чеботарева, С. В. Изучение факторов риска отклоняющегося поведения у студентов ННГАСУ: результаты социально-психологического тестирования // Великие реки-2019. Материалы 21 Межд.науч.-промышл.форума. Т.2. Н.Новгород, 2019. (15-18 мая 2019). С.191-193.
- 18.Чеботарева, С. В. Организационно-методическая работа психологов ПСУ по профилактике у студентов различного рода зависимостей // Великие реки-2019. Материалы 21 Межд.науч.-промышл.форума. Т.2. Н.Новгород, 2019. (15-18 мая 2019). С.193-195.
- 19.Чеботарева, С.В. Повышение квалификации специалистов по социально-воспитательной работе вузов в области профилактики аддиктивного поведения студентов // Сборнике докладов XXII Международной заочной научно-

- практической конференции «Интеграция методической (научно-методической) работы и системы повышения квалификации кадров». Москва-Челябинск, 2021. (20 апреля 2021 г.). С. 160-164.
20. Чеботарева, С.В. Обмен опытом и повышение квалификации специалистов по работе с молодежью в области профилактики аддиктивного поведения // Психологическое сопровождение образования: теория и практика: сборник научных статей по материалам X Международной научно-практической конференции (10-11 июня 2021 года) / под ред. И.А. Загайнова, О.Г. Купцовой. – Йошкар-Ола: ООО ИПФ «СТРИНГ», 2021. С.172-175.
21. Чеботарева, С.В. Медиапроект Психологической службы вуза по профилактике аддиктивного поведения студентов как средство формирования культуры здорового образа жизни // Психологическое сопровождение образования: теория и практика: сборник научных статей по материалам XI Международной научно-практической конференции (23-24 декабря 2021 года): в 2-х ч. / под ред. И.А. Загайнова, О.Г. Купцовой. – Йошкар-Ола: ООО ИПФ «СТРИНГ», 2021. – Ч. 2. С.274-280.
22. Харитонова, Т.Г. Проблемы профилактики наркомании в условиях высшего профессионального образования // сборник трудов 16-го Международного научно-промышленного форума «Великие реки 2014». В 3 т. Т.2 / Нижегор. гос. архит.-строит. ун-т. - Н. Новгород: ННГАСУ, 2014.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования



“Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет”

(ННГАСУ)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ННГАСУ

_____ А.А.Лапшин

« 02 » сентября 2013 г.

Программа

**по профилактике наркотической, алкогольной и иных видов
зависимостей студентов ННГАСУ**

Нижний Новгород

2013 г.

Программа по профилактике наркотической, алкогольной и иных видов зависимости студентов ННГАСУ разработана доцентом кафедры психологии, канд.пед.наук Т.П.Павленко.

Программа профилактики наркологической, алкогольной и иных видов зависимого поведения студентов ННГАСУ, является системой взглядов на цель, задачи, основные принципы и направления организации первичной профилактики зависимого от ПАВ (психоактивных веществ) поведения студентов.

Программа разработана в целях создания вузовской организационной методологической основы первичной профилактики наркологической, алкогольной и иных видов зависимого поведения студентов ННГАСУ, и призвана обеспечить целенаправленный, комплексный, дифференцированный подход к её организации, проведению и решению соответствующих проблем

Программа рассмотрена и рекомендована к утверждению:

Психологической службой ННГАСУ (протокол №1 от 26.08.2013 г.)

Руководитель ПСУ ННГАСУ

докт.психол.наук, профессор

В.А.Кручинин

Советом по воспитательной работе ННГАСУ (протокол №1 от 02.09.2013г.)

Председатель совета по воспит.работе ННГАСУ

канд.пед.наук, доцент

М.А.Замураева

1. Обоснование программы

Аддиктивное (зависимое) поведение молодёжи – это угроза национальной безопасности, здоровью, генофонду населения России. Несмотря на все усилия со стороны государства, прилагаемые для улучшения ситуации в стране, число лиц употребляющих психоактивные вещества (ПАВ) и т.н. «деятельностных» аддиктов (в первую очередь, игроманов, компьютерных, мобильно-сетевых и информационных аддиктов) стремительно растёт. Особое место в этой проблеме занимает наркомания.

Научно-исследовательская разработка проблемы аддиктивного поведения студентов в ННГАСУ проводится нами с 2004 года.

При изучении личностных проблем, которые могут привести к аддиктивному поведению, мы исходим из специфики юношеского возраста. Это период выбора профессии, переосмысления системы ценностей, грандиозных планов на всю последующую жизнь. В то же время, это период отрицания принятых в социуме норм, авторитетов, когда возрастает значение микросреды, товарищей, стремление не отставать от сверстников. Для большинства молодых людей ещё присущи проблемы в развитии эмоциональной и коммуникативной сфер, адаптивных форм копинг-поведения в стрессовых ситуациях, недостаточно сформированы навыки уверенного поведения, устойчивости к давлению среды, умения контролировать ситуацию, принимать на себя ответственность за свою собственную жизнь. В этом возрасте могут также проявляться индивидуальная дисгармоничность, наследственная генетическая дефицитарность, врожденные аномалии характера в виде негативных аффективных и поведенческих расстройств.

Среди наиболее важных ситуативных факторов, способствующих формированию аддиктивного поведения у юношества, выделяют макросоциальные факторы, действующие на уровне общества в целом; агенты социализации (СМИ) и институты социализации (семья, образовательное учреждение, группа сверстников).

Первым по значимости источником информации о разных видах зависимости для молодёжи являются СМИ (9 из 10 студентов назвали СМИ главным источником). Сеть Internet выступает мощным фактором влияния на потребление аддиктивных веществ. Её влияние распространяется в двух противоположных направлениях — как сдерживающем, так и стимулирующем аддиктивное поведение. Существенной особенностью сети является свободный и практически неконтролируемый доступ к информации первого и второго

типа. Эту особенность, по нашему мнению, необходимо использовать при построении социальной технологии профилактики зависимого поведения. В сознание потребителей психоактивных веществ и просто интересующихся этой проблемой людей необходимо внедрять максимально полную и достоверную информацию о них. Это должно производиться с целью не допустить проникновения на место возможных информационных пробелов широко распространённых в молодёжной среде мифов, стереотипов и заблуждений.

Группа сверстников и имеющийся у неё опыт являются другим важнейшим информационным каналом для молодёжи. Это связано, прежде всего, с тем, что молодёжь всегда сомневается в нормах и информации взрослых. Поэтому информации и опыт сверстников служат для молодёжи элементами её отличия и усиливают собственную идентичность. Ещё одним важным каналом информации для молодёжи является экспериментирование с чем-то, что возбуждает интерес, особенно «запрещённое».

Таким образом, мы наблюдаем «особую любовь» молодёжи к информации, получаемой «горизонтально» (группа-компания, телевидение, Интернет, радио).

Обращает также на себя внимание низкий уровень информированности студентов о профилактике зависимого поведения и малая доступность квалифицированной бесплатной консультативной превентивной помощи лицам, лишь приобщающимся к предмету аддикции.

Среди институтов социализации, влияющих на распространение аддиктивного поведения или его сдерживание, большинство исследователей отводят ведущее место группе сверстников. По мнению Стефан Стинга, задачи и функции группы сверстников обретают существенное значение, особенно в настоящее время, когда безработица среди молодёжи растёт, а престиж работы как социальной идентичности падает. Если после длительного процесса получения образования работа находится на далёком горизонте или даже её там не видно, то в этом случае трудно и получить её. В такой ситуации символы самоидентификации в свободное время или символы потребления обретают решающее значение.

Некоторые исследователи используют новую концепцию - «Анклав жизненного стиля» для обозначения социальных групп, которые разделяют общий жизненный стиль. Анклав жизненного стиля состоит из многих лиц, разделяющих с «коллегами» некоторые аспекты личной жизни. Его члены выражают свою идентичность в форме совместных моделей поведения,

потребления и свободного времени, которые часто помогают отличать их от других кругов молодёжи, исповедующих иные стили жизни. Эти анклавы не зависят один от другого, они действуют отнюдь не вместе в политическом отношении и не имеют общей истории или совместного прошлого. Анклавы определяют лишь частную жизнь молодого человека: жить по соседству или в одном и том же месте, носить похожую одежду, слушать любимую группой музыку и т.п. Таким образом, анклавные пространства заполняют пустые пространства, которые возникли в результате недостаточной профессиональной востребованности или недостаточного участия в социальной сфере. Эти элементы являются неизбежными для современного города или населённого пункта.

Формированию молодёжной субкультуры как субкультуры «потребителя» способствует употребление молодыми людьми алкоголя по вечерам или в выходные дни. Молодые люди пьют много и быстро, чтобы уже до «выхода в общество» быть в приподнятом состоянии, и таким образом использовать последующее время «по полной программе». При этом молодёжь пьёт алкоголь не из-за наслаждения от самой субстанции, а из-за последующего удовольствия и «отпуска тормозов», которому она способствует. Кроме того, сегодня потреблять алкоголь в молодёжной среде одновременно означает и употребление лёгких наркотиков и других психоактивных веществ (например, транквилизаторы в виде таблеток). Таким образом, мы имеем дело с новым поколением молодёжи, которое вырастает в культуре «питья алкоголя» и которое, в отличие от своих родителей, не нуждается в ценностях, поскольку оно само себя оправдывает. Это новая, всё позволяющая мораль без комплексов, которые она рассматривает как уже преодоленные, как будто бы это осталось всё в прошлом.

Родители всё чаще рассматриваются молодыми людьми как партнёры. Молодёжь думает всё больше о дружбе, чем о конкуренции. Отсюда возникает настроение, что жизнь дома при определённых обстоятельствах может быть очень приятной, хорошей, для чего следует поддерживать «вынужденную гармонию». Для большинства молодёжи, которая оценивает жизнь реально, есть смысл благопристойно вести себя дома.

Исследование проблемы аддиктивного поведения молодёжи требует решения сложных методолого-методических задач, главной из которых является проблема достоверности результатов. Проблема достоверности в изучении этой проблемы – это с одной стороны знание о самом факте существования явления; с другой – вопросы о степени его распространённости.

На этапе сбора информации величина ошибок зависит от характера информации и особенностей используемого метода сбора данных. Один из самых сложных и центральных вопросов в исследовании – установление контингента молодых людей, имеющих опыт употребления психоактивных веществ (ПАВ). При опросах респондентов мы можем получить социально желательные ответы, так как респонденты часто готовы дать о себе только социально одобряемую информацию. Кроме того, при изучении аддиктивного поведения молодёжи традиционные вопросы не всегда фиксируют изменения или нарушения нормы.

Зависимость, как главная опасность ПАВ, не в полной мере осознаётся молодёжью. В ответах на вопрос о степени опасности употребления ПАВ молодыми людьми можно выделить три основных направления ответов: 1) большинство юношей младше 18 лет считают, что ПАВ становятся проблемой тогда, когда их потребляют в больших количествах; 2) большинство девушек младше 18 лет полагают, что ПАВ становятся проблемой, если их часто потребляют; 3) молодёжь старше 18 лет исходит из различий между потреблением ПАВ и зависимостью от ПАВ, учитывает их тип, ситуацию потребления.

Мы провели опрос студентов относительно мотивов употребления ПАВ. Выяснилось, что основными мотивами были следующие:

а) любопытство и стремление молодых людей поэкспериментировать с новыми веществами и (по нашим исследованиям – 56,7% потребителей);

б) получение удовольствия (34,1%). Это соответствует логике потребления молодёжью алкоголя в рамки свободного времени (как мы уже констатировали, потребление алкоголя связано с праздничной сферой). Остальные причины почти не встречались. Так, третьей причиной потребления ПАВ было известное «групповое давление», которое упомянуло всего 5,7% молодых людей.

Обращает на себя внимание тот факт, что вместо того, чтобы связать опасность и потребление ПАВ, молодёжь соединяет воедино риск и длительное потребление. Контролируемое потребление этих субстанций с целью получения удовольствия и наслаждения не рассматривается молодыми людьми в качестве проблемы, даже если это потребление происходит в чрезмерных дозах. Последнее стало образцом, моделью потребления для определённой части молодёжи, приветствующей потребление ПАВ в свободное время и в выходные. Молодые люди, следовательно, и воспринимают данный феномен как «контролируемое потребление», в то время как в течение недели потребление отсутствует.

Таким образом, концепция зависимости растворяется в виде потребления в свободное время. Молодые люди оправдывают ПАВ как элемент удовольствия, не рассматривают себя в качестве зависимых от потребления наркотиков и не видят в таком потреблении проблемы.

Итак, анализ отношения молодёжи к ПАВ свидетельствует, что к основным «зонам риска» относятся места досуга молодёжи, а также образовательные учреждения. Профилактика в образовательных учреждениях до сих пор ещё неадекватна остроте сложившейся в стране ситуации

Таким образом, первичная профилактика зависимого поведения должна опираться в своей основе на долгосрочную политику образовательного учреждения, направленную на формирование в студенческом сообществе непримиримого отношения к любому виду зависимости.

Современный подход к предупреждению употребления ПАВ молодёжью основан на том, что в центре внимания должны находиться личность и три основные сферы, в которых реализуется его жизнедеятельность - семья, образовательное учреждение и досуг, включая связанное с ними микросоциальное окружение. Исходя из этого стратегия первичной профилактики предусматривает активность профилактических мероприятий, направленных на:

- формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у молодёжи социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема психоактивных веществ, других предметов аддикции;

- внедрение в образовательной среде инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни и мотивов отказа от приема ПАВ, прибегания к другим видам аддикции;

- развитие социально-поддерживающей инфраструктуры, включающей семью и микросоциальное окружение студента «группы риска» и студента, употребляющего ПАВ.

Исходя из перечисленных условий наиболее адекватной стратегией профилактики, является стратегия сдерживания. Ставить сегодня вопрос о полном предупреждении употребления ПАВ и избавлении от ПАВ абсолютно нереально.

Кроме того, мы исходим из того, что негативно-ориентированная профилактика злоупотребления ПАВ (прибегания к другим предметам аддикции), т.е. традиционный проблемно-ориентированный подход, акцентирование на отрицательных последствиях приема ПАВ и прибегания к другим предметам аддикции не обеспечивают достижение поставленных целей. Специфические проблемноориентированные воздействия, безусловно, необходимы, но недостаточны. Проблема предупреждения зависимого поведения только на их основе принципиально не может быть решена, так как не устраняются причины, порождающие психическую и личностную дезадаптацию и побуждающие молодежь вновь и вновь обращаться к предмету аддикции.

Именно поэтому стратегическим приоритетом первичной профилактики следует рассматривать создание системы позитивной профилактики, которая ориентируется не на проблему и ее последствия, а на защищающий от возникновения проблем потенциал здоровья - освоение и раскрытие ресурсов личности, поддержку молодого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме ПАВ и помощи ему в самореализации.

2. Цель, задачи, принципы, основные виды и направления первичной профилактики наркотической, алкогольной и иных видов зависимого поведения студентов ННГАСУ

2.1. Цель, задачи профилактики

Цель: снижение риска развития и распространения наркотической, алкогольной, иных видов зависимостей и заболеваемости в студенческой среде посредством формирования стойкого неприятия употребления наркотических средств, алкоголя и т.п. на основе ориентации студентов на здоровый образ жизни, профессиональную и творческую самореализацию.

Задачи:

- организация системы внутривузовской работы по профилактике наркологической, алкогольной и иных видов зависимостей и сохранению здоровья студенческой молодёжи;
- организация системы мониторинга уровня риска развития и распространения наркологической, алкогольной и иных видов зависимостей, состояния здоровья, досуга студентов и условий их жизнедеятельности;

- совершенствование образовательной работы со субъектами профилактики наркологической, алкогольной, иных видов зависимости и формирования основ здорового образа жизни;

- совершенствование системы воспитательной работы в вузе, на уровне межвузовского взаимодействия, взаимодействия с наркологической службой города, Центром по профилактике ВИЧ инфекции, учёными МГМА и др.

2.2. Основные принципы

1.Комплексность. Согласованное взаимодействие субъектов профилактики в ВУЗе, отвечающих за взаимодействие и координацию различных профилактических мероприятий в русле программы профилактики.

2.Дифференцированность. Дифференциация целей, задач, средств и планируемых результатов профилактики с учетом возраста (17-19 лет и старше 19 лет), степени проявления зависимости, вида зависимости. Выделение молодежных групп, относящихся к «группе риска наркотизации».

3.Аксиологичность (ценностная ориентация). Формирование у молодежи мировоззренческих представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни, законопослушности, уважении к человеку, государству, окружающей среде и др., которые являются ориентирами и регуляторами их поведения. Принятие общечеловеческих ценностей и норм поведения является одним из основных морально-этических барьеров потребления ПАВ, служит основанием для социальной реадaptации и реабилитации.

4.Многоаспектность. Сочетание различных направлений целевой профилактической деятельности.

Ведущими аспектами профилактической деятельности в образовательной среде являются:

-социальный аспект, ориентированный на формирование позитивных моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к зависимому поведению;

-психологический аспект, направленный на формирование стрессоустойчивых личностных установок, позитивно-когнитивных оценок, а также навыков «быть успешным», быть способным сделать позитивный альтернативный выбор в трудной жизненной ситуации;

-образовательный аспект, формирующий систему представлений и знаний о социально-психологических, медицинских, правовых и морально-этических последствиях злоупотребления ПАВ.

Многоаспектность комплексной профилактики включает также направленность ее воздействия на различные уровни в поле субъект - объектных взаимодействий при осуществлении профилактических мероприятий:

-социально-средовое воздействие, направленное на разрушение молодёжных групп-потребителей ПАВ, и на создание социально-поддерживающей инфраструктуры;

-воздействие на «саморазрушающее» поведение студентов, вовлеченных в употребление ПАВ, а также на другие девиантные формы поведения молодёжи группы риска;

-воздействие, связанное с индивидуальными или групповыми формами оказания профилактической помощи.

5. Последовательность (этапность). Этот принцип последовательности предусматривает, что ее цели и задачи должны быть:

-разделены на общие стратегические и частные (этапные), т.е. не могут быть реализованы одномоментно или аврально, по типу разовой кампании;

-в системную профилактику должен обязательно входить социально-психологический мониторинг, ориентированный не только на оценку субъективных и объективных факторов распространенности зависимого от ПАВ поведения в ВУЗе, но и на формирование структур и элементов системы сдерживания распространения, системы социально-психологической поддержки.

6. Легитимность. Легитимность предусматривает необходимую правовую базу профилактической деятельности. К правовой базе указанной деятельности относятся все нормативные акты о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой. К правовой базе относятся также права и обязанности молодежи, которые затрагиваются в различной степени, когда по отношению к ним осуществляются активные профилактические мероприятия.

2.2. Основные направления профилактики зависимого от ПАВ поведения

Основными направлениями профилактики зависимого от ПАВ поведения являются:

-своевременное выявление причин и условий, способствующих распространению зависимого от ПАВ поведения студентов, организация и реализация мер по их устранению или минимизации;

-повышение уровня осведомленности субъектов образовательного процесса о негативных последствиях зависимого (в т.ч. от ПАВ) поведения; формирование у студентов негативного отношения к употреблению ПАВ и связанными с ними правонарушениями;

-изучение и внедрение в практику наиболее эффективных видов и направлений профилактической работы, основанных на отечественном и зарубежном опыте организации профилактики зависимого поведения;

-формирование волонтерского молодежного антинаркотического движения;

-организация мониторинга и осуществление постоянного контроля масштабов распространения зависимого от ПАВ поведения в ННГАСУ.

2.3. Критерии эффективности и механизмы контроля эффективности программы

Критерии эффективности Программы

-наработка опыта организации и проведения профилактики наркомании, алкоголизма и иных видов зависимости среди студентов университета;

-прекращение роста либо снижение количества студентов эпизодически потребляющих ПАВ;

-развитие ценностных ориентаций студентов, направленных на сохранение здоровья (психического и физического) и профессиональный рост.

Механизмы контроля эффективности Программы:

-мониторинг аддиктивного поведения студентов и нравственно-психологической атмосферы в ННГАСУ;

-социально-психологические исследования, направленные на выявление факторов риска распространения аддиктивного поведения в студенческой среде, анализ динамики;

-анализ результатов, коррекция Программы в соответствии с выявленными тенденциями.

2.4. Концепция программы

Концепция Программы заключается в проведении первичной профилактики аддиктивного поведения студентов через оптимизацию среды и развитие условий, стимулирующих личностный и профессиональный рост субъектов профилактики в ННГАСУ.

При формулировке концепции мы исходили из того, что:

1) профилактика аддиктивного поведения студентов в ННГАСУ – это часть миссии образовательного учреждения;

2) первичная профилактика зависимого поведения должна опираться в своей основе на долгосрочную политику образовательного учреждения, направленную на формирование в студенческом сообществе непримиримого отношения к любому виду зависимости;

3) стратегическим приоритетом первичной профилактики следует рассматривать создание системы позитивной профилактики, которая ориентируется не на проблему и ее последствия, а на защищающий от возникновения проблем потенциал здоровья - освоение и раскрытие ресурсов личности, поддержку молодого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме ПАВ, прибегании к другим предметам аддикции и помощь ему в самореализации.

Основанием для разработки конкретных социально-психологических мероприятий стало следующее:

-возрастные психологические особенности студенческой молодёжи;

-анализ результатов социально-психологических исследований по проблеме в ННГАСУ за период с 2004г.;

-опыт профилактики, имеющийся в мировой и отечественной практике.

2.5. Программа по профилактике наркологической, алкогольной и иных видов зависимости

Программа включает в себя психолого-педагогический, социально-административный и информационно-аналитический блоки.

Цель психолого-педагогического блока – психолого-педагогическое сопровождение учебно-воспитательного процесса.

Исполнители: Управление учебно-методической работой, Психологическая служба.

Цель социально-административного блока – разработка и обеспечение работы эффективной системы раннего выявления лиц, приобщающихся к употреблению психоактивных веществ, другим видам зависимого поведения.

Исполнитель – органы студенческого самоуправления, ПСУ, Совет по воспитательной работе.

Цель информационно-аналитического блока – оценка эффективности профилактической работы.

Исполнитель – Совет по воспитательной работе, Управление учебно-методической работой.

Каждый блок включает в себя следующее.

1. Психолого-педагогический блок

1.1. Научно-исследовательская разработка проблем наркологической, алкогольной и иных видов зависимости студентов:

-собрать информацию о факторах риска, вызывающих аддиктивное поведение студентов;

-изучить проблемы в развитии эмоциональной и коммуникативной сфер; особенности системы жизненных ценностей; формы копинг-поведения студентов в стрессовых ситуациях, их стрессоустойчивость;

-изучить роль СМИ в профилактике зависимого (в т.ч. от ПАВ) поведения молодёжи.

1.2. Проанализировать полученную информацию с т.з. проблематики:

-выявить «проблемное поле» в развитии личности студентов;

-выявить «проблемное поле» влияния СМИ на молодёжь

1.3. Сделать прогнозы различных вариантов развития ситуации:

-при сохранении существующих тенденций;

-в случае воздействия на них с целью оптимизации

1.4. Ранжировать социально-психологические проблемы по степени их значимости:

-составить список проблем студентов по степени их значимости;

-определить приоритетные направления профилактики и разработать «мини» социальные проекты;

-определить причины существования данных проблем;

-определить «аудиторию» профилактики для каждого «мини» проекта, т.е. ту социальную группу, которая является носителем приоритетной социальной проблемы и на которую будет направлен социальный проект

1.5. Определить условия, формы работы, методы, средства, предполагаемые результаты, субъектов образовательного процесса, непосредственно принимающих участие в первичной профилактике зависимого поведения, а также критериев эффективности и механизмов контроля эффективности первичной профилактики зависимого поведения студентов ННГАСУ.

1.6. Создание благоприятной среды для реализации социальных проектов.

1.7. Разработка теоретических и практических аспектов управления социально-психологическими проектами, в т.ч. системы контроля за ходом его реализации.

2. Социально-административный блок

-Осуществление контроля при проведении культурно-массовых и развлекательных мероприятий.

-Осуществление контроля в местах проживания и обучения студентов с целью раннего выявления лиц, приобщающихся к употреблению психоактивных веществ, употребляющих и распространяющих их.

-Оперативное реагирование на поступающие сигналы о случаях распространения и приобретения психоактивных веществ в студенческой среде.

3. Информационно-аналитический блок

-Мониторинг наркологической, алкогольной и иных видов зависимости студентов в ННГАСУ.

-Социально-психологическое исследование методов оптимизации среды, условий обучения, отношения студентов к разного рода проблемам, социально-психологического самочувствия участников учебно-воспитательного процесса в ННГАСУ.

-Анализ результатов исследований с последующей коррекцией Программы.

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ННГАСУ,
А.А. Лапшин

« 01 » сентября 2018 г.

План
профилактических мероприятий, реализуемых ННГАСУ
в рамках антинаркотической деятельности
на 2018/19 уч.г.

№ п/п	Наименование мероприятий	Место и время проведения	Ответственные
1	2	3	4
Контрольно-мониторинговая деятельность			
1	Психологическая диагностика признаков дезадаптации студентов-первокурсников (психологическое тестирование на адаптированность к учебной группе и к учебной деятельности, диагностика риска возникновения депрессивных состояний, диагностика состояния стресса у студентов, диагностика психологического климата в студенческих группах, диагностика склонности к зависимому поведению и т.п.)	октябрь-декабрь 2018 г.	Зинина С.М., психологи ПСУ
2	Социально-психологическое интернет-тестирование студентов по выявлению «группы риска» по немедицинскому употреблению психоактивных веществ	ноябрь – декабрь 2018 г. ПСУ	Чеботарева С.В. Булатова Е.А. Зими́на Н.А. Зинина С.М.
3	Мониторинг осведомленности студентов ННГАСУ по проблемам распространения и употребления наркотиков (анкетирование)	ноябрь – декабрь 2018 г. ПСУ	Чеботарева С.В. Булатова Е.А., Зими́на Н.А., Зинина С.М., Чистякова М.А.
4	Выявление студентов «группы риска» по отношению к употреблению наркотических средств (несовершеннолетние, малообеспеченные, неблагополучные, из неполных семей, сироты). Работа с комендантами общежитий, кураторами групп, старостами групп.	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ, кураторы, коменданты
5	Профилактическая работа в студенческих общежитиях (беседы с комендантами общежитий, систематические рейды с целью выявления фактов употребления наркотических средств, размещение информации на стендах в холле общежитий и	Студенческие общежития №1, №2, №3, №4 в течение года	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ,

	информационных уголках на этажах, психологическая помощь студентам в период адаптации)	сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	коменданты общежитий
6	Профилактическая антинаркотическая работа в студенческом лагере «Чкаловец» (встречи с специалистами-наркологами, распространение информационных листовок антинаркотической направленности, спортивно-оздоровительные мероприятия за ЗОЖ, систематические рейды с целью выявления фактов употребления наркотических средств, психологические тренинги)	Лагерь «Чкаловец», июнь – август 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, директор лагеря
7	Профилактическая работа с несовершеннолетними студентами (беседы в общежитиях, с кураторами, организация запросов в ИДН, контакт с родителями)	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПС, кураторы
8	Контроль за функционированием доступа к интернет-источникам, рейды с целью выявления информации, пропагандирующей незаконное употребление наркотических средств среди студентов	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ, кураторы, преподаватели
Организационно-методическая работа			
9	Работа со студенческими объединениями (Пед.отряд, СтройОтряд, Сервисный отряд, Отряд проводников), информирование и рекомендации по поведению в ситуациях, связанных с наркотической провокацией и незаконным употреблением наркотических средств	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева психологи ПСУ руководители студ.объединений
10	Работа с студенческим киноклубом (рекомендации по просмотру и обсуждению фильмов о различных видах зависимостях)	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева психологи ПСУ
11	Информационно-просветительская и консультативная работа в школе кураторов (лекции антинаркотической направленности, консультации и индивидуальные беседы с кураторами студенческих групп, распространение рекомендаций по работе с студентами группы риска и др.)	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ, кураторы
12	Участие в работе Совета по воспитательной работе ННГАСУ (материалы по осуществлению профилактической работы антинаркотической направленности, консультации и индивидуальные беседы с заместителями по воспитательной работе факультетов, распространение рекомендаций по работе с студентами группы риска и др.)	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ, зам.деканов по воспит.работе

			факультетов
13	Подготовка и использование в лекциях информационных материалов антинаркотического содержания по дисциплинам «Физическая культура», «ОБЖ», «Правоведение», «Философия», «Психология социального взаимодействия», «Конфликтология», «Психология делового общения»	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ, преподаватели дисциплин, заведующие кафедрами
14	Сотрудничество с Психологической службой МЧС Нижегородской обл., участие студенческих команд ННГАСУ в конкурсе «Человеческий фактор»	декабрь 2018 г.- апрель 2019 г.	С.М.Зинина
15	Участие в заседаниях Межвузовской антинаркотической комиссии	по плану работы комиссии сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева
16	Выступление с отчетом о проводимой антинаркотической деятельности в ННГАСУ в Межвузовской антинаркотической комиссии	по плану работы комиссии	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, С.В.Чеботарева
Информационно-просветительская работа			
17	Распространение информационно-иллюстративных материалов на тему: «Как справиться с негативными эмоциональными состояниями», «Как справиться с депрессией», «5 шагов в борьбе со стрессом», «Стоп-стресс», «Приемы психологической самопомощи»	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г. студенческие общежития ННГАСУ	Психологи ПСУ
18	Изготовление социальных плакатов, буклетов и памяток антинаркотической направленности в рамках выполнения курсовых проектов студентов направления «Дизайн», презентация социальных плакатов студентам ННГАСУ	февраль -апрель 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, зав.кафедрами дизайна
19	Оформление информационного стенда по профилактике психологических проблем, ведущих к образованию наркотической зависимости	апрель 2019 г. фойе Корп.4 этаж	Зими́на Н.А.
20	Изготовление и распространение информационных материалов по антинаркотической тематике для студентов и кураторов (буклеты, памятки) «Как противостоять наркотической провокации», «Если твой друг попал в беду», «20 способов сказать НЕТ», «Признаки наркозависимой личности», «Закон есть закон» и др.	февраль-апрель 2019 г. ПСУ	Кручинин В.А. Чеботарева С.В. Чистякова М.А.
21	Составление библиотеки (медиаотеки) фильмов и видеоматериалов антинаркотической направленности, демонстрация видеоматериалов на занятиях студентам	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ,

			кураторы, преподаватели
22	Профилактическая работа по отношению к разным видам зависимостей у студентов (табакокурение, интернет-зависимость, алкогольная зависимость, игромания, пищевая зависимость и др.) Распространение информации, памяток, буклетов в холлах ННГАСУ, общежитиях, столовых, на информационных стендах, проведение круглых столов по данной тематике	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ, кураторы, преподаватели
23	Размещение антинаркотической информации на сайте ННГАСУ, на странице ВК и др. соц.сетях (Памятки, полезные телефоны, рекомендации, «Как не попасть в наркотическую компанию», «Как не стать жертвой наркотической провокации» и др.)	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ,
24	Выступление на научно-практических конференциях (всероссийских, международных) с докладами, посвященными профилактической антинаркотической деятельности в вузе: «Великие реки», «Наука+», «Психологическая наука и практика: проблемы и перспективы» и др.	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ
Психолого-педагогическая работа			
25	Индивидуальные психологические консультации по личным проблемам для студентов, оказавшихся в сложной жизненной ситуации, психологическая поддержка и помощь	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	психологи ПСУ
26	Проведение профилактических психологических тренингов для студентов-первокурсников на знакомство и сплочение группы для предотвращения дезадаптации студентов	сентябрь-декабрь 2018 г.	Чеботарева С.В. Булатова Е.А., Зими́на Н.А., Зинина С.М.
27	Проведение профилактической акции «Неделя психического здоровья» (интерактивные площадки и мастер-классы, посвященные психологическим приемам преодоления негативных эмоциональных состояний, депрессии, стресса и др.)	октябрь 2018 г.	психологи ПСУ
28	Участие в работе Выездной сессии проекта ПИМУ «Университет здоровья - путь к успеху»	октябрь 2018 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева
29	Участие в проведении Межвузовского Марафона «Я выбираю жизнь», организация интерактивных площадок в ННГАСУ для студентов в рамках марафона	октябрь 2018 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, психологи ПСУ
30	Презентация медиапроекта «Азбука психологической самопомощи» студентам ННГАСУ для психологической поддержки студентов в сложных ситуациях	октябрь 2018 г.	Зинина С.М.
31	Проведение психологических тренингов и мастер-	ноябрь 2018г. –	психологи ПСУ

	классов для студентов по профилактике стресса и снятию нервно-психического напряжения («Антистресс для студента»), по самоорганизации и саморегуляции («Таймменеджмент»), по целеполаганию и планированию карьеры («Мои жизненные и профессиональные планы») и др.	май 2019г.	
32	Проведение бесед со студентами на тему «Жизнь без наркотиков»	апрель 2019 г. аудитории ННГАСУ	Кручинин В.А. Булатова Е.А. Зими́на Н.А. Зинина С.М. Чистякова М.А.
33	Проведение антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!» - интерактивные площадки для студентов по проблеме акции	8-12 апреля 2019г. Центральное фойе ННГАСУ	Булатова Е.А. Зими́на Н.А. Зинина С.М. Чистякова М.А. Чеботарева С.В.
34	Конкурс студенческих социальных плакатов и социальных роликов антинаркотической направленности «Я выбираю жизнь!»	март-апрель 2019 г. ПСУ	Чеботарева С.В. Булатова Е.А. Зинина С.М.
35	Конкурс рассказов (эссе) студентов «Почему я выбираю жизнь» и организация выставки лучших рассказов	март-апрель 2019 г. фойе I корп.4 этаж	Зими́на Н.А.
36	Разработка сценария интерактивного занятия «В плену зависимостей», проведение занятий со студентами с элементами психодрамы	апрель 2019 г. клуб «Наутилус»	Булатова Е.А.
37	Оформление информационно-тематического стенда «Я выбираю жизнь!»	апрель 2019 г. центральное фойе ННГАСУ	Чеботарева С.В.
38	Проведение тренинговых профилактических занятий антинаркотической направленности	март-апрель 2019г. клуб «Наутилус»	Зими́на Н.А. Булатова Е.А. Чистякова М.А.
39	Интерактивные занятия со студентами 1 курса с просмотром фильма «Территория безопасности». Дискуссия по технологии Джетта, обсуждение фильма	апрель 2019г. Выставочный зал ННГАСУ	Чеботарева С.В.
40	Психологическое изучение субъективного переживания одиночества и способов его преодоления студентами как одного из факторов появления наркотической зависимости среди молодежи	март-апрель 2019 г. ПСУ	Зими́на Н.А.
41	Проведение IV Антинаркотической студенческой олимпиады «Интеллект против наркотиков»	март 2019 г. ауд.1-417	Зинина С.М. Чеботарева С.В.
42	Круглый стол «Возможности высшей школы в профилактике наркомании среди молодежи»	11 апреля 2019 г. Конференц-зал ННГАСУ	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева, Кручинин В.А.
43	Встреча студентов-первокурсников с психологами, наркологами, представителями УПФО ГАК и др., награждение участников антинаркотических	12 апреля 2019 г. Актальный зал	Проректор по воспит.работе ННГАСУ

	конкурсов по пропаганде здорового образа жизни; просмотр видеоматериалов	ННГАСУ	М.А.Замураева, Кручинин В.А.
44	Участие в проведении Всероссийской акции «Неделя Антиспид», «Стоп ВИЧ/СПИД»	ноябрь 2018 г. – апрель 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева
45	Направление студентов-волонтеров на обучение по программе «Профилактика наркомании и наркопреступности. Волонтерские движения как инструмент антинаркотической деятельности» в УКОН МВД РФ по НижОбл. Создание вузовского волонтерского отряда	ноябрь 2018 г.- апрель 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева
46	Встречи студентов с представителями епархии, профилактические беседы о вреде наркотиков со священнослужителями	в течение года сентябрь 2018 г.- июнь 2019 г.	Проректор по воспит.работе ННГАСУ М.А.Замураева,

Проректор
по воспитательной работе

М.А.Замураева

Фотоотчет о проведении антинаркотических мероприятий в ННГАСУ



Фото 1 Встреча студентов-первокурсников со специалистами по профилактике наркомании (ННГАСУ, актовый зал).



Фото 2 Беседу о проблемах наркотической зависимости ведет проректор по воспитательной работе ННГАСУ М.А.Замураева



Фото 3 Круглый стол со специалистами по воспитательной работе вузов города (ННГАСУ, малый зал заседаний)



Фото 4 Доклад о деятельности Психологической службы в рамках профилактики наркомании среди студентов (Чеботарева С.В.)



Фото 5 Специалисты ННГАСУ делятся опытом антинаркотической профилактики в студенческой среде с коллегами из других вузов города



Фото 6 Перед специалистами выступает психотерапевт-нарколог ГБУЗ «Нижегородский областной наркологический диспансер» Д.Ю.Сорокин



Фото 7 Студенты участвуют в Вузовской антинаркотической олимпиаде «Интеллект против наркотиков». Инструктаж проводит психолог ПСУ Зинина С.М. (ННГАСУ, 1 корп. ауд.417)



Фото 8 Студенты участвуют в Вузовской антинаркотической олимпиаде «Интеллект против наркотиков» (ННГАСУ, 1 корп. ауд.417)

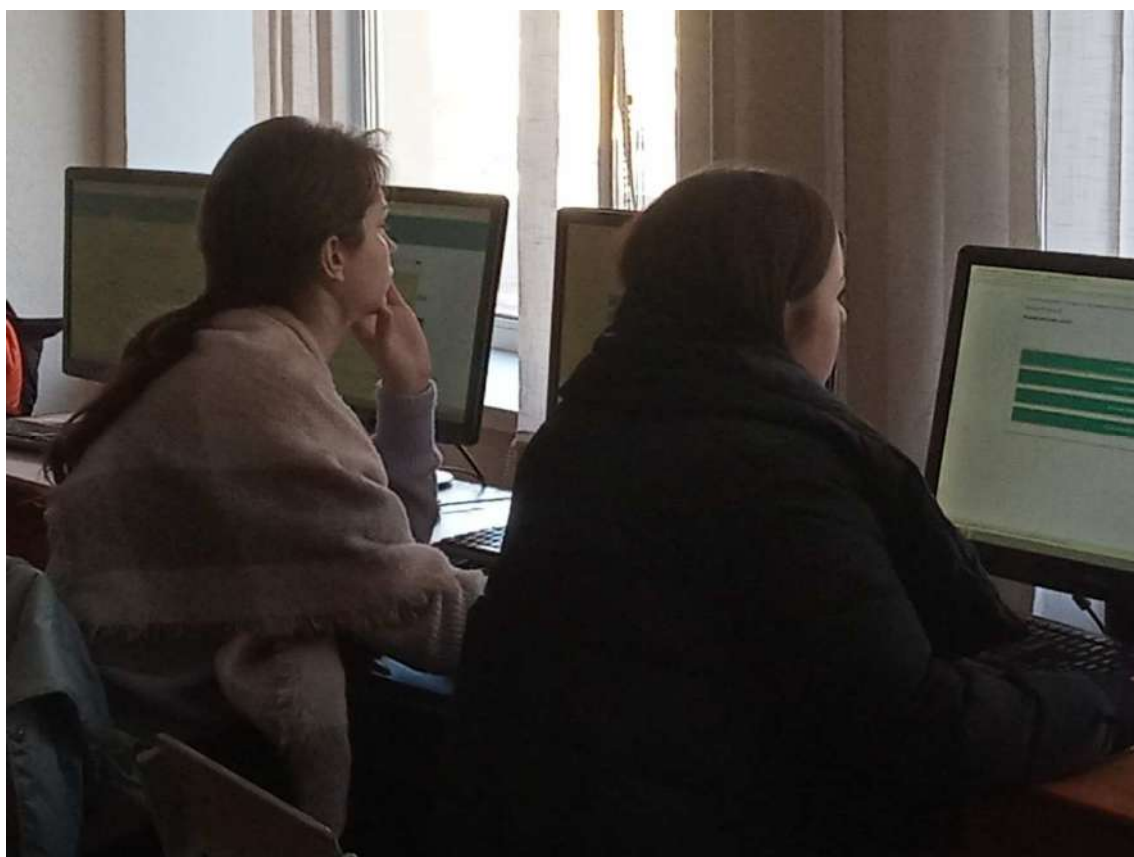
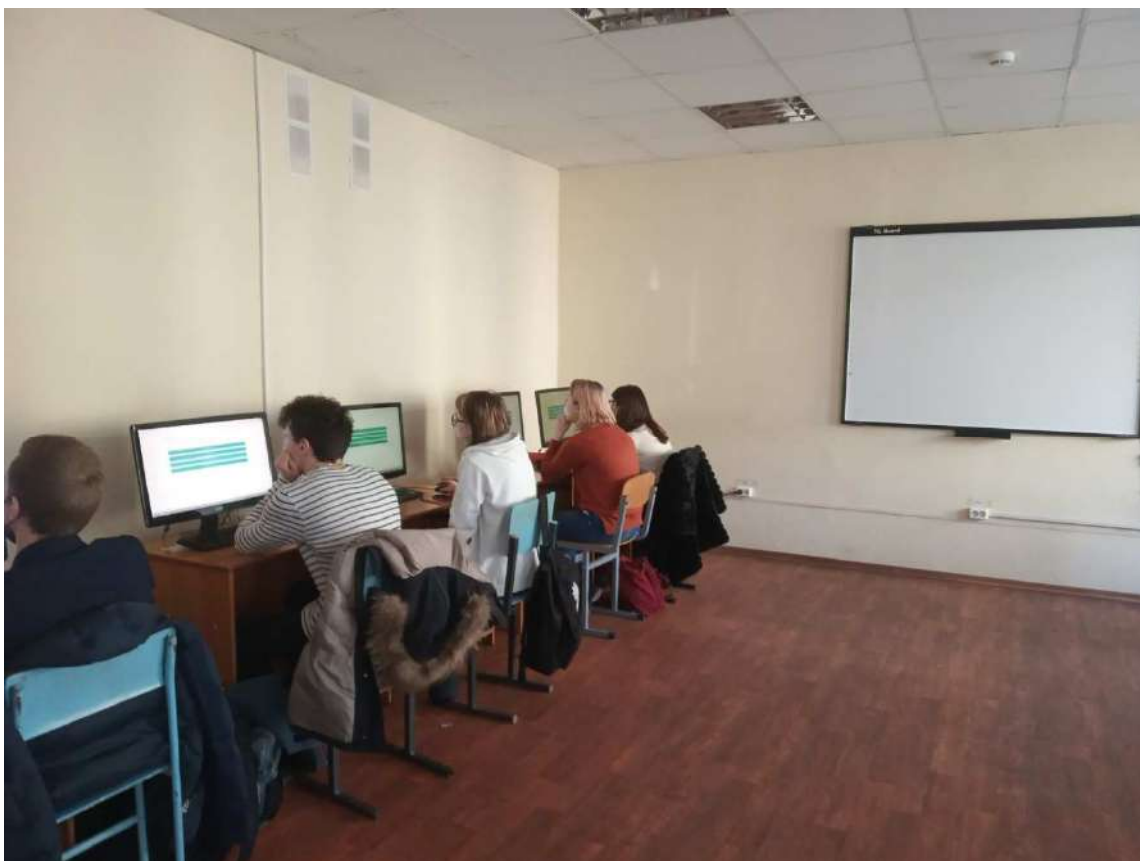


Фото 9, 10 Социально-психологическое он-лайн тестирование студентов 1 и 2 курсов на выявление «группы риска» (ННГАСУ, 2 корп. компьютерные классы)



Фото 11 Просмотр и обсуждение с студентами-первокурсниками фильма антинаркотической направленности «Территория безопасности». Занятие проводит психолог ПСУ Чеботарева С.В. (ННГАСУ, выставочный зал библиотеки)



Фото 12 Тренинг для студентов-первокурсников на развитие навыков противостояния наркотической провокации «Как сказать НЕТ». Занятие проводит психолог ПСУ Булатова Е.А. (ННГАСУ, 1 корп. ауд.420)



Фото 13 Распространение антинаркотических информационных буклетов (ННГАСУ, 5 корпус, студенческая столовая)



Фото 14 Распространение информационных буклетов и памяток по антинаркотической тематике (ННГАСУ, 10 корпус, студенческая столовая)



Фото 15 Социальный плакат «Звезды против наркотиков» по антинаркотической тематике, выполнен студентами ННГАСУ направления «Дизайн»



Фото 16 Выставка методической литературы по профилактике наркомании «В помощь куратору» (ННГАСУ, библиотека)



Фото 17, 18 Участники акции «Я выбираю жизнь!» - анкетирование по антинаркотической тематике



Фото 19, 20 Участники антинаркотической акции прикрепляют зеленые листья и цветы на символическое «Дерево жизни» в знак того, что они против наркотиков



Фото 21 Акция «Я выбираю жизнь!». Интерактивная площадка «Звезды против наркотиков» (ННГАСУ, фойе главного корпуса)



Фото 22 Участники акции «Я выбираю жизнь!» - анкетирование по антинаркотической тематике проводят студенты-волонтеры (ННГАСУ, главный корпус)



Фото 23 Акция «Я выбираю жизнь!». Интерактивная площадка «Я выбираю красоту и здоровье». На фото психолог ПСУ Булатова Е.А. и волонтеры (ННГАСУ, фойе главного корпуса)



Фото 24 Акция «Я выбираю жизнь!» Анкетирование студентов на выявление степени риска зависимого поведения проводят волонтеры



Фото 25, 26 Участники акции «Я выбираю жизнь!» сотрудники ПСУ Зинина С.М., Булатова Е.А., Зимина Н.А., Чеботарева С.В., Чистякова М.А. и студенты-волонтеры (ННГАСУ, вестибюль главного корпуса)



Фото 27 Акция «Я выбираю жизнь!». Интерактивная площадка «Я выбираю спорт». Студенты участвуют в мини-соревновании по армреслингу (ННГАСУ, фойе главного корпуса)



Фото 28 Акция «Я выбираю жизнь!». Интерактивная площадка «Я выбираю спорт». Студентки участвуют в мини-соревновании по кручению хулахупа (ННГАСУ, фойе главного корпуса)



Фото 29 Тренинг для студентов на развитие навыков нервно-психической саморегуляции проводят психологи ПСУ Зинина С.М. и Чеботарева С.В. (ННГАСУ, выставочный зал библиотеки)



Фото 30 Тренинг саморегуляции для студентов, упражнение «Релаксация» (ННГАСУ, выставочный зал библиотеки)



Фото 31, 32 Мастер-классы для студентов по снятию нервно-психического напряжения (работа с кинетическим песком), проводят психологи ПСУ Зинина С.М. и Чеботарева С.В. (ННГАСУ, выставочный зал библиотеки)



Фото 33, 34 Выставка студенческих стенгазет и социальных плакатов антинаркотической направленности (ННГАСУ, фойе 1 корпуса, 4 этаж)



Фото 35, 36 Интерактивное занятие с элементами психодрамы с студентами-первокурсниками «В плену зависимости» проводит психолог Булатова Е.А. (ННГАСУ, клуб «Наutilus»)



Фото 37 Выставка социальных плакатов студентов-дизайнеров на тему: «Осторожно, зависимость!» (ННГАСУ, фойе главного корпуса)



Фото 38 Студенческое объединение «НеЗависимость» защищает проект «Будь свободен», посвященный профилактике зависимостей у студентов ННГАСУ в зимнем лагере студактива (Зимний лагерь студактива)

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

“Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет”

(ННГАСУ)



Психологическая служба ННГАСУ

Кафедра истории, философии, педагогики и психологии

Положение

о проведении конкурса по пропаганде здорового образа жизни

в рамках антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!»

1. Общие положения

Эффективность формирования здорового образа жизни молодежи усиливается за счет личной включенности, добровольного и посильного участия молодых людей в решении реальных проблем отдельного человека или общества в целом. Участвуя в творческих конкурсах и проявляя свою активную жизненную позицию по отношению к проблеме наркомании, студенты способствуют формированию здорового образа жизни в молодежной среде.

Организаторами конкурса являются Психологическая служба Нижегородского государственного архитектурно-строительного университета и кафедра истории, философии, педагогики и психологии ННГАСУ.

Настоящее положение определяет цели, задачи, порядок организации и проведения конкурса в рамках антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!» в плане реализации программы развития здорового образа жизни в ННГАСУ.

2. Цель и задачи

Цель конкурса: способствовать формированию здорового образа жизни студентов ННГАСУ.

Задачи конкурса:

1) Формирование здорового образа жизни студентов ННГАСУ через вовлечение их в профилактическую работу по пропаганде здорового образа жизни;

2) Выявление эффективных форм работы по пропаганде здорового образа жизни среди студентов;

3) Привлечение внимания общественности, прессы к проблемам формирования здорового образа жизни среди молодежи;

4) Повышение социальной активности молодежи, формирование чувства ответственности за улучшение социальной обстановки в своем ближайшем окружении, в академической группе, вузе;

5) Развитие творческих способностей студентов, способствующих саморазвитию личности через вовлечение в активную социальную деятельность.

3. Участники конкурса

В конкурсе принимают участие студенты ННГАСУ всех курсов, очной и очно-заочной формы обучения, а также кураторы студенческих групп, преподаватели ННГАСУ.

4. Порядок и сроки проведения конкурса

Конкурс проводится по следующим направлениям:

- ✦ конкурс видеороликов, презентаций и социальных плакатов **«Я выбираю жизнь!»**.
- ✦ конкурс карикатур **«Осторожно, зависимость!»**.
- ✦ конкурс творческих сочинений и эссе студентов **«Почему я выбираю жизнь»**

Конкурсные материалы необходимо представить в оргкомитет акции «Я выбираю жизнь!» в срок **до 5 апреля 2019г.** по адресу: ул.Ильинская, 65, Психологическая служба ННГАСУ (I корп. Ауд.421) или по эл.почте по адресу psy-nngasy@mail.ru с пометкой «Конкурс».

Пакет конкурсных материалов должен содержать:

- Заявку на участие в конкурсе;
- Конкурсные материалы по заявленной номинации.

Предварительные итоги конкурса будут подведены в период с 10 по 7 апреля 2019 г. По предварительным итогам конкурса будут проведены:

1) Презентация видеороликов и социальных плакатов «Я выбираю жизнь!»

2) Выставка карикатур «Осторожно, зависимость!»

3) Выставка-презентация эссе студентов «Почему я выбираю жизнь»

5. Содержание и оформление конкурсных материалов

В номинации Конкурс видеороликов, презентаций и социальных плакатов «Я выбираю жизнь!»

– Социальные плакаты по пропаганде здорового образа жизни с кратким слоганом, отражающим позицию автора. Работа выполняется в печатном виде на листе в формате А1 (полноцветная печать). К печатному варианту прилагается электронный вариант (можно по эл.почте).

– Презентация по пропаганде здорового образа жизни, выполненная в формате MS Power Point (не более 20 слайдов, иллюстрации и фотоматериалы в слайдах приветствуются). В печатном виде на листах формата А4 и в эл.виде (можно по эл.почте).

– Видеоролик по пропаганде здорового образа жизни (продолжительность ролика – до 2 мин). Видеоматериал предоставляется на эл.носителе в формате Winamp, Windows Media (можно по эл.почте). На носителе указываются фамилии участников, группа, название видеоролика.

– Заявка на участие в конкурсе (см. Приложение).

В номинации Конкурс карикатур «Осторожно, зависимость!»

На конкурс принимаются работы, представляющие в юмористической форме причины и признаки разного рода зависимостей людей в различных жизненных ситуациях.

Иллюстрации, отражающие сюжеты соответственно заявленной тематике, предоставляются в печатном виде (на бумаге, формат А4). Каждая работа должна иметь свое название. На обороте необходимо указать название работы и фамилию автора. К печатному варианту прилагается электронный вариант (можно по эл.почте), название файла – фамилия автора.

– Заявка на участие в конкурсе

В номинации Творческие эссе студентов «Почему я выбираю жизнь»

На конкурс принимаются творческие эссе студентов, выполненные на одном листе формата А4, ориентация книжная, шрифт Times New Roman, кегль 14, интервал 1,5. В заголовке эссе – Ф.И.О. автора, факультет, группа. К печатному варианту прилагается электронный вариант (можно по эл.почте), название файла – фамилия автора.

- Заявка на участие в конкурсе (см. Приложение).

6. Критерии оценки конкурсных материалов

В номинации Конкурс видеороликов, презентаций и социальных плакатов «Я выбираю жизнь!»:

- наличие авторской позиции в работе;
- эффективность воздействия на зрителя;
- содержательность материала, глубина раскрытия темы;
- новизна подхода и оригинальность режиссерского решения;
- использование современных технологий.

В номинации Конкурс карикатур «Осторожно, зависимость!»:

- наличие авторской позиции в работе;
- эффективность воздействия на зрителя;
- чувство юмора;
- глубина и оригинальность раскрытия темы;
- использование современных технологий.

В номинации Творческие эссе студентов «Почему я выбираю жизнь»:

- содержательность материала, глубина раскрытия темы;
- оригинальность выполнения;
- эффективность воздействия на читателя.

7. Регламент работы конкурсной комиссии

В состав конкурсной комиссии входят члены оргкомитета акции «Я выбираю жизнь!», а также все студенты и преподаватели ННГАСУ, которые примут участие в голосовании (работы, участвующие в конкурсе, будут размещены в фойе университета в период с 10 по 12 апреля 2019г., победители будут определены путём голосования).

Конкурсная комиссия проводит оценку конкурсных материалов, определяет победителей (1 место) и призеров (2 и 3 места) конкурса в каждой номинации.

8. Подведение итогов

Подведение итогов конкурса и награждение победителей состоится 12 апреля 2019г. на итоговом мероприятии акции «Я выбираю жизнь!».

Форма заявки на участие в конкурсе

Заявка на участие в конкурсе «Я выбираю жизнь!»		
1.	Фамилия Имя Отчество участника (полностью)	
2.	Номер группы	
3.	Факультет, курс	
4.	Номинация	
5.	Название работы	
6.	Контактный телефон	
7.	E-mail	

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет»

(ННГАСУ)



Психологическая служба ННГАСУ

Кафедра истории, философии, педагогики и психологии

ПОЛОЖЕНИЕ

**об антинаркотической олимпиаде «Интеллект против наркотиков»,
проводимой среди студентов ННГАСУ
в рамках ежегодной акции «Я выбираю жизнь»**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение об Олимпиаде студентов ННГАСУ, проводимой кафедрой истории, философии, педагогики и психологии и Психологической службой Нижегородского государственного архитектурно-строительного университета (далее – Олимпиада), определяет порядок организации и проведения антинаркотической олимпиады, ее организационное и методическое обеспечение, порядок участия в олимпиаде, определения победителей и призеров.

1.2. Основными целями и задачами антинаркотической олимпиады являются активизация у студентов личной включенности в проблему профилактики наркомании, содействие посильному участию молодых людей в решении реальных проблем отдельного человека или общества в целом; создание условий для проявления активной жизненной позиции по отношению к проблеме наркомании; формирование здорового образа жизни студентов ННГАСУ через вовлечение их в профилактическую работу по пропаганде

здорового образа жизни и чувства ответственности за улучшение социальной обстановки в своем ближайшем окружении, в академической группе, вузе.

1.3. Олимпиада проводится Психологической службой и кафедрой истории, философии, педагогики и психологии Нижегородского государственного архитектурно-строительного университета в рамках ежегодной антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!»

1.4. Олимпиада проводится по заданиям, составленным на основе научных, научно-популярных, публицистических и художественных текстов, предполагающих анализ, обсуждение ключевых моментов, выражение личной позиции и проектирование путей решения той или иной социальной или личностной проблемы в сфере профилактики наркомании.

1.5. Рабочим языком олимпиады является русский язык.

1.6. В олимпиаде принимают участие на добровольной основе студенты ННГАСУ.

1.7. Олимпиада проводится ежегодно в очной форме в период проведения антинаркотической акции в ННГАСУ.

1.8. Квоты на участие в олимпиаде не устанавливаются.

1.9. Заявка (см. Приложение) на участие в олимпиаде подается в оргкомитет до 10 марта 2019. Возможна подача заявки в электронном виде по адресу psy-nngasy@mail.ru

2. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ОЛИМПИАДЫ

2.1. Организационно-правовое обеспечение проведения Олимпиады осуществляет постоянно действующий оргкомитет Олимпиады, создаваемый из профессорско-преподавательского состава кафедры истории, философии, педагогики и психологии ННГАСУ и сотрудников психологической службы ННГАСУ.

2.2. Информация об Олимпиаде и порядке участия в ней, о победителях и призерах является открытой, может публиковаться в средствах массовой информации, сети Интернет, размещаться на информационных стендах ННГАСУ. Все задания Олимпиады после ее проведения являются открытыми,

могут быть опубликованы в печати и в сети Интернет, предоставляться средствам массовой информации.

2.3. Олимпиада проводится на базе Нижегородского государственного архитектурно-строительного университета по адресу: г.Нижний Новгород, ул.Ильинская, 65, 1 корпус, ауд.421 (Психологическая служба ННГАСУ).

2.4 Оргкомитет олимпиады:

- разрабатывает регламент и утверждает Положение о проведении Олимпиады;

- утверждает календарные сроки проведения Олимпиады в каждом году;

- разрабатывает материалы олимпиадных заданий;

- разрабатывает критерии оценки выполненных заданий;

- проверяет и оценивают результаты выполнения учащимися заданий Олимпиады;

- обеспечивает непосредственное проведение Олимпиады;

- определяет кандидатуры и согласовывает списки победителей, призеров и участников Олимпиады, награждаемых похвальными грамотами и специальными призами;

- обобщает и рассматривает предложения по совершенствованию проведения и обеспечения Олимпиады.

3. ПОБЕДИТЕЛИ И ПРИЗЕРЫ ОЛИМПИАДЫ

3.1. По результатам олимпиады определяются победители и призеры. Победителями олимпиады считаются участники олимпиады, награжденные дипломами 1-й степени. Призерами олимпиады считаются участники олимпиады, награжденные дипломами 2-й и 3-й степени.

3.2. Победители и призеры олимпиады награждаются памятными подарками. Победители и призеры олимпиады определяются на основании общих результатов всех участников олимпиады.

Оргкомитет олимпиады:

Кандидат психол. н.,
доцент кафедры ИФПП
психолог ПСУ

С.М. Зинина

Кандидат психол. н.,
доцент кафедры ИФПП
психолог ПСУ

С.В.Чеботарева

Кандидат психол. н.,
доцент кафедры ИФПП
психолог ПСУ

Е.А.Булатова

Кандидат психол. н.,
доцент кафедры ИФПП
психолог ПСУ

Н.А.Зими́на

Форма заявки

Заявка на участие в антинаркотической олимпиаде «Интеллект против наркотиков»		
1.	Фамилия Имя Отчество участника (полностью)	
2.	Факультет, номер группы	
3.	Контактный телефон	
4.	E-mail	

Вузовская студенческая антинаркотическая олимпиада**«Интеллект против наркотиков»**

(авторы: психолог ПСУ ННГАСУ канд. психол. наук Зинина С.М., психолог ПСУ ННГАСУ канд. психол. наук Чеботарева С.В.)

Наркомания в современном мире имеет отчетливо молодежный акцент. Усиление внимания нашего государства к проблеме борьбы с немедицинским употреблением наркотиков привело к тому, что профилактика наркомании стала важной и неизменной составляющей социально-воспитательной работы в каждом образовательном учреждении. При единстве целей антинаркотической работы, реализуемых в сфере отечественного образования, конкретные задачи, содержание, методы и формы этой работы должны соответствовать специфике обучающихся. Таковы принципы педагогической работы.

1.Обоснование актуальности образовательного проекта

Без сомнения антинаркотическая работа в высшей школе должна иметь свои особенности, которые определяются психологическими характеристиками студенчества. Современных студентов отличает высокий уровень информированности, критичности мышления, притязания на социальный и профессиональный успех, чувствительность к социальной несправедливости. Самому духу социально-воспитательной работы в высшей школе претит формализм, косность, авторитарность. Потребность в искреннем, честном контакте педагога и студента в образовательном процессе не снимает проблему того, что любое педагогическое взаимодействие должно быть упорядочено и обрести определенную форму. Это функция педагогической деятельности.

Поиск удачной формы педагогической деятельности в антинаркотической работе в высшей школе – это творческая задача. Форма должна быть эмоционально адекватна смыслу антинаркотической профилактической работы, усиливать содержание этой работы, отличаться новизной и необычностью и быть органичной системе вузовского образования. Такой формой стала для нас – интеллектуальная олимпиада.

Факторы, усиливающие профилактический потенциал выбранной формы:

- само понятие «олимпиада» делает акцент на значимости, важности и серьезности образовательного мероприятия;
- олимпиады, как форма соревнования в осведомленности в какой-либо сфере знаний, органична для сферы образования;
- будучи одной из форм проверки знаний, олимпиада через содержание заданий, способствует расширению кругозора участников в определенном вопросе, оказывая воспитательное воздействие;
- имеет возможности для охвата значительного количества участников, особенно при использовании заочной формы;
- при использовании разных вариантов организации борьбы за первенство, может активизировать как личную мотивацию достижения, так и мотивацию коллективного успеха;
- побуждает участников к самостоятельности мышления, свободному высказыванию своей гражданской позиции по актуальным вопросам.

Название олимпиады «Интеллект против наркотиков» не лишено здравого смысла и отражает научно обоснованные возможности логических доводов и достоверных фактов воздействовать на принятие решения о недопустимости употребления наркотических веществ молодыми людьми. Чтобы принять какое-либо решение, необходимо понимать проблему. Понимание возможно только благодаря интеллекту.

В работе «Антинаркотическое воспитание» известный российский ученый Д.В. Колесов¹ писал: «Известно, что источник значимости тех или иных предметов и явлений для человека лежит не в сфере логических рассуждений, а в сфере эмоциональных предпочтений... Эффективную профилактическую работу в плане предотвращения развития потребности в наркотическом веществе разум может сыграть лишь путем недопущения ситуаций и действий, в результате которых наркотик попадает в организм. Для этого человек должен

¹ Колесов Д.В. Антинаркотическое воспитание : Учебное пособие. – М.- Воронеж : «МОДЭК», 2001. – 192с.

быть вооружен прочными знаниями. Если же потребность в наркотике уже сформировалась, разум оказывается в её подчинении» [1, С.38-39].

Мы живем в информационном мире, где даже войны имеют информационный характер. Владение достоверной информацией становится важным фактором принятия правильных решений.

Замалчивание проблем наркомании, сознательное избегание обсуждения острых социальных и психологических вопросов, даже в период относительного снижения актуальности проблемы, по принципу «не буди лихо, пока тихо» не только не оправдано, но даже опасно.

Для нормального функционирования человеческого мозга, мозгу необходим постоянный приток новой информации. Результаты психического развития человека зависят от окружающих внешних условий, в том числе и от информации, получаемой в ходе этого развития. По мнению Д.В. Колесова, наркомании, как любому общественному явлению, присуща своя идеология, границы которой варьируются от примитивных рассуждений о «пользе» наркотиков для усиления умственной и творческой активности и расслабления до философских утверждений о способности наркотиков расширять «сферу духовной свободы» и «способствовать прогрессу». Если подобной информации не будет выставлен внутренний барьер в виде твердого понимания губительности употребления наркотиков, недоверия к утверждениям об их приятности или безвредности, то наркотическая идеология сможет охватить большую часть молодежи нашей страны. Именно на формирование информационных антинаркотических барьеров направлена вузовская студенческая олимпиада «Интеллект против наркотиков».

2. Цели и задачи проекта:

- формирование внутренних (информационных) антинаркотических барьеров через развитие у студентов твердого понимания губительности употребления наркотиков, незаконности оборота и употребления наркотиков, антиобщественной и антигуманной сущности наркомании;

- утверждение студентов в принципах здорового образа жизни, активизация самостоятельности мышления;
- содействие посильному участию молодых людей в решении реальных проблем отдельного человека или общества в целом;
- создание условий для проявления активной жизненной и гражданской позиции по отношению к проблеме наркомании;
- вовлечение студентов в работу по пропаганде здорового образа жизни и воспитание чувства ответственности за улучшение социальной обстановки в своем ближайшем окружении, в академической группе, вузе.
- выявление и поощрение социально активных и интеллектуально одаренных студентов.

3. Этапы реализации проекта

1. Разработка организаторами содержания заданий олимпиады и подготовка бланков с перечнем заданий.
2. Подготовка и распространение информационного письма о сроках и порядке проведения олимпиады, размещение информации на сайте ННГАСУ и в социальных сетях, приглашение к участию студентов.
3. Проведение олимпиады
4. Оценка членами жюри выполненных заданий
5. Определение победителей и призеров олимпиады
6. Награждение победителей и призеров

География проекта:

В олимпиаде имеют возможность участвовать студенты любого факультета любого курса без ограничений.

Охват участников:

Олимпиада проводится в ННГАСУ уже четвертый раз. От года к году растет количество участников. В 2018/19 уч.году в олимпиаде приняли участие 49 студентов, из них 5 стали победителями, показавшими очень высокий результат (1,2 и 3 места).

1. Задания антинаркотической олимпиады

«Интеллект против наркотиков»

Задание 1.

Известны случаи, когда государство не запрещало наркотики, а наоборот содействовало процветанию торговли ими. Лучший пример – вооруженные конфликты между Великобританией и Китаем в середине 19 века. Они называются опиумными войнами, потому что английские торговцы ввозили в Китай опиум. К середине 19 века несколько миллионов китайцев пристрастились к опиуму. В это время Китай, безусловно, вышел на первое место в мире по потреблению опиума, большая часть которого выращивалась в Индии и переправлялась в страну англичанами.

Китайское правительство приняло множество законов о контроле над импортом опиума, но ни один из них (включая полное запрещение) не возымел желаемого действия. Англичане не желали сокращать опиумную торговлю: во-первых, это давало большие прибыли, а во-вторых, в самой Англии не наблюдалось такого всплеска наркотической зависимости, хотя опиум широко использовался в медицине. В 1839 году разразился конфликт: китайское правительство уничтожило большой груз опиума, принадлежавший английским и американским торговцам. Началась первая опиумная война. Британия победила и по Нанкинскому договору 1842 года получила, в числе прочего, права на использование портов Гонконга в качестве компенсации за уничтоженный груз опиума. Торговля продолжалась и в 1856 году привела ко второй войне. Эта вторая опиумная война закончилась в 1858, и по условиям Тиенсинского договора Китай продолжал импортировать опиум, но мог устанавливать большие таможенные пошлины.

Торговля опиумом сократилась и в конце концов прекратилась только в начале двадцатого века, когда во всем мире началась кампания за разрешение использования наркотиков только в медицинских целях (как обезболивающие препараты).

Как вы считаете, как государство может и должно противодействовать распространению наркотической зависимости среди своих граждан? Выскажите свое мнение.

Задание 2. Знаете ли Вы, что ...

В 1987 году Америка начала работу по проведению самых известных и высокобюджетных социальных кампаний «Трезвость за рулём», «СПИД. Это может случиться с тобой», «Просто скажи: «Нет» (против наркотиков). Тема наркотиков, поднятая инициативной группой как начало масштабной PR-акции, вышла впоследствии на уровень общегосударственной проблемы. Изначально коалиция «Рекламное товарищество по освобождению Америки от наркотиков», состоящая из более чем 200 рекламных агентств, начала акцию, рассчитанную на 3 года. В акции были задействованы сотни публикаций в газетах и журналах, более 50 выставок на телевидении и радио. Эфирное время и рекламные площади в размере 500 млн. долларов в год средств массовой информации предоставляли бесплатно.

Какие рекламные акции предложили бы вы для социальной антинаркотической рекламы в нашем городе и области? Какие каналы информации были бы более эффективными для воздействия на молодых людей? Выскажите свое мнение.

Задание 3.

...Интересный факт, что в период экономического кризиса покупка дорогих и статусных товаров не снижается, а даже увеличивается. Их приобретение позволяет покупателю временно ощущать некоторую стабильность. Росту потребления во многом способствует реклама.

Современная реклама в СМИ не просто информирует нас о товаре, она актуализирует в подсознании установку на потребление. Тотальное воздействие на сознание массового потребителя в ходе рекламы призвано актуализировать в его сознании установку на приобретение товара. Реальная необходимость для жизни имеет второстепенное значение, на первый план выдвигается само потребление как принцип, как образ жизни. Реклама настаивает, что

потребитель товара не просто доволен, он воистину счастлив. Счастлива семья, купившая сковородку, счастлив малыш, потребляющий простоквашу с приставкой «чудо», счастлив обладатель новенького авто, счастлива даже «Ваша киска». Идея потребления незатейлива: каждый человек достоин счастья, а счастье – это достижение максимального удовольствия минимальными затратами. Ты любишь футбол? Нет ничего проще: хороший телевизор + отличное пиво+ чипсы – и будет тебе счастье. Вариант «гонять мяч самому» даже не рассматривается...

Способствует ли косвенно подобная «легальная» реклама наркотизации общества?

Задание 4.

Вот как значение обыденности и постепенности в развитии наркомании охарактеризовал психолог Б.С. Братусь: «Алкоголь, наркотики – это движение маленькими шажочками. И каждый отдельный шаг не страшен, не требует смелости. Если бы мне надо было бы решиться стать алкоголиком или наркоманом или не стать, я бы испугался. Но никто не предлагает «Стань наркоманом!», а говорят всего-навсего «Давай покурим!». Проблемы страха нет. Есть будничные, пустяковые выборы. Нет пропасти – шагнуть в неё или нет, а есть безопасная как тротуар, тропинка в пропасть... Зло никогда не приходит под видом зла. Вам никогда не предлагают стать негодяем. Сначала просят сделать что-то конкретное, вполне будничное... Наша жизнь всегда как равнина, где пропасти – за горизонтом...»

Как Вы думаете, какими знаниями и личностными качествами должны обладать молодые люди, чтобы суметь противостоять наркотической провокации?

Задание 5.

У наркомании как у любого социального явления есть своя «идеология» - система оправдания. Причем как на личном, «бытовом», так и на высшем, «общественном» уровне. Наркотическая идеология – это система якобы научных утверждений о допустимости наркотиков и псевдонравственное

осуждение запретов и ограничений на их оборот. Это фактически эксплуатация принципа прав человека в интересах наркомафии. Так в Германии на судебном процессе над подпольными торговцами наркотиков в Мюнхене, адвокат сделал следующее заявление: «Свободное развитие личности гарантирует гражданам ФРГ конституция. Следовательно, насильственное изъятие у гражданина наркотика и юридическое преследование наркоманов является антиконституционным, противоречащим основному закону страны».

Как Вы считаете, в чем конкретно заключаются социальная опасность и вред наркомании?

Задание 6.

В повести замечательного отечественного писателя Михаила Булгакова «Морфий» есть особые по своему воздействию на читателя страницы, посвященные описанию психологических изменений, которые происходят в личности героя повести доктора Полякова под влияние морфия. Картины стремительных изменений в характере и поведении героя отражены в форме дневниковых записей доктора Полякова от 20 января 1917 года до 13 февраля 1918 года. Прочитайте некоторые из них.

«...19 марта.

Ночью у меня была ссора с Анной К. (*медсестрой*)

— Я не буду больше готовить раствор.

Я стал ее уговаривать.

— Глупости, Аннуся. Что я, маленький, что ли?

— Не буду. Вы погибнете.

— Ну, как хотите. Поймите, что у меня боли в груди!

— Лечитесь.

— Где?

— Уезжайте в отпуск. Морфием не лечатся. (Потом думала и добавила). – Я простить себе не могу, что приготовила вам тогда вторую склянку.

— Да что я, морфинист, что ли?

— Да, вы становитесь морфинистом.

— Так вы не пойдете?

— Нет.

Тут я впервые обнаружил в себе неприятную способность злиться и, главное, кричать на людей, когда я не прав.

Впрочем, это не сразу.

Пошел в спальню. Посмотрел. На доньшке склянки чуть плескалось. Набрал в шприц, - оказалось четверть шприца. Швырнул шприц, чуть не разбил его и сам задрожал. Бережно поднял, осмотрел, - ни одной трещинки. Просидел в спальне около 20 минут. Выхожу, - ее нет.

Ушла.

Представьте себе, - не вытерпел, пошел к ней. Постучал в ее флигеле в освещенное окно. Она вышла, закутавшись в платок, на крылечко. Ночь тихая, тихая. Снег рыхл. Где-то далеко в небе тянет весной.

- Анна Кирилловна, будьте добры, дайте мне ключи от аптеки.

Она шепнула:

— Не дам.

— Товарищ, будьте добры, дайте мне ключи от аптеки. Я говорю вам, как врач.

Вижу в сумраке ее лицо изменилось, очень побелело, а глаза углубились, провалились, почернели. И она ответила голосом, от которого у меня в душе шелохнулась жалость.

Но тут же злость опять наплыла на меня.

Она:

- Зачем, зачем вы так говорите? Ах, Сергей Васильевич, я – жалеючи вас.

И тут высвободила руки из-под платка, и я вижу, что ключи у нее в руках. Значит, она вышла ко мне и захватила их.

Я (грубо):

— Дайте ключи!

И вырвал их из ее рук.

И пошел к желтеющему корпусу больницы по гнилым, прыгающим мосткам.

В душе у меня ярость шипела, и прежде всего потому, что я ровным счетом понятия никакого не имею о том, как готовить раствор морфия для подкожного впрыскивания. Я врач, а не фельдшерица!

Шел и трясся.

И слышу: сзади меня, как верная собака, пошла она. И нежность взмыла во мне, но я задушил ее. Повернулся и, оскалившись, говорю:

— Сделаете или нет? И она взмахнула рукою, как обреченная, «все равно, мол», и тихо ответила:

— Давайте сделаю...

...Через час я был в нормальном состоянии. Конечно, я попросил у нее извинения за бессмысленную грубость. Сам не знаю, как со мной это произошло. Раньше я был вежливым человеком.

Она отнеслась к моему извинению странно. Опустилась на колени, прижалась к моим рукам и говорит:

— Я не сержусь на вас. Нет. Я теперь уже знаю, что вы пропали. Уж знаю. И я себя проклинаю за то, что я тогда сделала вам впрыскивание.

Я успокоил ее как мог, уверив, что она здесь ровно ни при чем, что я сам отвечаю за свои поступки. Обещал ей, что с завтрашнего дня начну серьезно отвыкать, уменьшая дозу.

— Сколько вы сейчас впрыснули?

— Вздор. Три шприца однопроцентного раствора.

Она сжала голову и замолчала.

6 мая.

...Нет, зрочки, только зрочки опасны, и поэтому поставлю себе за правило: вечером с людьми не сталкиваться. Удобнее, впрочем, места, чем мой участок, для этого не найти, вот уже более полугода я кого не вижу, кроме моих больных. А им до меня дела нет никакого.

18 мая.

Душная ночь. Будет гроза. Брюхо черное вдали за лесом растет и пучится. Вон и блеснуло бледно и тревожно. Идет гроза.

Книга у меня перед глазами, и в ней написано по поводу воздержания от морфия:

«...большое беспокойство, тревожное тоскливое состояние, раздражительность, ослабление памяти, иногда галлюцинация и небольшая степень затемнения сознания...»

Галлюцинаций я не испытывал, но по поводу остального я могу сказать: - о, какие тусклые, казенные, ничего не говорящие слова!

«Тоскливое состояние»!..

Нет, я, заболевший этой ужасной болезнью, предупреждаю врачей, чтобы были жалостливее к своим пациентам. Не «тоскливое состояние», а смерть медленная овладевает морфинистом, лишь только вы на час или два лишите его морфия. Воздух не сытный, его глотать нельзя... в теле нет клеточки, которая бы не жаждала... Чего? Этого нельзя ни определить, ни объяснить. Словом, человека нет. Он выключен. Двигается, тоскует, страдает труп. Он ничего не хочет, ни о чем не мыслит, кроме морфия. Морфия!

Смерть от жажды - райская, блаженная смерть по сравнению с жаждой морфия. Так заживо погребенный, вероятно, ловит последние ничтожные пузырьки воздуха в гробу и раздирает кожу на груди ногтями. Так еретик на костре стонет и шевелится, когда первые

языки пламени лижут его ноги... Смерть - сухая, медленная смерть... Вот что кроется под этими профессорскими словами «тоскливое состояние»...»

Как меняются отношения наркомана с окружающими его людьми? Опишите психологические (внутренние) изменения, которые происходят с человеком, зависимым от наркотических веществ.

При работе над заданиями олимпиады участники имеют право делать в бланке заметки ручкой или карандашом, выделять при необходимости части текстов.

5. Порядок проведения олимпиады:

- участники олимпиады собираются в указанной в информационном письме учебной аудитории;
- в начале, для лучшего психологического настроения участников мероприятия, на экране демонстрируется фильм антинаркотической направленности (время демонстрации фильма – 15 мин)
- по окончании демонстрации фильма председатель жюри произносит приветственное слово, в котором отметит цели и задачи олимпиады, правила проведения олимпиады, порядок оценивания и награждения победителей;
- для объективности процедуры оценивания производится шифрование бланков ответов всех участников олимпиады, при этом запечатанный конверт с «ключами» шифров передается одному из студентов;
- после выполнения всех формальных процедур участники получают бланки с заданиями олимпиады;
- время на выполнение всех заданий – 90 минут;
- по окончании установленного времени студенты, участники олимпиады, сдают работы на проверку членам жюри;
- все участники олимпиады получают небольшие памятные подарки с символикой акции «Я выбираю жизнь!».

- в течение трех дней члены жюри оценивают качество выполнения заданий и на совместном заседании выделяют лучшие работы.
- каждое задание оценивает от 1 до 10 баллов в зависимости от соответствия следующим критериям: правильность, полнота ответа, отражение личной позиции, креативность подхода или оригинальность изложения;
- награждение победителей и призеров дипломами и памятным подарками происходит на итоговом мероприятии акции «Я выбираю жизнь!»

6. Возможности и перспективы реализации проекта

- Переход на межвузовский уровень проведения олимпиады
- Расширение возможностей соревнования не только на персональном, но и командном уровнях, увеличение числа участников
- Использование заочных и on-line форм проведения олимпиады.

Материалы для работы психолога в студенческих общежитиях

Анкета для студентов, проживающих в общежитии

Уважаемые студенты!

Ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы, касающиеся вашего самочувствия и психологического комфорта в общежитии

Пол ___ Возраст ___ Курс _____ Факультет _____

Этаж _____ № комнаты _____

1. Насколько комфортно Вы себя чувствуете в общежитии?

Некомфортно 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Комфортно

2. Возникают ли у Вас сложности во взаимоотношениях с соседями по комнате, на этаже?

Да Иногда Нет

3. Возникают ли у Вас конфликты с дежурными, охраной, комендантом общежития?

Да Иногда Нет

4. Удастся ли Вам успешно распределять свое время, проживая в общежитии (на учебу, отдых, сон, занятия, общение с друзьями)?

Да Иногда Нет

5. Какие отношения сложились у Вас с соседями по комнате?

отличные, дружественные, нейтральные, плохие, конфликтные, нет никаких отношений, игнорирование (подчеркните)

6. Как бы Вы оценили общую атмосферу в общежитии?

положительная, нейтральная, спокойная, негативная, напряженная (подчеркните)

7. Знаете ли Вы, что в общежитии есть психолог, к которому можно обратиться в случае необходимости?

Да / Нет

8. С какими бы вопросами Вы обратились к психологу?

9. Какие формы работы с психологом Вам больше бы подошли: индивидуальные консультации, тематические семинары, тренинги, беседы или др.?

10. Какие психологические мероприятия хотели бы Вы посетить?
(тренинг общения, тренинг бесконфликтного взаимодействия, тренинг креативности, тренинг по профилактике стресса, по таймменеджменту, по планированию карьеры, по развитию уверенности в себе и др.)

11. Какую психологическую информацию хотели бы вы получать

Спасибо, нам очень важны ваши ответы!

Материалы для работы куратора академической группы с студентами-первокурсниками

Опросник для студентов-первокурсников

(методика «Адаптированность студентов в вузе», авторы Т. Д. Дубовицкая, А. В. Крылова)

Дорогие студенты!

Данный опрос проводится целью оптимизации образовательного процесса в университете. Просим вас выразить свое мнение по поводу предложенных суждений и проставить соответствующую вашему мнению цифру напротив номера суждения.

Варианты ответов: «Да»– 2; «Трудно сказать»– 1; «Нет »– 0.

Ф.И. студента _____ (указывается по желанию)

Группа _____ дата _____

Вам 18 лет и более да / нет

Проживаете в общежитии да / нет

№	Вопросы	Да	Трудно сказать	Нет
1	Я активен в группе, часто беру инициативу на себя			
2	Держусь в стороне, проявляю сдержанность в отношениях, так как могу быть неправильно понят однокурсниками			
3	Однокурсники проявляют ко мне интерес и стремятся общаться со мной			
4	Могу влиять на мнение и взгляды однокурсников с учетом своих интересов			
5	Мне трудно общаться, находить общий язык со своими однокурсниками			
6	Мне комфортно в группе, я легко следую ее нормам и правилам			
7	Однокурсники относятся ко мне настороженно, мало общаются со мной			
8	Мне сложно обратиться за помощью к однокурсникам			
9	На всех занятиях чувствую себя уверенно и комфортно			
10	В учебе могу в полной мере проявить свою индивидуальность, способности			
11	На занятиях мне трудно выступать, выражать свои мысли			

12	Многие учебные предметы являются сложными для меня, я осваиваю их с трудом			
13	Успешно и в срок справляюсь со всеми учебными заданиями по предметам			
14	У меня есть собственное мнение по изучаемым предметам и я всегда его высказываю			
15	Мне трудно задать вопрос, обратиться за помощью к преподавателю			
16	Нуждаюсь в помощи и дополнительных консультациях преподавателей по многим предметам			

17. Продолжите, пожалуйста, предложения:

В первые месяцы обучения в ННГАСУ самое сложное для меня было

.....

Самое большое удовлетворение, обучаясь в ННГАСУ, я получаю от

.....

Спасибо за работу!

Дорогие студенты, если вы испытываете трудности психологического характера: проблемы в общении с однокурсниками или преподавателями, трудности в самоорганизации, чувствуете себя одиноким, испытываете разочарование в профессиональном выборе и т.п., вы всегда можете обратиться за помощью к сотрудникам Психологической службы, вас всегда выслушают и окажут необходимую психологическую поддержку (1 корпус , ауд.421).

Обработка результатов методики «Адаптированность студентов в вузе» (Т. Д. Дубовицкой и А. В. Крыловой)

Цель: выявить первокурсников, испытывающих трудности в адаптации к группе и к учебной деятельности.

Методика представляет собой набор из 16 суждений, по отношению к которым студенты должны выразить степень своего согласия.

Обработка осуществляется путем перевода цифр в баллы в соответствии с ключом и последующего суммирования полученных баллов отдельно по каждой шкале и методике в целом.

Прямые суждения

(ответ 0 означает 0 баллов; ответ 1 - 1 балл; ответ 2 - 2 балла):
номера утверждений: 1; 3; 4; 6; 9; 10; 13; 14.

Обратные суждения

(ответ 0 означает 2 балла; ответ - 1 балл; ответ 2 - 0 баллов):
номера утверждений: 2; 5; 7; 8; 11; 12; 15; 16.

Шкала адаптированности к учебной группе.

Подсчитывается сумма баллов по следующим вопросам: 1; 2; 3; 4; 5; 6; 7; 8.

Шкала адаптированности к учебной деятельности

Подсчитывается сумма баллов по следующим вопросам: 9; 10; 11; 12; 13; 14; 15; 16.

По шкале адаптированности к учебной группе:

среднее арифметическое = 12,0; медиана = 13; стандартное отклонение = 3,3;
минимальное число баллов = 4,0; максимальное число баллов = 16,0.

По шкале адаптированности к учебной деятельности:

среднее арифметическое = 10,6; медиана = 11; стандартное отклонение = 3,7;
минимальное число баллов = 2,0; максимальное число баллов = 16,0.

Последние два вопроса подвергаются качественной обработке.

Высокие показатели по шкале адаптированности к учебной группе свидетельствуют о том, что студент чувствует себя в группе комфортно, легко находит общий язык с однокурсниками, следует принятым в группе нормам и правилам. При необходимости может обратиться к однокурсникам за помощью, способен проявить активность и взять инициативу в группе на себя. Однокурсники также принимают и поддерживают его взгляды и интересы.

Низкие показатели по шкале адаптированности к учебной группе свидетельствуют об испытываемых студентом трудностях в общении с однокурсниками. Студент держится в стороне, проявляет сдержанность в отношениях. Ему трудно найти общий язык с однокурсниками, он не разделяет принятые в группе нормы и правила, не встречает понимания и принятия своих взглядов со стороны однокурсников, не может обратиться к ним за помощью.

Высокие показатели по шкале адаптированности к учебной деятельности свидетельствуют о том, что студент легко осваивает учебные предметы, успешно и в срок выполняет учебные задания; при необходимости может обратиться за помощью к преподавателю, свободно выражает свои мысли, может проявить свою индивидуальность и способности на занятиях.

Низкие показатели по шкале адаптированности к учебной деятельности говорят о том, что студент с трудом осваивает учебные предметы и выполняет учебные задания; ему трудно выступить на занятиях, выразить свои мысли.

При необходимости он не может задать вопрос преподавателю. По многим изучаемым предметам он нуждается в дополнительных консультациях, не может проявить свою индивидуальность и способности на учебных занятиях.

Результаты диагностики адаптированности студентов по данной методике могут применяться для решения следующих проблем:

- 1) выявление студентов, испытывающих трудности в адаптации к группе и к учебной деятельности;
- 2) методическое обеспечение психологического сопровождения адаптации студентов в вузе;
- 3) исследование эффективности коррекционно-развивающей и воспитательной работы со студентами.

Студенческий медиапроект «Азбука психологической помощи»

(авторы: магистрант ННГАСУ Петрова М.М., руководитель ЦСПС ННГАСУ, профессор кафедры ИФПП, канд.психол.наук Зинина С.М.)

1. Обоснование актуальности проекта

Важным принципом антинаркотической работы в образовательных учреждениях является учет возрастных и индивидуально-психологических особенностей обучающихся. Это связано с тем, что причины употребления психоактивных веществ в разных возрастных и социальных группах имеют свою специфику.

По результатам исследования психологов Санкт-Петербурга у студентов Северной столицы пик первой пробы наркотических веществ выпадает на 2 курс и связан с последствиями чрезмерных интеллектуальных нагрузок. Мониторинг отношения к употреблению ПАВ у студентов нашего университета (ННГАСУ), проведенный в 2018/19 уч.г. показал, что редкие (3-5% от выборки) единичные пробы наркотиков возникают из желания расслабиться, снять эмоционально-психическое напряжение. На наш взгляд, основная причина начала употребления наркотиков в студенческой среде связана с неспособностью молодых людей достигать душевного равновесия способами, совместимыми со здоровым образом жизни.

Сложность и динамичность процесса обучения в высшей школе, ценностно-смысловая неоднозначность современной жизни создают дополнительные проблемы психологического характера, решить которые без наличия жизненного опыта и психологической осведомленности молодым людям крайне проблематично.

Воспитание современных студентов в духе здорового образа жизни немислимо без повышения уровня их психологической культуры, без понимания механизмов управления своими психическими состояниями, без возможности найти психологическую помощь и поддержку специалиста в

сложной жизненной ситуации. Обращение к профессиональным психологам требует уверенности в их компетентности, доверия к их информации, а это невозможно без предварительного ознакомления с общей концепцией психологической помощи, на приобщение к которой и направлен медиапроект «Азбука психологической помощи».

2. Цели и задачи проекта:

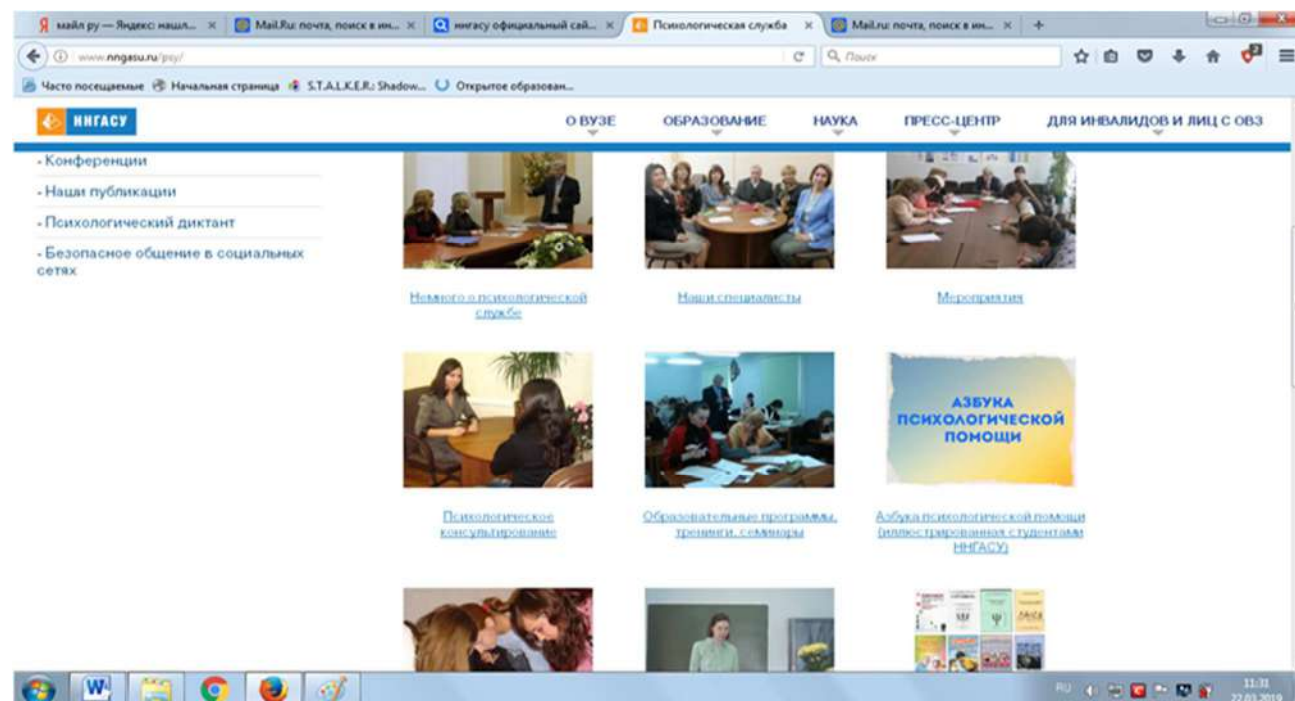
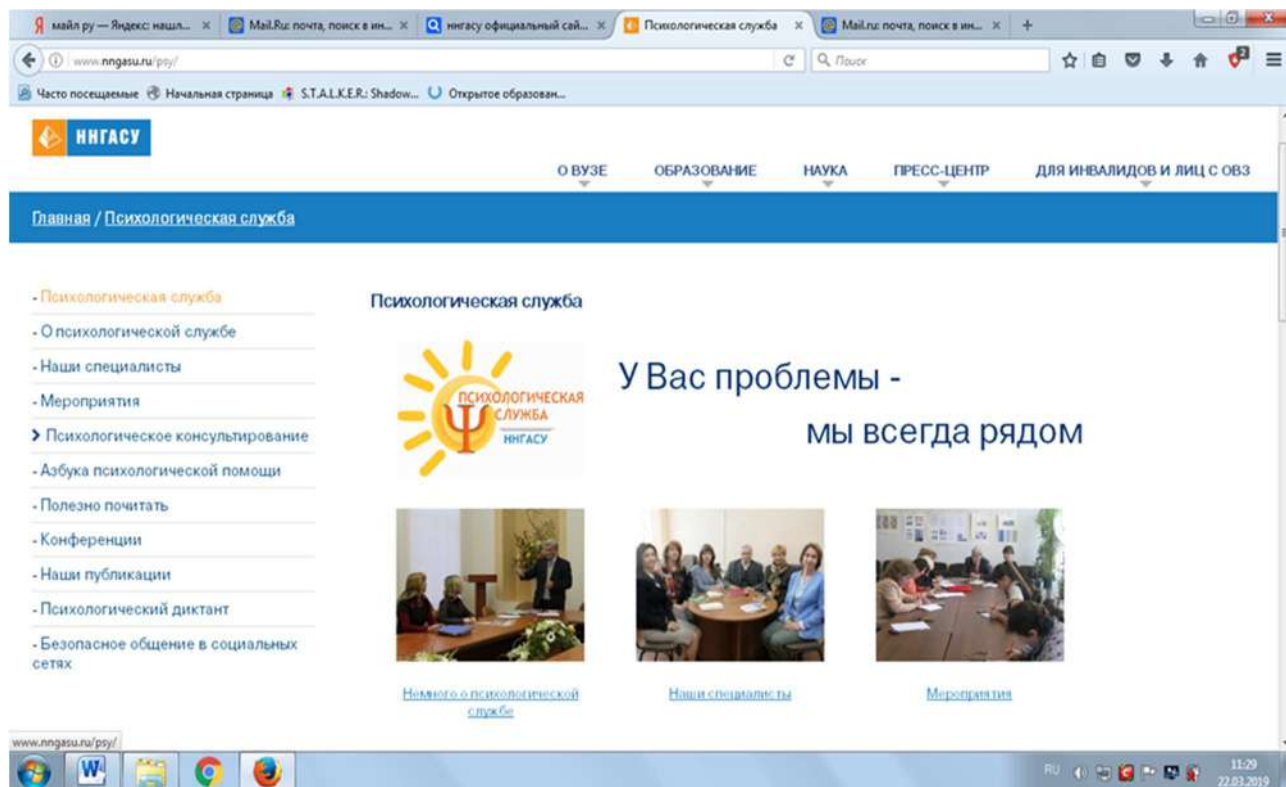
- повышение уровня психологической культуры студентов, в т.ч. и в области профилактики разного рода зависимостей;
- усиление внимания к проблеме роли психологических знаний и профессиональной психологической помощи в совладании с трудными жизненными ситуациями, которые могут стать причиной наркотизации;
- формирование ответственного отношения студентов к своему психическому и психологическому здоровью;
- развитие умений оказать первую психологическую помощь себе или близкому человеку, попавшему в сложную или экстремальную ситуацию;
- информирование о интернет-ресурсах подобного рода помощи (сайт Центра экстренной психологической помощи МЧС) и структурных подразделениях высшей школы, призванных помочь в данной ситуации (в ННГАСУ – «Психологическая служба университета»).

География проекта не ограничена, так как материалы сайта ННГАСУ находятся в свободном доступе в Интернет-сети. По данным статистики количество ежедневных посещений сайта ННГАСУ – более 1200. Презентация медиапроекта прошла в рамках Антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!». На различных мероприятиях ПСУ психологи знакомят студентов с данным медиапроектом и адресуют их на сайт Психологической службы для знакомства с ним.

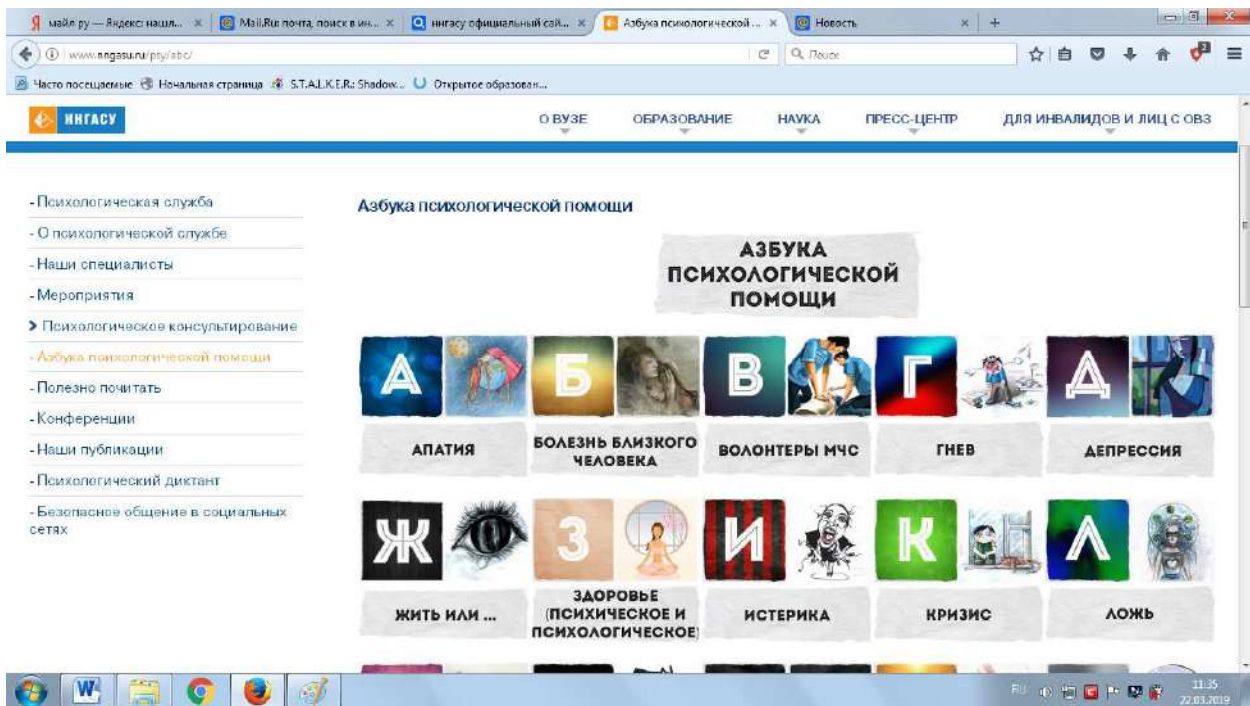
3. Описание проекта

Проект представляет собой рубрику официального сайта ННГАСУ в разделе «Студентам» - «Психологическая помощь» под названием «Азбука

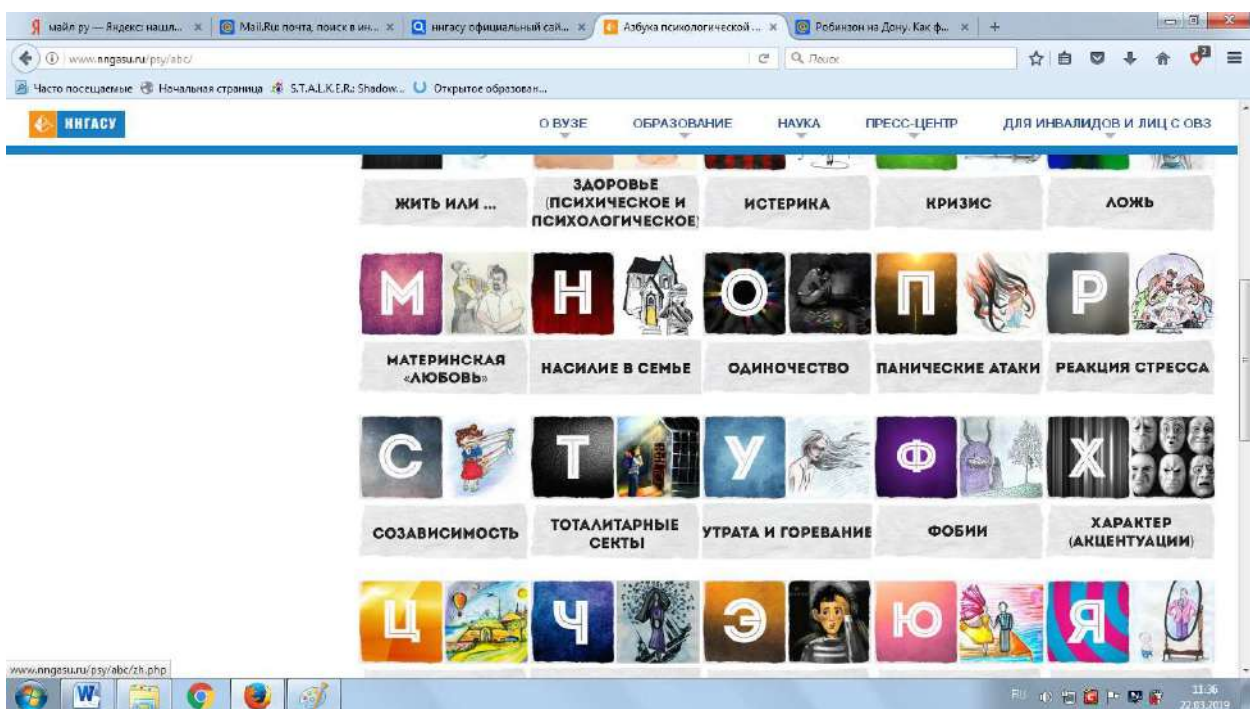
<http://www.nngasu.ru/psy/abc/>



Первоначальная страница «Азбуки...» - это графическое оформление начальных букв названий тем, отражающих психологические проблемы студентов.



Буквы расположены в алфавитном порядке, каждая буква сопровождается иллюстрацией, что и позволяет создать эффект азбуки и передать идею «азбуки» как чего-то первоначального и важного в изучении.



Каждая буква по типу «гиперссылки» позволяет выйти на краткий текст, освещающий основные идеи какой-либо психологической проблемы и некоторые способы её решения. Текст содержит ссылки на дополнительные источники информации и сопровождается иллюстрацией, выполненной студентами ННГАСУ.

Человек не может долго пребывать в приподнятом настроении, постоянно переживать удовольствие от контакта с окружающим миром. Переживать постоянное удовольствие и чувствовать внутреннюю глубинную удовлетворенность жизнью – это разные вещи. Проблема в том, что удовольствие от жизни, возведенное в принцип и ставшее самоцелью, может привести к неспособности человека стойко переносить жизненные трудности, желанию получать приятное переживание любым способом, даже при помощи ПАВ. Еще великий Карл Густав Юнг говорил о том, что задача психолога заменить невротическое страдание клиента нормальным человеческим страданием. Дело в том, что утраты, горевание, апатия, кризисы – это неизбежные составляющие жизни человека. Нередко человек игнорирует сигналы своего тела (усталость, апатия) и сигналы психики (грусть, разочарование) и пытается заглушить их, вместо того чтобы полноценно отдохнуть, пережить все стадии горя, задуматься о приоритетах в своей жизни и своих духовных потребностях.

Содержание статей «Азбуки психологической помощи» призвано акцентировать внимание студентов к своему внутреннему миру.

В статье «Апатия» речь идет о том, что состояние апатии может возникнуть у психически здорового человека как нормальная реакция на сильное переутомление и стресс и единственный способ справиться с ней – это полноценный отдых.



АПАТИЯ

Апатия – это стойкое длительное отсутствие интересов, целей, обесценивание эмоций, исчезновение заинтересованности в будущем. Длительная апатия приводит к снижению побуждения выполнять даже необходимые действия – от работы до личной гигиены.

В большинстве случаев апатия возникает на фоне полного здоровья вследствие перегруз, превышающих возможности организма. Но она может быть и проявлением более тяжелых состояний.

Основные причины апатии, которая может возникать у психически здорового человека: работа, требующая эмоциональной и психологической отдаче, особенно при отсутствии значимой положительной обратной связи; тяжелые заболевания и физические нагрузки; переутомление; длительный стресс.

Симптомы апатии: отказ от работы и бытовых мероприятий, сужение круга общения, сниженное настроение, отказ от хобби, рассеянность, нарушение концентрации внимания, общая слабость, нарушение памяти.

Помощь

Если человек недавно пережил тяжелое заболевание, закончил глобальный проект на работе, а студент сдал трудную сессию – некоторая апатичность вполне естественна. В этом случае нет смысла настаивать на активном лечении. Достаточно предоставить время для отдыха, возможность полноценного сна и разнообразное питание – и через несколько дней все проявления апатии как рукой снимет. В большинстве случаев без консультаций психолога можно обойтись.

Если вы видите проявления апатии у близкого вам человека – дайте ему несколько дней отдохнуть, а потом начинайте очень осторожно и медленно возвращать его обратно к активной жизни. Прогуляйтесь по вечернему бульвару, съездите в лес, на озеро, туда, где Миллмиллер и Максимум природы. В таких условиях легче всего восстанавливается психика. Следующим этапом может стать такая же поездка, но уже

В статье «Депрессия» обращается внимание студентов на то, как важно уметь рассчитывать свои физические и духовные силы, находить время, чтобы получать радость от общения с людьми, природой, книгой, культивировать ценности.

mail.ru — Яндекс.нашл... x Mail.Ru: почта, поиск, ви... x нгасу официальный сай... x ДЕПРЕССИЯ x Новость x +

www.ngasu.ru/psy/ebc/4.php

Часто посещаемые Начальная страница S.T.A.L.K.E.R.: Shadow... Открытое образован...

ИНГАСУ О ВУЗЕ ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА ПРЕСС-ЦЕНТР ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

- Психологическая служба
- О психологической службе
- Наши специалисты
- Мероприятия
- Психологическое консультирование
- Азбука психологической помощи
- Полезно почитать
- Конференции
- Наши публикации
- Психологический диктант
- Безопасное общение в социальных сетях

ДЕПРЕССИЯ

Проблема депрессии чрезвычайно сложная. В ряде случаев - это медицинская проблема и тогда рекомендация психолога являются лишь дополнительным медикаментозному лечению. Если у человека возникли вопросы относительно тяжести своего состояния можно пройти классический тест депрессию на психоправительском сайте «Выход есть!» (<http://www.way-out.ru>)

С позиции психолога, депрессия - тема переживания качества жизни. Жизнь для человека в состоянии депрессии - это что-то болезненное, тяжелое, не приносящее ценности. Каждая жизнь принимает боль. Человек может выносить эту боль лишь в том случае, если собрал достаточное количество положительного опыта, и на его основе возникает **чувство, что, в сущности, жить все-таки хорошо.** В тяжелой депрессии больше доминирует **негативное отношение к жизни.** В депрессии средней тяжести человек может ответить, что будет ждать, пока жизнь улучшится.

Депрессия возникает как реакция на три вида дефицитов.

1. Личностные дефициты, возникающие в процессе развития.
2. Сильные травмы и ранения, присутствующие в биографическом опыте.
3. Человек ощущает в себе очень мало жизненных сил.

Как предотвратить депрессию?

1. Можно профилактически добегать депрессию, если внимательно относиться к своему салку. Фактивывать силы, не перегружать тело. Заниматься спортом, двигаться. Важно только наблюдать, что вызывает напряжение или усталость. После тяжелой работы давать себе отдых.
2. Культивирование ценностей. Выделять время, чтобы наслаждаться хорошими добрыми отношениями, позитивными переживаниями. Делать свою жизнь прекрасной, где только возможно. (Например, накрыть красиво стол к завтраку, не жить в респондном хаосе). Это может помочь человеку. Можно жить в ней, наслаждаясь, наслаждаясь, наслаждаясь, наслаждаясь, наслаждаясь, наслаждаясь.



www.ngasu.ru/education/

12:30 22.03.2019

В статье «Кризис» акцент в рассуждениях сделан на том, что новые условия жизни требуют от человека внутренних изменений; то, что любое развитие предполагает наличия усилия и позитивные психические изменения не случаются без труда души.

mail.ru — Яндекс.нашл... x нгасу официальный сай... x КРИЗИС x +

www.ngasu.ru/psy/ab/c/k.php

Часто посещаемые Начальная страница S.T.A.L.K.E.R.: Shadow... Открытое образован...

ИНГАСУ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АРХИТЕКТУРНО-СТРОИТЕЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

О ВУЗЕ ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА ПРЕСС-ЦЕНТР ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Главная / Психологическая служба / Азбука психологической помощи

- Психологическая служба
- О психологической службе
- Наши специалисты
- Мероприятия
- Психологическое консультирование
- Азбука психологической помощи
- Полезно почитать
- Конференции
- Наши публикации
- Психологический диктант
- Безопасное общение в социальных сетях

КРИЗИС

Кризис — период нового перелома, когда появляются проблемы, с которыми невозможно справиться прежними способами. После кризиса всегда следует период стабильности.

В жизни кризисный период начинается тогда, когда в жизни человека появляются новые условия. Эти условия сложны, потому что они не привычны для нас, они являются совершенно новым опытом, таким с которым мы никогда раньше не сталкивались. Выйти из кризиса сможет лишь тот, кто сумеет приспособиться к изменившимся новым условиям. Умение изменить свое поведение в соответствии с условиями, которое выдвигает нам жизнь в данный момент и есть адекватный способ решить проблему, а значит, и преодолеть кризис.

Смысл каждого кризиса в том, чтобы человек научился менять свое поведение на то, которое адекватно и соответствует новым изменившимся условиям и потребностям. Чтобы он приспособился жить по-новому, адекватно оценивая свою новую роль, выполняя новые обязанности, развивая новые качества так, чтобы это помогло ему в дальнейшей жизни.

Как показывает практика, самым сложным для человека, оказавшегося в кризисной ситуации, бывает просто обратиться за помощью к другим людям или довериться специалисту. К психологу приходит уже после того как



12:47 22.03.2019

В статье «Созависимость» обращается внимание читателей на типичные ошибки тех, кто вынужден жить с зависимыми людьми, и, имея установку на спасение и контроль других, игнорировать свои потребности и упускать из-под контроля собственную жизнь.

mail.ru — Яндекс.нашл... | nngasu официальный сай... | СОЗАВИСИМОСТЬ

www.nngasu.ru/abc/s.php

Часто посещаемые | Начальная страница | S.TALKER: Shadow... | Открытое образовани...

ННГАСУ ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «НИЖЕГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АРХИТЕКТУРНО-СТРОИТЕЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

О ВУЗЕ | ОБРАЗОВАНИЕ | НАУКА | ПРЕСС-ЦЕНТР | ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

Главная / Психологическая служба / Азбука психологической помощи

- Психологическая служба
 - О психологической службе
 - Наши специалисты
 - Мероприятия
 > Психологическое консультирование
 - Азбука психологической помощи
 - Полезно почитать
 - Конференции
 - Наши публикации
 - Психологический диктант
 - Безопасное общение в социальных сетях

СОЗАВИСИМОСТЬ

Созависимость – это сложное, эмоциональное у человека явление, которое человек (алкоголик, наркоман, игроман и пр.). Созависимый человек – это тот, кто полностью полагается на то, чтобы управлять поведением другого человека и совершенно не заботится об удовлетворении собственных жизненно важных потребностей. Чаще всего родственники зависимого человека обращаются к специалисту, чтобы узнать, как себя вести, чтобы близкий перестал пить (принимать наркотики, играть и пр.) На этот вопрос готовых рецептов нет. Но известно как себя вести не следует.

Типичные ошибки в поведении созависимых

1. Контролирующее поведение. Созависимые пытаются максимально контролировать жизнь своих близких. В качестве средства контроля над другими часто используют манипулирование и навязывание чувств. Такое поведение лишает человека ответственности за свою жизнь, парализует его волю. И в итоге разрушает взаимоотношения с близким человеком. К тому же, человек, посвящающий всё свое время, все свои силы контролю за другим – теряет контроль над собой, над своей жизнью.
2. Спасательство. Спасать других – призвание созависимых. Но эта забота переходит разумные размеры. Созависимые берут ответственность за других, спасают их от ответственности за самих себя, при этом совершенно



12:46 22.03.2019

Статья «Ценности» посвящена тому, в чем можно найти внутренние источники переживания осмысленности жизни.

mail.ru — Яндекс.нашл... | Mail.Ru почта, поиск в ин... | nngasu официальный сай... | ЦЕННОСТИ | Познер объяснил отнош...

www.nngasu.ru/abc/s.php

Часто посещаемые | Начальная страница | S.TALKER: Shadow... | Открытое образовани...

ННГАСУ О ВУЗЕ | ОБРАЗОВАНИЕ | НАУКА | ПРЕСС-ЦЕНТР | ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОВЗ

- Психологическая служба
 - О психологической службе
 - Наши специалисты
 - Мероприятия
 > Психологическое консультирование
 - Азбука психологической помощи
 - Полезно почитать
 - Конференции
 - Наши публикации
 - Психологический диктант
 - Безопасное общение в социальных сетях

ЦЕННОСТИ

Проблемы, с которыми молодые люди обращаются за психологической помощью, нередко связаны с переживанием бессмысленности жизни, ощущением пустоты, отсутствием ориентиров.

Поиски смысла жизни психолог Виктор Франкл считал «человеческим предназначением», «проявлением глотактуальной искренности и честности». И прерогатива глупых – не принимать как само собой разумеющееся, что в жизни есть смысл, но осмеливаться задуматься над этим, молодой человек – должен иметь терпение – достаточно терпения, чтобы дожидаться, когда смысл возникнет в его сознании». Франклу принадлежит описание трех категорий ценностей, позволяющих сделать жизнь человека осмысленной.

Первая категория – «ценности творчества». Франкл считал необходимым убедить обратившегося к нему человека в том, что важно не то, какое место в профессиональной жизни он занимает, а как он выполняет круг своих обязанностей.

Вторая категория – «ценности переживания». Они возникают, когда человек увлечен искусством, любит красоту природы. Чтобы понять, как актуальный смысл мгновения человеческой жизни реализуется в простом переживании, можно представить себе, как человек, любящий музыку, слушает в концертном зале любимую симфонию и испытывает тот трепет, который можно испытывать лишь при восприятии чистой красоты.

Подлинное царство ценностей – «ценности отношений».

«Подлинным царством ценностей», которые относятся к «высочайшим», Франкл называет ценности отношений. Франкл вспоминает историю одного больного, который прожил «мужество в страдании». Молодой человек, имеющий неоперабельную злокачественную опухоль в спинном мозге, потерял возможность работать. И он не мог реализовывать свои творческие ценности. Но мог читать книги, слушать хорошую музыку, беседовать с другими пациентами, внушая им мужество, утешая. Когда и ценности переживания стали для него недоступны из-за того, что на него больше вымощи, машинально рвать в руках книгу, он обратился к ценности отношений. Он был



12:34 22.03.2019



В подготовке данного волонтерского проекта были интегрированы усилия добровольных помощников:

- графический дизайн проекта – *магистрант ННГАСУ 1 курса – Петрова Мария;*

- иллюстрации к статьям Азбуки – *студенты 6 курса ННГАСУ специальности «Монументально-декоративное искусство»;*

- подготовка текстов статей — *руководитель ЦСПС ННГАСУ, профессор кафедры истории, философии, педагогики и психологии, канд.психол.наук Зинина Снежана Михайловна.*

Рассмотренные в «Азбуке психологической помощи» психологические понятия (ситуации) так или иначе касаются проблемы профилактики наркомании, поскольку неумение адекватно справляться с ними может стать причиной наркотизации студента. Неумение справляться с жизненными кризисами, отношения созависимости, состояние апатии или депрессии, стресса и нервно-психического напряжения, отсутствие ценностей здорового образа жизни могут вполне вероятно стать причинами употребления психоактивных веществ. Выполняя, с одной стороны, информационно-просветительскую функцию, «Азбука психологической помощи» несет еще и огромный психопрофилактический и воспитательный потенциал.

Психодраматический театр о профилактике наркозависимости

«В плену зависимости»

(автор: психолог ЦСПС ННГАСУ канд.психол.наук Булатова Е.А.)

Данный сценарий разработан в рамках программы профилактики зависимого поведения студентов ННГАСУ: наркологической, алкогольной и иных видов зависимости.

Аддиктивное (зависимое) поведение молодёжи – это угроза национальной безопасности, здоровью, генофонду населения России. К сожалению, число лиц, употребляющих психоактивные вещества (ПАВ) и «деятельностных» аддиктов - игроманов, компьютерных, мобильно-сетевых и информационных - стремительно растёт. При изучении личностных проблем, которые могут привести к аддиктивному поведению, мы исходим из специфики юношеского возраста. С одной стороны, это период выбора профессии, грандиозных планов, а с другой стороны, это период отрицания, бросания вызова принятым в обществе нормам, свержения старых авторитетов, возрастает стремление соответствовать групповым ценностям. У многих молодых людей проявляются проблемы в развитии эмоциональной и коммуникативной сферы, адаптивных форм копинг-поведения в стрессовых ситуациях, недостаточно сформированы навыки уверенного поведения, устойчивости к давлению среды, умения контролировать ситуацию, принимать на себя ответственность за свою собственную жизнь. В этом возрасте также могут проявляться генетически заложенные негативные аффективные и поведенческие расстройства. Среди наиболее важных ситуативных факторов, способствующих формированию аддиктивного поведения у юношества, выделяют СМИ и такие институты социализации, как семья, образовательное учреждение, группа сверстников. Опыт сверстников, исходящая от них информация вызывают доверие, служат для молодёжи элементами её отличия от «взрослых».

В профилактике зависимости ориентироваться следует не на проблему и ее последствия, а на защищающий от возникновения проблем потенциал здоровья, а именно освоение и раскрытие ресурсов личности, поддержку молодого человека, способного самостоятельно справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме ПАВ.

Современный подход к предупреждению употребления молодёжью ПАВ и формированию зависимого поведения основан на том, что в центре внимания должна находиться личность студента. Поэтому стратегия первичной профилактики предусматривает:

формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у молодежи социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, установки на отказ от приема психоактивных веществ, других предметов аддикции;

внедрение в образовательной среде инновационных педагогических и психологических технологий, позволяющих студентам разбираться в себе, понимать другого человека, уметь поставить себя на его место. Ведь именно дискомфорт от взаимодействия с другими людьми, неумение разрешать внутренние конфликты приводят к саморазрушительному поведению и формированию аддикций.

Применение психодрамы и социодрамы в профилактике зависимого поведения.

Цель: снижение риска развития и распространения наркотической, алкогольной, иных видов зависимостей в студенческой среде на основе ориентации студентов на здоровый образ жизни, профессиональную и творческую самореализацию.

Задачи:

формирование позитивных моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, осознанного отрицательного отношения к зависимому поведению;

формирование стрессоустойчивых личностных установок, позитивно-когнитивных оценок, а также навыков быть способным сделать позитивный альтернативный выбор в трудной жизненной ситуации.

В настоящее время психодрама как технология проживания и осознания личного опыта через проигрывание ролей широко используется в целях личностного развития, психокоррекции, в педагогике, медицине и бизнесе. Психодрама объединяет в себе диагностические возможности, сценические представления – театр спонтанности, сеансы групповой динамики – и аналитическую работу группы. В психотерапии поведения психодраматические техники используют для десенсибилизации и тренировки новых поведенческих навыков. С помощью различных приемов, таких как смена ролей, дублирование, зеркало и т.д., конфликты человека разыгрываются с учетом различных ролевых позиций, что позволяет проработать их максимально эффективно в достаточно короткие сроки.

Главный герой психодрамы называется протагонист. Это человек, который сообщает о какой-то ситуации (проблеме), которую он хочет проработать. Помогает протагонисту в решении его внутри- и межличностных конфликтов «Вспомогательное "Я", которое олицетворяет всех значимых других в жизни протагониста. Хорошие исполнители "вспомогательного "Я"" способны быстро включиться в роль и точно ее исполнить. Они должны играть роль так, как она описана протагонистом, или на основе своей интуиции. Для быстрого вхождения в роль "вспомогательного "Я" и разогрева группы может быть заранее подготовлен помощник с артистическими способностями.

Использование разных "вспомогательных "Я" приводит к большему включению в групповой процесс всех участников. Следуя руководству режиссера (ведущего психодрамы) и стараясь вчувствоваться в мир протагониста, исполнители роли "вспомогательного "Я"" могут также начать исследовать не только проблемы протагониста, но и свои собственные.

Аудитория состоит из тех членов группы, которые не играют ролей в данном психодраматическом действии. В заключительной фазе занятия они

демонстрируют свои эмоциональные отношения к происшедшему и раскрывают собственные проблемы и конфликты, аналогичные обсуждавшимся во время занятия. Аудитория, эмоционально вовлекаясь в психодраму, может достичь состояния инсайта по отношению к собственным проблемам.

Проведение психодрамы как терапевтического процесса требует особой подготовки ведущего, но элементы психодрамы и социодрамы можно включать в любые тренинги и использовать в самых разных вариантах работы с группами. Психодрама - это метод действия, и это придает ему особую ценность в профилактической работе с зависимостями в студенческой аудитории.

В данном проекте мы работаем на профилактику зависимого поведения, затрагивая различные его виды, наиболее часто встречающиеся в молодежной среде. Эти проблемы знакомы и близки современным студентам, и ситуации часто подсказаны именно ими самими. Научившись распознавать разного рода зависимости, студенты учатся выбирать самостоятельность и ответственное поведение, это и будет наилучшим образом защищать их от разного рода зависимостей.

«В плену зависимости»

Время проведения: 1,5ч. Действие происходит в студенческом клубе или тренинговой аудитории. Работать рекомендуется в группах не более 25-30 человек. Если группа знакомая, можно сократить время на знакомство и сэкономить на динамическом разогреве в пользу более тщательного шеринга (обсуждения). Возможно, но не обязательно, подготовить «вспомогательное я» - подыгрывающего помощника, возможно из числа актеров студенческого театра, который сыграет конформного студента, негативно настроенного, сверхкритичного, тщеславного – т.е. такого, на чьих чувствах можно «сыграть» и втянуть его в опасное зависимое поведение. Чувство юмора, артистичность обязательны!)

1. Знакомство – 5 мин., в незнакомой группе можно использовать бейджи.

2. Разогрев - 10мин., динамические разогревы можно использовать разные, главное - чтобы аудитория включилась, оживилась, например: «Человек к человеку...» - Участники в парах. Ведущий говорит: «Ладонь к ладони!», «Колено к колену», «Голова к голове» и т.д. При словах «Человек к человеку» участники меняют партнеров. Оставшийся без пары становится водящим.
3. Разогрев «Запретный плод» - 20 мин. - содержательный разогрев, предполагает анализ: цель упражнения: помочь участникам понять, как они относятся к разного рода запретам и ограничениям. Нередко любопытство, желание изведать запретный плод или стремление продемонстрировать свою смелость руководят молодым человеком в его поступках. Хорошо, когда он знает, какие чувства им управляют, это позволяет сделать осознанный выбор.

Ведущий ставит в центре круга небольшую шкатулку или коробочку, в которой лежит неизвестный предмет. "Там лежит то, что нельзя", - говорит ведущий. Затем он предлагает каждому как-то проявить себя в отношении этого предмета. Участники могут вставать или оставаться на месте, выражая отношение мимикой или жестами; они могут подходить к шкатулке, брать ее в руки, заглядывать внутрь, - каждый поступает так, как считает это нужным. Даже если кто-то останется на месте, ничего не предпринимая, - это тоже будет способом реагирования на ситуацию. При выполнении упражнения важно помнить, что это упражнение действия, а не объяснений, поэтому, если кто-то будет пытаться просто рассказать словами о своей позиции, задача ведущего побудить его "показать" свое отношение.

Обратная связь: эмоциональная (что чувствовали) и рефлексивная (что думаете, какой вывод сделали). Для кого-то это уже, возможно, озарение, как без протестного поведения отнестись к тому, что нельзя.

4. Слово ведущего: наш герой - это «плохой мальчик». Иногда он может просыпаться и в каждом из нас. Пусковым механизмом запуска его является обида, страх, подогреваемый неудовлетворенным тщеславием,

желание мести, желание продемонстрировать независимость... Были ли в вашей жизни ситуации, в которых вы вели себя несносно, провоцировали, отыгрывали отрицательные эмоции? Как с этим быть?.. Как выйти за границы, очерченные неосознанно принятой на себя ролью?

5. Вспомогательное лицо входит, распевая, садится в круг, всем своим видом показывая пренебрежение правилами и нормами.
6. Ролевая игра «Зависимые отношения» - 40 мин.

Ведущий просит группу разбиться на тройки (четверки, пятерки, в зависимости от численности группы). В течение 10 минут участники обсуждают некоторые проблемные ситуации. Рекомендуется выбирать очень четко ограниченные и не слишком травматичные сцены. Для тренировки можно взять какие-нибудь социальные ситуации, не слишком затрагивающие протагониста: продавец обидел, прохожий нахамил, преподаватель не понял и пр. Можно взять ситуации, в которых участники подверглись манипулятивному воздействию и не нашли решения, оказались в ситуации зависимости от своего партнера. В каждой группе выбирается одна, наиболее значимая для всех ситуация.

Примеры ситуации:

- «Мой парень, когда ему что-то надо, говорит мне примерно так: «Я для тебя готов на всё, а ты для меня такую малость сделать не можешь! Всё, либо ты соглашаешься делать то, что мне надо, либо мы разбегаемся». И я не выдерживаю и соглашаюсь...
- «Мне требуется адреналин, я не могу остановиться перед соблазном сделать что-то особенное, например, прыгнуть с парашютом. Один километр – это для меня ни о чем, я уже прыгала с 4 километров, и теперь вот думаю, что будет покруче?»
- «Как обычно встретились вечером, прогулялись, выпили кофе, говорить особо не о чем было, так что часто просматривали соцсети в телефоне. Потом он проводил меня домой, поцеловал при расставании. Утром я узнала, что у него уже два месяца есть другая девушка».

- «Вчера бывший парень написал и предложил увидаться поговорить. Такое чувство, словно меня опять кинули в прошлую жизнь. Не знаю, что ему надо и какой смысл в этой встрече, связываться с ним снова не хочу, хотя соскучилась, конечно, ужасно».

Первая подгруппа разыгрывает свою сцену перед большой группой. Инструкция участникам большой группы: "Внимание, сейчас перед вами будет разыграна сцена. Ваша задача внимательно следить за происходящим, и решить для себя, что бы вы хотели изменить в поведении главного действующего лица. После завершения сцены она будет разыграна повторно, и теперь у каждого из вас будет возможность в каждый момент действия сказать "Стоп", занять место главного действующего лица (протагониста), и предложить свой способ поведения".

Сцена проигрывается повторно, участники предлагают свои способы поведения.

Вниманию ведущего! Нужно внимательно следить за тем, чтобы не "расползался" контекст проблемы, заданной протагонистом, то есть чтобы «вспомогательные я» в своей спонтанной игре не задавали нового контекста. Опыт показывает, что риск такого поведения «вспомогательных я» очень велик. Так же и демонстрация нового способа поведения в данный конкретный момент не должна занимать более минуты.

Действие продолжается так, как оно происходило в первой сцене, с того момента, когда оно было прервано. В любой момент (в том числе тут же), оно может быть прервано выкриком "Стоп!" нового "хелпера".

Можно вводить протагониста обратно в свою роль и предлагать ему попробовать новый способ поведения. Но можно этого и не делать - зависит от целей группы.

По завершении работы с одной подгруппой, переходим к проблемной ситуации следующей.

7. Обратная связь по завершении всего – эмоциональная и рефлексивная - 15 мин.

Заключение: психодрама и социодрама вызывает большой интерес студентов, они получают ответы на многие вопросы, касающиеся собственного внутреннего мира. Получив в процессе социодрамы понимание процесса психологической работы, студенты записываются на индивидуальные консультации. Использование психодраматических техник в психолого-педагогической работе способствует самораскрытию студентов, доверию и более глубокому контакту с педагогом и между самими обучающимися. Студенты учатся выражать свои чувства, говорить о них, понимать их важность. Это осознание своих чувств способствует улучшению их взаимоотношений в учебной группе, в семье, с преподавателями и друзьями. В ННГАСУ готовят не только специалиста, обладающего компетенциями, знаниями, умениями и навыками, но и развитую личность, умеющую осознавать и оценивать ситуацию, понимать другого человека, управлять своим поведением.

Психодраматический театр о профилактике наркозависимости

«ВОВОЧКА»

(автор: психолог ЦСПС ННГАСУ канд.психол.наук Булатова Е.А.)

Антинаркотическая профилактика – процесс тонкий и деликатный, к употреблению наркотиков приходят люди, испытывающие дискомфорт от взаимодействия с другими людьми и не владеющие способами разрешения внутренних конфликтов. Поэтому для профилактики зависимого поведения хорошим решением будет такое универсальное средство, как психодрама и социодрама. В настоящее время психодрама широко используется в целях личностного развития, психокоррекции, в педагогике, медицине и бизнесе. Психодрама объединяет в себе диагностические возможности, сценические представления – театр спонтанности, сеансы групповой динамики – и аналитическую работу группы. В психотерапии поведения психодраматические техники используют для десенсибилизации и тренировки новых поведенческих навыков. С помощью различных приемов, таких как смена ролей, дублирование, зеркало и т.д., конфликты человека разыгрываются с учетом различных ролевых позиций, что позволяет проработать их максимально эффективно в достаточно короткие сроки.

Главный герой психодрамы называется протагонист. Это человек, который сообщает о какой-то ситуации (проблеме), которую он хочет проработать. Помогает протагонисту в решении его внутри- и межличностных конфликтов «Вспомогательное "Я", которое олицетворяет всех значимых других в жизни протагониста. Хорошие исполнители "вспомогательного "Я"" способны быстро включиться в роль и точно ее исполнить. Они должны играть роль так, как она описана протагонистом, или на основе своей интуиции. Для быстрого вхождения в роль "вспомогательного "Я" и разогрева группы может быть заранее подготовлен помощник с

артистическими способностями, в нашем сценарии социодрамы этого помощника зовут «Вовочка».

Использование разных "вспомогательных "Я" приводит к большему включению в групповой процесс всех участников. Следуя руководству режиссера и стараясь вчувствоваться в мир протагониста, исполнители роли "вспомогательного "Я"" могут также начать исследовать не только проблемы протагониста, но и свои собственные.

Аудитория состоит из тех членов группы, которые не играют ролей в данном психодраматическом действии. В заключительной фазе занятия они демонстрируют свои эмоциональные отношения к происшедшему и раскрывают собственные проблемы и конфликты, аналогичные обсуждавшимся во время занятия. Аудитория, эмоционально вовлекаясь в психодраму, может достичь состояния инсайта по отношению к собственным проблемам, подобно тому, как мы узнаем что-то о самих себе, когда смотрим пьесу.

Проведение психодрамы как терапевтического процесса требует особой подготовки ведущего. В обучающих же и воспитательных целях элементы психодрамы и социодрамы можно включать в любые тренинги и использовать в самых разных вариантах работы с группами. Психодрама - это метод действия, и это придает ему особую ценность в профилактической работе с зависимостями в студенческой аудитории.

В данном проекте мы работаем на профилактику зависимого поведения, затрагивая различные его виды, наиболее часто встречающиеся в молодежной среде. Эти проблемы знакомы и близки современным студентам, и ситуации часто подсказаны именно ими самими. Научившись распознавать разного рода зависимости, студенты учатся выбирать самостоятельность и ответственное поведение, это и будет наилучшим образом защищать их от разного рода зависимостей, в т.ч. и наркотической.

Цели и задачи:

2. обратить внимание студентов на проблему зависимого поведения и его причины;

3. активизировать осознанное отношение к своему здоровью у студентов, осознание ответственности за свои действия;
4. показать различные способы противостояния зависимостям, рассмотреть альтернативы зависимому поведению.

Методы: психодраматическая постановка, обсуждение, рефлексия.

Количественные и качественные показатели:

Охват участников – одновременно в постановке может принимать участие до 25 человек, и поскольку театр может проигрываться неоднократно в разных группах, охват участников пропорционально увеличивается.

Ожидаемый результат: повышение осознанности отношения студентов к своему здоровью и своей жизни; осознание собственной ответственности за свои поступки; научение навыкам противостояния манипуляции и в т.ч. при наркотической провокации в компании; а также развитие способности защищать себя от разного рода зависимостей.

Мультипликативность: данную психодраматическую постановку можно реализовывать неограниченное количество раз в разной аудитории, можно разыгрывать в студенческом лагере, возможно приглашать для участия студентов других вузов в рамках межвузовского взаимодействия.

Собственный вклад: данный проект является полностью авторской разработкой психолога ЦСПС ННГАСУ, канд.психол.наук Е.А.Булатовой, специалиста по психодраме и социодраме, прошедшей обучение в Институте групповой и семейной психотерапии (ИГИСП, г.Москва).

Время проведения: 1,5 часа. Действие желательно организовать в студенческом клубе или тренинговой аудитории. Работать рекомендуется в группах не более 25-30 человек. Если группа знакомая, можно сократить время на знакомство и сэкономить на динамическом разогреве в пользу более тщательного шеринга (обсуждения).

Сценарий психодраматической постановки о профилактике наркозависимости «Вовочка»

Возможно, но не обязательно, подготовить «вспомогательное я» - подыгрывающего помощника, возможно из числа актеров студенческого театра, который сыграет «Вовочку» - конформного студента, негативно настроенного, сверхкритичного, тщеславного – т.е. такого, на чьих чувствах можно «сыграть» и втянуть его в опасное зависимое поведение. Чувство юмора, артистичность обязательны!)

7. Знакомство – 5 мин., в незнакомой группе можно использовать бейджи.
8. Разогрев – 10 мин., динамические разогревы можно использовать разные, главное - чтобы аудитория включилась, оживилась, например: «Человек к человеку...» - Участники в парах. Ведущий говорит: «Ладонь к ладони!», «Колено к колену», «Голова к голове» и т.д. При словах «Человек к человеку» участники меняют партнеров. Оставшийся без пары становится водящим.
9. Разогрев «Запретный плод» - 20 мин. Ведущий ставит в центре круга небольшую шкатулку или коробочку, в которой лежит неизвестный предмет. "Там лежит то, что нельзя", - говорит ведущий. Затем он предлагает каждому как-то проявить себя в отношении этого предмета. Участники могут вставать или оставаться на месте, выражая отношение мимикой или жестами; они могут подходить к шкатулке, брать ее в руки, заглядывать внутрь, - каждый поступает так, как считает это нужным. Даже если кто-то останется на месте, ничего не предпринимая, - это тоже будет способом реагирования на ситуацию. При выполнении упражнения важно помнить, что это упражнение действия, а не объяснений, поэтому, если кто-то будет пытаться просто рассказать словами о своей позиции, задача ведущего побудить его "показать" свое отношение.

Обратная связь: эмоциональная (что чувствовали) и рефлексивная (что думаете, какой вывод сделали). Для кого-то это уже, возможно, озарение, как без протестного поведения отнестись к тому, что нельзя.

10. Слово ведущего: «Вовочка – герой анекдотов, это «плохой мальчик».

Иногда он может просыпаться и в каждом из нас. Пусковым механизмом запуска «Вовочки» является обида, страх, подогреваемый неудовлетворенным тщеславием, желание мести, желание продемонстрировать независимость... Были ли в вашей жизни ситуации, в которых вы вели себя несносно, провоцировали, отыгрывали отрицательные эмоции? Как с этим быть?.. Как выйти за границы, очерченные неосознанно принятой на себя ролью?»

11. Вспомогательное лицо (Вовочка) входит, распевая:

- Подорожник - трава, мне бы -

Добивка аудитории: - затянуться...

- приложиться!...

- раскуриться...

- Лейкопластырь! И т.д.

Вовочка садится в круг, всем своим видом показывая пренебрежение правилами и нормами.

12. Ролевая игра «Зависимые отношения» - 40 мин.

Ведущий просит группу разбиться на тройки (четверки, пятерки, в зависимости от численности группы). В течение 10 минут участники обсуждают некоторые проблемные ситуации. Рекомендуется выбирать очень четко ограниченные и не слишком травматичные сцены. Для тренировки можно взять какие-нибудь социальные ситуации, не слишком затрагивающие протагониста: продавец обидел, прохожий нахамил, преподаватель не понял и пр. Можно взять ситуации, в которых участники подверглись манипулятивному воздействию и не нашли решения, оказались в ситуации зависимости от своего партнера. В каждой группе выбирается одна, наиболее значимая для всех ситуация.

Примеры ситуации:

- «Я хочу заняться собственным бизнесом, но моя девушка это не поддерживает, а я не могу начать новое дело, пока не получу от нее одобрения»
- «...Я регулярно занимаюсь спортом, хожу в спортивную секцию. Недавно я узнал, что некоторые наши ребята употребляют препараты, которые дают выносливость и улучшают результаты. Мой тренер предлагает и мне попробовать. Я не знаю, согласиться или нет. Я не хочу быть лузером, но как это отразится на здоровье?»
- «Недавно я познакомилась с парнем, он мне понравился, и мы стали встречаться. Он классный, мне нравится проводить с ним время. Есть только одно, что меня напрягает. В его компании все друзья курят спайсы, каждый раз, когда мы встречаемся, мне постоянно предлагают их, говорят, что это совершенно не опасно. Я никогда не пробовала ничего подобного, я даже не курю сигареты, и мне не нравится, что на меня постоянно давят. Даже мой парень стал надо мной подшучивать, что я маленькая».

Первая подгруппа разыгрывает свою сцену перед большой группой.

Инструкция участникам большой группы: "Внимание, сейчас перед вами будет разыграна сцена. Ваша задача внимательно следить за происходящим, и решить для себя, что бы вы хотели изменить в поведении главного действующего лица. После завершения сцены она будет разыграна повторно, и теперь у каждого из вас будет возможность в каждый момент действия сказать "Стоп", занять место главного действующего лица (протагониста), и предложить свой способ поведения".

Сцена проигрывается повторно, участники предлагают свои способы поведения.

Вниманию ведущего! Нужно внимательно следить за тем, чтобы не "расползлся" контекст проблемы, заданной протагонистом, то есть чтобы «вспомогательные я» в своей спонтанной игре не задавали нового контекста. Опыт показывает, что риск такого поведения «вспомогательных я» очень велик.

Так же и демонстрация нового способа поведения в данный конкретный момент не должна занимать более минуты.

Действие продолжается так, как оно происходило в первой сцене, с того момента, когда оно было прервано. В любой момент (в том числе тут же), оно может быть прервано выкриком "Стоп!" нового "хелпера".

Можно вводить протагониста обратно в свою роль и предлагать ему попробовать новый способ поведения. Но можно этого и не делать - зависит от целей группы.

По завершении работы с одной подгруппой, переходим к проблемной ситуации следующей. «Вовочка» помогает в качестве подыгрывающего, чтобы в конце занятия вырасти в серьезного и смелого парня)

13. Обратная связь по завершении всего – эмоциональная и рефлексивная - 15 мин.

Список литературы:

1. БАРЦ Э. Игра в глубокое. — М.: Класс, 1998.
2. БЛАТНЕР Г. Психодрама, ролевая игра, методы действия. — Пермь, 1993
3. КЕЛЛЕРМАН П. Ф. М. Психодрама крупным планом. — М.: Класс, 1998
4. КИППЕР Д. Клинические ролевые игры и психодрама. — М.: Класс, 1993.
5. ЛЕЙТЦ Г. Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я. Л. Морено. — М.: Прогресс. 1994
6. МОРЕНО З. Т. Психодрама: ролевая теория и концепция социального атома // Эволюция психотерапии. — М.: Класс. 1998. Т. 3, с. 256-279.
7. МОРЕНО Я. Театр импровизации. — Красноярск: Фонд ментального здоровья. 1993.
8. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Д. В. Карвасарского. — СПб.: Питер. 1998.
9. РУДЕСТАМ К. Групповая психотерапия. — СПб.: Питер. 1998.
10. Холмс П. Классическая психодрама // Психодрама: вдохновение и техника. — М.: Класс, 1997, с. 25-36.

Сценарий

социодраматической постановки «Роли, которые мы выбираем»

Весь мир - театр.
В нем женщины, мужчины - все актеры.
У них свои есть выходы, уходы,
И каждый не одну играет роль.
Уильям Шекспир

Желательно подготовить «вспомогательные я» - подыгрывающих помощников, возможно из числа актеров студенческого театра, в нашем университете это были слушатели программы дополнительного обучения по психологии (образы «Сигарета», «Алкоголь», «Крутой»). Нужен также помощник, ответственный за музыкальное сопровождение: включение музыкальных треков «Из Вагантов», «Профессионал», дискотека (bodyshakers), пофигу (aftelief), алкоголь (eminfeat), крутой (monster), «Не жди меня, мама, хорошего сына...».

Цель: помочь обучающимся в самопознании, предоставить возможность посмотреть на себя со стороны, прочувствовать, что несет та или иная роль.

Результат: адекватное восприятие участником себя и окружающих в различных социальных ситуациях, в том числе понимание механизма формирования зависимости и возможностей самосохранения личности.

Время проведения: 1,5 часа (время зависит от количества студентов, а также от глубины раскрытия человека и необходимости вывести его на осознание).
Количество участников: 15 -25 человек.

Возраст: начиная с 17 лет. Участники уже должны иметь опыт работы над собой, опыт самораскрытия и рефлексии.

Материалы: атрибуты ролей и психодраматический реквизит: ленточки разных цветов, веревка толстая, металлическая толстая цепь, скотч, бутылка вино-водочная, бутылка из-под пива, граненый стакан, шприц, черная накидка, горсть таблеток разноцветных, темные очки, пачка банкнот, том «Уголовного кодекса».

-Уважаемые участники! Сегодня мы с вами участвуем в социодраме, социо – это общество, драма – действие. Этот метод предполагает действие, обмен действиями в обществе, т.е. обмен социальными ролями. Я напомню правила

работы в группе: отключить сотовые телефоны, активность, партнерство, один в эфире, искренность, конфиденциальность. В общем, это этика поведения, т.е. уважения друг к другу и к себе, честность и ответственность. Все согласны?

Разогрев:

Знакомство. Двигательный разогрев «Слон, козел и обезьяна», «поменяйтесь местами», социометрические линейки.

- Многие из вас, наверное, замечали, что в разных ситуациях вы ведете себя по-разному. Только вы знаете (или предполагаете, что знаете), какой вы есть на самом деле. А ведь другие люди видят вас таким, каким вы себя преподносите. Или таким, каким вас вынуждают быть окружающие.

Подумайте о своей жизни. Какой вы есть на самом деле? А каким вы стараетесь выглядеть в определенной компании или среде? А какую роль вас вынуждают играть другие люди (родители, преподаватели, друзья)?

А какие социальные роли, т.е. роли в обществе, вы играете?

Действие:

Герои нашей социодрамы: студент и студентка (музыка: «из Вагантов»)

- Какую социальную роль мы играем? Давайте набросаем наиболее типичные роли - «обычный студент» и «обычная студентка». Чем заняты мысли обычного студента?

Ответы студентов: как сдать эту сессию? Как не завалить математику?

- Студент также может видеть себя в роли будущего профессионала. Согласны войти в эту роль? (музыка: «Профессионал»)

Студент (студентка) - будущий профессионал: ага, интересный подход, может пригодиться в проектировании;

- Студенческая жизнь – это не только учеба. Это также и отдых, и веселье. Например?

Ответы студентов: ночной клуб, дискотека.

- Это роль посетителя ночного клуба, дискотеки. В этой роли тоже есть отличия, в степени отрыва))

- Студент (студентка), который отрывается: куда сходить, в какой ночной клуб? Жизнь дается один раз... надо все попробовать! (музыка: bodyshakers)

Небольшая группа студентов танцует

- Иногда студент так устает, что становится безразличным. Ему неинтересна учеба и будущая работа, он просто живет, не получая никакой радости, словно из чувства долга. «Ага, родители, вы хотели, чтобы я поступил в вуз, чтобы учился, я вынужден это делать, хотя не понимаю, зачем это мне... мне просто все по-фигу...» - безразличие.

- Безразличный студент (студентка): да мне все по-фигу (музыка: aftelief)

Иногда студент плывет по течению, он не включается в учебу и думает: «авось пронесет! По отношению к учебе: «Да ладно, сделаю чуть-чуть, авось пронесет», «Пойду зависну с друзьями, авось пронесет, ничего страшного», «Попробую, что мне предлагаю, авось пронесет, ничего страшного».

- Роль самоуспокоения: да ладно, если чуть-чуть, то ничего страшного. И вот здесь у каждого своя внутренняя шкала, от 1 до 10. Например, 1 – готов на маленький шажок, 5 - «готов что-то попробовать», а 10 - отрываюсь на полную катушку, вообще не думаю о последствиях.

Студенты выстраиваются в социометрическую линейку в зависимости от своей готовности что-то попробовать.

Дискотека (музыка «bodyshakers»)

- Появление вспомогательного лица «Курение» с пачкой сигарет и с ленточкой.

Подходит к танцующим. Студенты *«В ночном клубе так интересно- Я максимально готов к экспериментам и не думаю о последствиях. -Ситуация развивается интересно...* «Курение» набрасывает ленточку на руку тех, кто готов к экспериментам.

- Появление вспомогательного лица «Склонность к алкоголю» с пустой коньячной бутылкой и с веревкой(музыка: eminfeat). «Алкоголь» подходит к танцующим и набрасывает веревку на руку тех, кто готов к экспериментам. Привязывает к себе.

- В социодраме можно становиться дублем, т.е. подходить к другой маске и усиливать ее позицию, дополнять ее, поддерживать. Дублируй, т.е. усиливай позиции другого дубля.

Студенты подходят к тем, на кого брошена ленточка и высказывают скрываемые этим героем чувства.

И вот размыты границы и очертания реальности. Включена роль самоуспокоения: да ладно, если чуть-чуть, то ничего страшного... я вообще в порядке...

- Появление вспомогательного лица в роли «Крутой». Темные очки, в карманах банкноты, на руке веревка, цепь. (музыка: monster)

«Крутой»: все могу себе позволить, завидуйте мне, берите с меня пример! (monster).

«Крутой» уверенно подходит к студентке, небрежно набрасывает веревку на руку, привязывает к себе. Рассказывает о своих успехах, о том, «как надо жить». «Помогай мне, и все у тебя будет хорошо!» Не дает ей подумать, действует сразу. Затем постепенно все выше и крепче набрасывает на нее веревку, связывает ее. На ногу забрасывает цепь.

Студенты – дубли подходят к тем, на кого брошены ленточки и веревки и высказывают скрываемые этим героем чувства.

Обмен ролями.

- Слышна музыка «не жди меня, мама», и появляется **образ Уголовного кодекса...** Он машет рукой и двигается к фигуре «Крутого». На секунду все застывают.

ШЕРИНГ. И вот итог...какие чувства у вас вызывает эта картина? что или кого вам напоминает?

Выходим из ролей (деролизация).

Сохранение (Консервация). Участники делятся своими чувствами, которые они прожили во время игры и что чувствуют, снимая с себя эти роли. Новое видение ситуации

Обратная связь по окончании социодрамы -10 мин.

Фразы, которые можно развесить по стенам аудитории:

Из всех приключений, уготованных нам жизнью, самое важное и интересное — отправиться в путешествие внутрь себя самого, исследовать неведомую часть себя самого. Ф. Феллини

Оставайтесь собой. Все роли уже заняты.

Оскар Уайльд

И кто найдет тебя в морях твоей души!

Даниил Андреев

Сколько истины может вынести дух, на какую степень истины он отваживается? Это становилось для меня все больше и больше мерилom ценности. Заблуждение (вера в идеал) — не слепота, заблуждение — трусость. Всякое достижение, всякий шаг вперед в познании вытекают из мужества, из жестокости по отношению к себе, из чистоплотности по отношению к себе.

Ф.Ницше

Умереть всё равно придётся, эта чаша вас не минует. Зачем же уходить из зала, не досмотрев спектакль до конца? А вдруг пьеса, в которой, между прочим, каждый исполняет главную роль, ещё удивит вас неожиданным развитием сюжета?

Борис Акунин

Когда мы осмыслим свою роль на земле, пусть самую скромную и незаметную, тогда лишь мы будем счастливы. Тогда лишь мы сможем жить и умирать спокойно, ибо то, что дает смысл жизни, дает смысл и смерти.

Антуан де Сент-Экзюпери

Давным-давно известно нам,
что жизнь - игра, мы в ней актёры,
и наши поиски и споры-
лишь дополнение к ролям.
Но, если я перестаю
искать опоры у суфлёра-
есть шанс пробиться в режиссёры,
переписавши роль свою.

Уильям Шекспир

Следует помнить, что в театре человеческой жизни роль зрителя отведена лишь Богу и ангелам.

Фрэнсис Бэкон

Но ни один из всех, какого б ни был роду,
Не властен сам свою переменить природу,
Прожить чужую жизнь, сыграть чужую роль.

Пьер де Ронсар

Интерактивное занятие со студентами на тему**«Благополучная семья - прочный барьер на пути наркомании»**

(автор: психолог ЦСПС ННГАСУ доцент кафедры ИФПП канд.психол.наук

Н.А.Зими́на)

Наркомания – проблема, имеющая различные корни. Самый прочный барьер на пути наркотизации – это благополучная семья, причем как родительская, так и своя; нацеленность на создание семейных отношений. На данный момент в обществе наблюдается тенденция более позднего времени начала построения своей семьи, рождения детей. Молодые люди имеют много страхов и предубеждений по поводу создания своей семьи.

Данный семинар-тренинг призван развеять страхи молодежи через изучение и рассмотрение стереотипов семейной жизни, имеющих в обществе.

Мы все живем в мире стереотипов. Именно стереотипы в значительной степени определяют моральные нормы, формируют политические, религиозные и мировоззренческие концепции. Благодаря этим стереотипам мы четко знаем, как себя вести в том, или ином случае; знаем, что плохо и что хорошо; знаем, кто прав, а кто нет. Знаем, но это не значит, что так и есть в действительности потому, что стереотипы, на которых основаны наши суждения, могут быть сформированы на ошибочных предпосылках или определенных, не всегда обоснованных условностях.

Стереотип - нечто, повторяемое в неизменном виде; шаблон действия, поведения и пр., применяемый без раздумий, рефлексии, даже неосознанно. Характерная черта стереотипа - высокая устойчивость.

Стереотипы присутствуют во всех областях жизни, в том числе и семейной. Психологическая наука, и, прежде всего семейная психология, обратила на это внимание в виду включенности подобных устойчивых представлений и суждений в образование конфликтных ситуаций в семье, неблагоприятное или дисфункциональное развитие семьи, а также, возможно и в ее распад.

Стереотипные представления о семье складываются под влиянием широкого круга факторов. Это представления социальной среды, на которую ориентируется семья, ее референтная группа, социально-экономические и культурные условия, в которых находится семья в настоящее время и в которых находилась в прошлом, личный опыт и семейный опыт, принесенный из родительского дома.

Осознание того, что представление и суждение о чем-либо базируется на стереотипе, зависит от степени зрелости человека и его желания изменить ситуацию к лучшему. Чем раньше человек обратит на это внимание, тем лучше. Если молодые люди и девушки еще до свадьбы попробуют разобраться в своих мыслях по поводу семейной жизни, то существует большая вероятность того, что их семья будет строиться надежно и крепко. Данная работа посвящена изучению и преодолению стереотипов семейной жизни у современной молодежи.

Изучение стереотипов семейной жизни у молодежи

Для изучения стереотипов семейной жизни у современной молодежи был создан опросник, включающий в себя 28 распространенных суждений о семейной жизни. Следует отметить, что эти суждения являются народными поговорками о семье. Не оспаривая их ценность, необходимо все же отметить, что понимание данных суждений у разных людей может быть неоднозначным и содержать в себе как конструктивные, так и деструктивные представления о семейной жизни. Здесь важным является осмысление каждого суждения, что предстояло сделать в дальнейшем.

Среди предоставленных стереотипов необходимо было выбрать те, с которыми студенты были согласны. В опросе приняли участие 100 студентов в возрасте от 18 до 22 лет Нижегородского государственного архитектурно-строительного университета.

В результате были получены следующие данные. (Суждения представлены в порядке убывания по критерию выбора. Число указывает на количество выборов в процентах).

1. Стерпится – слюбится (70 %)
2. Кольцо на палец – хомут на шею (65 %)
3. Муж должен содержать жену (60 %)
4. Родители берегут дочь до венца, а муж до конца (68 %)
5. Дом держится не красавицей, а умницей (67 %)
6. Просим тещу и свекровь, молодым не портить кровь (67 %)
7. Для скрепления брачных уз, нужен пухлый карапуз (64 %)
8. Красота до венца, ум до конца (65 %)
9. Законный брак – любви, согласия знак (64 %)
10. В семье жена- шея, а муж- голова: куда хочу, туда верчу (60 %)
11. Каждый человек, должен состоять в браке (60 %)
12. Где любовь там и совет (60 %)
13. Удел жены – кухня, дети, платья (60 %)
14. Дети повторяют судьбу своих родителей (60 %)
15. Жена должна во всем подчиняться мужу (55 %)
16. В браке муж должен любить, а жена позволять любить (54 %)
17. Муж и жена – одна сатана (53 %)
18. Путь к сердцу мужа лежит, через его желудок (51 %)
19. Дети должны во всем слушаться родителей (51 %)
20. Бьет – значит любит (43 %)
21. Женщина – хранительница очага (42 %)
22. Замуж выходи – в оба гляди (30 %)
23. Носи жену на руках, пока не села на шею (29 %)
24. В семье все поровну: жене шубу, мужу галстук (28 %)
25. Взял жену - забудь тишину (21 %)
26. Муж должен быть старше жены (14 %)
27. Где любовь да совет – там горя нет (8 %)
28. Детей должно быть много (5 %)

Далее данные поговорки о семейной жизни легли в основу семинара-тренинга для молодежи, нацеленного на преодоление стереотипов семейной жизни.

Коротко представлю психологический анализ некоторых, наиболее неоднозначных утверждений о семейной жизни.

Наиболее распространенным стереотипом явился «стерпится - слюбится», на него указали 70% студентов (70% девушек и 30% юношей). Это можно объяснить тем, что в последнее время участились браки, заключаемые по расчету. Нередко в этом случае также заключаются браки с большой разницей в возрасте супругов. Молодые люди, заключая такие браки, надеются на быстрое материальное благополучие, приобретенное не за счет своих усилий, своих способностей и возможностей, а за счет другого человека. Опасность здесь в том, что зачастую изначально не равноправные отношения супругов и отсутствие любви у одного или обоих партнеров затрудняют развитие семьи или делают ее дисфункциональной. Но подобные браки все же бывают удачными, если у супругов присутствует сильная мотивация на сохранение семейных отношений. Нередко таким бракам в дальнейшем сопутствует любовь, основанная на взаимном уважении и прочной материальной базе.

Вторым популярным стереотипом является «кольцо на палец – хомут на шею», его выбрали 65% студентов (82 % юношей и 12 % девушек). Популярность этого стереотипа свидетельствует о психологической незрелости молодых людей и девушек к созданию стабильных семейных отношений, боязни вступления в брак и представления о нем как о «хомуте», ограничивающем свободу и независимость. В счастливых и благополучных семьях объективное ограничение своей свободы супругами субъективно воспринимается как ее расширение, т.к. создавая свою семью, молодые люди уходят (хотя иногда только формально) из-под контроля родителей и приобретая в обществе статус женатого (замужней) человека получают право самостоятельно строить свою жизнь. Таким образом, представление о браке и семье как ограничении своей свободы является необоснованным и

свидетельствует об искаженном представлении о семейной жизни, имеющем в своей основе разные причины. У некоторых в процессе взросления такой взгляд на брак и семью изменяется, и они благополучно создают свою семью, у других же, особенно если подобный стереотип сложился в результате проживания в родительской семье или же является отражение личностных проблем, подобный взгляд на стабильные отношения сохраняется и требует психологической коррекции.

Представление о том, что «для скрепления брачных уз нужен пухлый карапуз» поддержали 64 % опрошиваемых (83% девушек и 17% юношей). В психологической науке проводились исследования на эту тему, и был сделан однозначный вывод о том, что это не так. Дети являются как положительным, так и отрицательным стабилизатором семьи. Ребенок может, как дополнительно сплачивать и без того крепкую и счастливую семью, так и объединять супругов, которые не ладят между собой. Но при этом дети не влияют на умение родителей договариваться между собой, слушать и понимать друг друга и т.д. Главное между супругами – это любить друг друга и научиться взаимодействовать между собой так, чтобы эти отношения удовлетворяли обоим. Ребенок в этом случае будет еще одним источником радости для родителей и наполнит мощным смыслом их отношения. Если же этого нет, то в большинстве случаев, дети только усиливают разногласия. Вариант, когда семья создается из-за беременности женщины, считается фактором риска для дальнейшего ее развития, т.к. этап адаптации супругов к семейной жизни форсируется, и молодые супруги сразу переходят на другую ступень развития семьи, требующую от них уже сформированного умения общаться, решать конфликты, договариваться, поддерживать друг друга.

В результате опроса 60% студентов отметили стереотип «муж должен содержать жену» (70% девушек и 30% юношей). До революции в мещанском и дворянском сословиях понятие «содержание жены» включало полное материальное обеспечение семьи, т.е. содержание дома, прислуги, выезда (конюшня, лошади, кучер), гувернантки, учителей, няньки для детей, приданое

для дочерей и возможность обучения сыновей и т.д. Во времена советской власти это понятие было, по существу, аннулировано, в лучшем случае муж приносил зарплату, которая обеспечивала только лишь существование жены и одного, двоих детей. Как правило, в семье работали и муж, и жена, обеспечивая тем сносное существование семьи. Таким образом, как правило, содержание семьи было делом совместным. В современном обществе обеспеченные люди могут позволить жене достойное проживание, хотя бы в течение времени воспитания детей. Вопрос о том, нужно ли женщине работать в настоящее время приобрел актуальность и в каждом конкретном случае он решается индивидуально. Основной здесь является идея о том, что в процессе жизни человек должен развиваться, самореализовываться, находить себя и свой жизненный путь. Но, к сожалению, среди современной молодежи часто бытует мнение о том, что главное в жизни – это иметь материальный достаток и жить в свое удовольствие. Конечно же, это не может мешать приобретению психологической зрелости, но вместе с этим «взросления» может и не произойти, если человек ориентируется лишь на получение материального блага. Таким образом, данное суждение о семейной жизни нуждается в психологическом анализе и прояснении понимания его содержания у молодежи.

Утверждение «удел жены – кухня, дети, платья» говорит о том, что женщина должна находиться дома и выполнять хозяйственно-бытовую функцию семьи. С этим согласны 60% опрошенных (79% юношей и 21% девушек). Но, современная женщина зачастую стремится не ограничивать себя домашними заботами, а реализовать себя в трудовой, политической, научной, творческой деятельности. Здесь становится важным вопрос о том, устраивает ли женщину такая позиция мужа и готова ли она отойти на «второй» план, чтобы сделать более комфортной (в бытовом отношении) жизнь своих близких. В период, когда дети маленькие, большинство российских семей живут именно таким образом распределяя семейные обязанности, но и в этом случае необходимо прислушиваться к мнению женщины о своем положении в семье.

Основной критерий, на который следует ориентироваться - это удовлетворенность членов семьи своим положением в ней. Если женщина согласна заниматься только «кухней, детьми и платьями», то это ее выбор, хотя и здесь существует та же опасность, о которой говорилось выше.

55 % студентов отметили, что согласны с утверждением «жена должна во всем подчиняться мужу». Подавляющее большинство тех, кто указал на это – молодые люди, но и некоторые девушки считают также (88% - молодые люди и 12% - девушки). Такое распределение ролей популярно в тех семьях, где муж полностью содержит семью, и является лидером. Также данное положение может наблюдаться в семьях, где отношения между супругами более напоминают детско-родительские отношения, чем супружеские. Еще один вариант – это личностные проблемы одного из супругов, чаще мужчины, требующего беспрекословного подчинения. Как правило, такие семьи являются дисфункциональными и со временем нередко распадаются. Но, если это устраивает обоих партнеров, то в этом нет ничего плохого. Главное здесь выяснить – зачем такое распределение ролей нужно супругам и не мешает ли оно благоприятному развитию, как семьи, так и самих супругов.

Мнение о том, что «в семье жена – шея, а муж – голова: куда хочу, туда верчу» поддержали 60% студентов (99% девушек и 1% юношей). Данное утверждение – это претензия на роль хитрой, мудрой женщины, которая умело управляет своим мужчиной. Такое распределение ролей может быть традиционным для семей, где более мягкий муж и более жесткая жена. Если же говорить о классических семьях, где муж психологически является мужчиной, а жена – женщиной то следует отметить следующее. В «хороших» семьях лидерство является «плавающим» и в каждый момент жизни ответственность за принятие решения берет на себя тот, кто более компетентен в данном вопросе. Здесь необходимо ответить на вопрос о том, зачем мне нужно кем-то «вертеть». Супружеские отношения предполагают согласованность действий, возможность быть услышанным, уважение. Все это теряет свой смысл, если один из партнеров хочет управлять другим. Возможно, что девушки опасаются

того, что в семье муж не будет прислушиваться к их мнению (хотя это может быть оправданным, если девушка ведет себя инфантильно) и таким образом решают заранее повернуть ситуацию в свою пользу. Таким образом, более важным является вопрос о том, как общаются супруги, умеют ли они слушать друг друга, чем стремление руководить кем-то во имя своих интересов.

Предположение «в браке муж должен любить, а жена позволять любить» привлекло внимание 54% студентов (100% девушек). Если говорить формально, то со стороны девушек не предполагается взаимной любви в браке, и подразумевается возможность потребительского отношения к супругу. Но, если проанализировать данное утверждение с психологической точки зрения, то можно предположить, что это, скорее всего, говорит о страхе эмоционально привязаться к человеку и не получить равноценного отношения к себе, стать эмоционально зависимой. Подобный страх формируется еще в детстве, когда родители не удовлетворяют потребность ребенка в безопасности, внимании, эмоциональном общении (теория Дж. Боулби и М. Эйнсворт). С другой стороны, подобное желание может говорить о плохом понимании себя и всей предстоящей ситуации, т.к. девушки соглашаются жить с нелюбимым человеком и предполагают, что будут чувствовать себя комфортно в подобной ситуации.

Стереотип «бьет – значит любит» известен на Руси с давних времен и является символом неравенства полов и угнетения женщин. Вместе с этим 43% студентов выбрали его как одно из представлений о семейных отношениях (80% юношей и 20% девушек). Данное утверждение является оправданием агрессии партнера и опасность состоит в том, что многие люди при этом верят, что такое больше не повторится, обидчик изменится и будет проявлять свою «любовь» по-другому. Конечно, такой вариант возможен, но при условии, что партнер сам осознает деструктивность своих действий и захочет измениться к лучшему. Но если девушка оправдывает его, то вероятность изменений становится очень низка, и агрессия может даже прогрессировать. Ударить – это показать свою слабость, отсутствие умения выразить накопившиеся чувства по-

другому, отсутствие уважения к партнеру. Отношение к физическому насилию должно быть однозначным и твердым.

Структура семинара – тренинга по преодолению стереотипов семейной жизни у молодежи

1. Знакомство.

Каждому участнику выдавался бейдж, на котором он должен был написать свое имя. Далее оговаривались традиционные правила работы в группе:

2. Психогимнастическое упражнение.

Чтобы снять напряжение, «разогреться», сплотить коллектив было проведено психогимнастическое упражнение «Встаньте и поменяйтесь местами те кто ...». После проведения упражнения, эмоциональное состояние студентов заметно улучшалось, они становились намного бодрее, общительнее, доброжелательнее.

3. Обсуждение места и роли стереотипов в нашей жизни.

Участникам семинара - тренинга был задан вопрос о том, что такое стереотипы и какие стереотипы есть у них и их знакомых.

В основном студенты определяли стереотип, как сложившееся, устойчивое мнение о ком-то, или о чем-то. А наиболее встречающимся стереотипом в семейной жизни называли то, что мужчина, должен быть главным в семье.

Почти все студенты отметили, что со стереотипами нужно бороться, что они мешают человеку объективно оценивать ситуацию, проблему.

4. Упражнение «Цейманы и Фойманы», показывающее легкость образования стереотипов.

Студентам был прочитан текст с описанием жизни жителей двух стран. Текст назывался «Фойманы и Цейманы». Было отмечено, что текст написан Фойманом. Автор этого текста, а также название стран и жителей – условные; таких названий не существует.

Содержание текста «Цейманы и Фойманы».

Фойманы живут в стране, которая называется Фоймания. Эта страна расположена на острове, омываемом Масайрийским океаном. Жители Фоймании замечательные люди. Дети там редко ругаются и дерутся, а взрослые спокойно работают. Питаются в Фоймании в основном рисом и тарелки Фойманов никогда не бывают пустыми. Погода в Фоймании почти не меняется круглый год - там солнечно и тепло, дует легкий ветер.

Цейманы живут в другой стране, которая называется Цейманией. Эта страна расположена на другом острове омываемом Кайтарийским океаном. Жители Цеймании очень плохие люди. Дети там сорятся и дерутся, а взрослые кричат друг на друга. На работе взрослые делают вид, что работают, а сами сплетничают между собой. Погода в Цеймании всегда ветреная, дождливая, холодная.

После того, как был прочитан текст, было предложено нарисовать в левой части листа типичного Фоймана, а в правой части листа типичного Цеймана

Все молодые люди без исключения рисовали Фоймана милым, радостным человечком, над которым светит солнышко. И совсем противоположную картину: грустного, мрачного Цеймана, на которого капает дождик.

После того, как ребята показывали свои рисунки, им задавались вопросы: «Почему Вы нарисовали Фоймана и Цеймана именно так?», «Почему Вы решили, что Цейманы уродливые, а Фойманы замечательные?».

Целью данного задания являлся показ легкости и быстроты формирования стереотипов.

5. Обсуждение стереотипов семейной жизни (Основная часть работы)

Участникам были предложены для обсуждения 28 представленных ранее утверждений о семейной жизни. Студенты высказывали свое мнение по поводу каждого стереотипа, слушали друг друга, спорили, убеждали в чем-либо других, а также сами меняли свое мнение под действием сказанного участниками. Необходимым является высказывание позиции ведущего, содержащей психологический анализ каждого из представленных утверждений.

6. Обратная связь.

Участники высказывались по поводу значимости данной работы для них, рассказывали о своих впечатлениях от работы в группе.

7. Прощание

Результативность работы определялась по данным, полученным при сравнении ответов студентов на ряд вопросов до и после проведения семинара – тренинга. Полученные данные показали положительные изменения во взглядах студентов на различные стороны семейной жизни.

Помимо этого студентам было предложено написать отзыв об участии в работе. Приводим выдержки из некоторых из них.

«Подобные семинары нужны каждому человеку в любом возрасте. На этом семинаре можно задуматься о своей жизни и задать вопросы, к которым не так часто обращаемся повседневно. С удовольствием пообщалась бы еще и послушала мнение специалиста» (Наталья)

«На мой взгляд, семинар был довольно познавательным и увлекательным. Отвечая на задаваемые вопросы, я более точно сформулировала для себя отношение ко многим вопросам о семье. И даже задумалась о пересмотре своих взглядов на некоторые проблемы. Спасибо» (Ирина)

«Сегодняшнее занятие мне понравилось, мне было интересно слушать разные мнения по поводу сложившихся стереотипов, теперь я смогу на них с разных сторон, до сегодняшнего занятия я не задумывался о стереотипах, но теперь четко сформулировать свои мысли по поводу каждого из них» (Сергей)

«Мне очень понравилось разбираемая нами тема. Действительно стереотипы играют огромную роль в нашей жизни. Я считаю, что некоторые из них просто необходимо преодолевать, устранять и уничтожать. Я рада, что мы эту тему затронули, т.к. с понятием стереотип, каждый должен разобраться» (Юлия)

«Спасибо за интересный семинар. Действительно актуальная тема среди молодежи. Мне очень понравилась форма проведения, т.к. мы смогли все обсудить и высказать свое мнение» (Елена)

«У меня сложилось положительное отношение к данному семинару. Я считаю, что такие занятия необходимо проводить, т. к. они обращают внимание на самые главные и актуальные семейные проблемы, которые так или иначе появятся в жизни, и мы будем к ним подготовлены» (Ольга)

«Очень рада, что сегодня прошло такое мероприятие. Очень интересно, захватывающе. Хотелось бы прийти и просто поговорить об простых вещах, о которых мало задумываются, но они очень много значат в нашей жизни» (Светлана)

«Занятие, позволяющее обсуждение жизненных, бытовых стереотипов - я считаю очень полезными для студентов. Они дают возможность с разных сторон взглянуть на привычные, всем знакомые вещи, увидеть, что-то новое в обыденном, составить более объективное суждение» (Антон)

Материалы интерактивных занятий со студентами

Интерактивное занятие с просмотром и обсуждением фильма «Территория безопасности»

(автор: психолог ЦСПС ННГАСУ доцент кафедры ИФПП канд.психол.наук
С.В.Чеботарева)

Время проведения: 1,5 часа.

Необходимое оборудование: помещение для тренинговой работы, чтобы у участников была возможность свободно передвигаться, медиапроектор для демонстрации фильма (или телевизор), таблички с надписями «Да», «Нет», «Не знаю».

1. Приветствие, обозначение темы занятия, актуальность проблемы (5мин.)
2. Просмотр фильма «Территория безопасности». (35 мин.)
3. Обсуждение фильма (50 мин.)

Ведущий предлагает участникам поразмышлять по поводу поставленных вопросов и высказать свое мнение. Он определяет распределение точек зрения на каждый вопрос, например, «Да» - ставит табличку с ответом справа, сюда будут выходить участники, согласные с утверждением, «нет» - ставит табличку слева, сюда будут выходить участники, не согласные с утверждением, «не знаю» - ставит табличку в середину, чуть дальше – здесь останутся те участники, кто сомневается в своем ответе.

Ведущий озвучивает вопрос и предлагает участникам занять места, соответственно своей точке зрения. Далее, в каждой группе участникам предлагается высказаться в защиту своего мнения. Каждая группа высказывается, участники задают уточняющие вопросы, контрвопросы, ведется обсуждение. Очень важна роль ведущего в этот момент: давая участникам свободно высказывать свое мнение, он направляет их размышления и дает свои комментарии, разъясняет существо вопроса, приводит примеры и доказанные факты, его роль – роль эксперта, который подводит итог рассуждениям.

После обсуждения ведущий предлагает участникам еще раз подумать и ответить на этот вопрос еще раз – возможно, кто-то готов изменить свое первоначальное мнение.

Варианты вопросов для обсуждения:

- Употреблять или не употреблять наркотики – личное дело каждого.
 - Наркоман способен ради Вас бросить употребление наркотиков
 - Зависимость от наркотиков возникает сразу же после первого употребления.
 - Если Вам стало известно о том, что ваш друг (знакомый) употребляет наркотики, стоит ли об этом рассказывать кому-то (например, его родителям)
 - Наркомания – это болезнь.
 - Я сам не употребляю наркотики, а про других мне «все равно».
 - Если ввести уголовную ответственность за употребление наркотиков, наркоманов станет меньше.
 - Если твой друг – наркоман, ты поможешь ему.
 - Можно ли любить наркомана?
 - Может ли наркоман быть другом?
 - Передается ли пристрастие к наркотику по наследству?
 - Может ли наркоман иметь семью, детей?
 - Употребление легких наркотиков не так опасно.
 - Если бы ты узнал, что твой знакомый употребляет наркотики, отвернулся бы ты от него?
 - Тому, кто стал наркоманом, не повезло.
 - Все наркоманы — преступники...
 - Наркотики помогают снять напряжение...
 - Алкоголиков и наркоманов нужно изолировать от общества,
 - Нужно, чтобы наркоманы бесплатно получали чистые шприцы,
 - Наркозависимые женщины не должны иметь детей.
 - Может ли наркоман иметь работу, карьеру?
 - Проблему наркомании решить нельзя, так как нет общества, свободного от наркотиков
 - За распространение наркотиков нужно ввести смертную казнь
 - Нужно легализовать наркотики, тогда проблема решится сама собой
4. Завершается работа общим подведением итогов и формулированием выводов.

**Интерактивное занятия с элементами тренинга «Как сказать НЕТ»,
направленное на выработку навыков противостояния наркотической
провокации**

1. *Приветствие, знакомство с участниками.*

2. *Психогимнастическая игра «Поменяйтесь местами те, кто...»*

Участники рассаживаются в круг. Ведущий задает определенное условие и те, для кого это условие подходит, должны встать со своих стульев и занять другой стул (поменяться местами), при чем на свой стул и стул соседа садиться нельзя. Трудность в том, что стульев на один меньше, чем участников игры, и ведущий

тоже старается занять свободное место. Тот участник, которому не хватило стула – становится ведущим и предлагает новое условие.

Варианты заданий: «Поменяйтесь местами те, кто...»

Кто сегодня рано проснулся

Кто спал менее 6 часов ночью

Кто любит математику

Кто любит отдыхать в ночных клубах

Кто сегодня пил кофе

Кто вчера употреблял алкоголь с друзьями

Кто курит

3. Выработка правил работы для создания атмосферы доверия и безопасности в группе

4. Обсуждение вопросов по теме «Молодежь и наркотики»

Цель: уточнение информации по проблеме, формирование собственной позиции по вопросам.

Варианты вопросов для обсуждения

- все наркоманы — преступники...

- наркотики помогают снять напряжение...

- алкоголиков и наркоманов нужно изолировать от общества,

- нужно, чтобы наркоманы бесплатно получали чистые шприцы,

- зависимые женщины не должны иметь детей.

- курение должно быть запрещено во всех публичных местах,

- марихуана — безопасна

- может ли наркоман иметь семью и работу?

- проблему наркомании решить нельзя, так как нет общества, свободного от наркотиков

- если твой друг наркоман, то как можно помочь ему?

5. Упражнение «Зачем люди употребляют алкоголь или наркотики»

Цель: осознание причин проблемы зависимостей.

Мозговой штурм по поводу причин, побуждающих человека употреблять наркотики и алкоголь. Один фиксирует их на ватмане. Обобщение и анализ того, как можно по-другому удовлетворить свои потребности.

6. Упражнение «Мои проблемы»

Стул (аллегория проблемы). Участнику предлагается перешагнуть через стул (решить проблему) с помощью наркотика. Тем не менее, проблема не решается, и к ней прибавляются все новые и новые трудности (количество стульев, через которые надо перешагнуть, увеличивается).

Обсуждение.

7. Упражнение «Шахматы»

Цель: формирование осознанного отношения к наркотикам и навыки аргументированной защиты своей позиции.

Участники в кругу рассчитываются на 1, 2. Первый говорит: "Да, употребление наркотиков допустимо...", Второй перефразирует: "Как я понял, ты имеешь в виду тот случай, когда..., но я думаю, что употребление наркотиков недопустимо, потому что..." Во втором кругу роли меняются.

8. Упражнение «Провокация»

Цель: исследовать ситуацию наркотической провокации, выработка аргументированной позиции и навыков отказа.

Работа происходит в командах. Участник первой команды называет повод для того, чтобы выпить/покурить, участник из второй должен отказаться, находя убедительные аргументы.

Обратная связь: что было убедительно, а что — нет.

9. Упражнение «Встреча через 10 лет»

Цель: осознание своих желаний в отношении будущего и путей достижения данных целей.

При помощи активного воображения участники представляют свое будущее через 10 лет. По желанию происходит обсуждение «увиденного» и путей его достижения.

10. Упражнение «Комплимент»

Цель: умение видеть сильные стороны у любого, найти нужные слова, чтобы сказать ему об этом, что необходимо для приятного и продуктивного общения.

Скажите комплимент соседу слева. Поблагодарите своего партнера.

11. Обратная связь, прощание

Интерактивное занятие и профилактическая беседа «Наркотики: мифы и реальность» по проблеме отношения студентов к употреблению ПАВ

1. Знакомство – 5 мин. Представляются ведущие и группы присутствующих студентов.
2. Групповая дискуссия об употреблении психоактивных веществ – 35 мин. (включается презентация)

Сегодня мы предлагаем вам поговорить о своем образе жизни, мы возьмем две категории, которые его характеризуют: наркотики и здоровье. Предлагаем вам обсудить и разобраться, могут ли сочетаться наркотики и здоровье. Хочется услышать ваши мнения.

Предлагаю тем, кто считает, что можно попробовать наркотики, а потом бросить, – сесть за этим столом.

А тем, кто считает, что наркотики несовместимы со здоровьем - сесть за этим столом.

Каждый участник группы делится своим мнением и принимает решение о том, вредно употребление наркотиков или нет.

Если участник изменит свое мнение, он по своему желанию может пересесть за другой стол.

Выслушиваются все мнения, обсуждаются. Планируется, что в конце дискуссии все ее участники будут сидеть за одним столом, считающим, что наркотики несовместимы со здоровьем.

Дискуссия “Наркотики: мифы и реальность”	
Мифы	Реальность
Употребление наркотиков. Это возможность попасть в круг избранных.	Человек, употребляющий наркотики, очень быстро оказывается изгоем, его начинают избегать прежние знакомые, друзья. Он оказывается в среде таких же наркоманов, опустившихся людей, преступников.
Алкоголь – удел “низших”, примитивных людей, наркотики употребляет “элита”.	Как алкоголь, так и наркотики разрушительно действуют на мозг человека – ведут к его деградации, причем многие наркотики делают это значительно быстрее, чем алкоголь.
Наркотики способствуют творчеству.	В состоянии наркотического опьянения человеку действительно часто кажется, что он делает что-то гениально. Однако чаще всего это иллюзии. На самом деле, уходя в мир иллюзий, человек перестает заниматься творчеством.
Многие пробовали наркотики, а потом бросили.	Бросить употреблять наркотики часто очень тяжело. Человеку приходится пройти через довольно мучительный процесс “ломки”. Даже от психологической зависимости избавиться тяжело.
Наркотики помогают снять напряжение, расслабиться, улучшить настроение.	Период подъема в наркотическом опьянении сменяется затем состоянием апатии, подавленности, депрессии, тоски, раздражительности, для учащихся это длится значительно дольше.
Я всегда буду знать меру, в любой момент смогу бросить.	Попасть в зависимость от многих наркотиков можно уже после нескольких приемов. Безопасной меры здесь не существует.

3. Информационный блок: алкоголь, никотин – вещества, которые очень сильно влияют на состояние психики человека. При длительном употреблении вызывают зависимость от них. Такие вещества называются психоактивными.

Есть еще одна большая группа психоактивных веществ - наркотики. Это вещества, оказывающие специфическое воздействие на центральную нервную систему (возбуждающее, успокаивающее, галлюциногенное и т.д.). Некоторые наркотики в малых дозах являются лекарствами, поэтому могут

назначаться врачом. Но, их применение допустимо только строго по назначению врача.

Стремясь к достижению определенного состояния, некоторые люди начинают применять наркотики без медицинского назначения, причем масштабы и последствия такого немедицинского потребления являются общественно значимыми. Поэтому эти вещества по закону признаются наркотическими и вносятся в специальный список.

Употребление наркотиков приводит к болезни – наркомании, т.е. к развитию психической и физической зависимости от наркотиков. Употребление наркотиков без назначения врача незаконно. Наркотики могут употребляться в виде таблеток, вводиться внутривенно, вдыхаться, куриться. Любое употребление является опасным.

Все эти вещества вызывают состояние опьянение: нарушается координация движений, речь. Человек делается вялым заторможенным или излишне возбужденным, перестает контролировать себя, не понимает где находится, что с ним происходит. У него могут быть галлюцинации. Этот человек подвергает риску себя и окружающих, его поступки не предсказуемы, мыслительные способности резко снижаются.

Наркоманы утрачивают интерес к учебе, работе, любимым занятиям. Они теряют интерес к близким людям, рвутся их социальные связи.

Вывод:

Употребление наркотиков ведет к болезни. Страдают все внутренние органы человека. Разные наркотики по-разному влияют на органы человека (одни разрушают легкие, другие - печень и т.д.). Безопасных наркотиков не существует. Особенно страдает мозг. При систематическом их употреблении возникает потребность в постоянном увеличении дозы. Большие дозы вызывают сильнейшее отравление организма с глубокими нарушениями психической и физической деятельности.

Для наркоманов характерны: повышенная раздражительность, неустойчивое настроение, дрожание рук, потливость, нарушенная координация движений. У них снижаются умственные способности, ухудшается память, резко падает трудоспособность, слабеет воля, теряется чувство долга. Наркоман деградирует как личность и нередко совершает опасные преступления.

4. Фильм «Точка невозврата» - 5 мин.

5. Тема «Мой образ жизни» - 15 мин.

Какой образ жизни мы ведем? От кого зависит мой образ жизни? *Что такое ЗОЖ?*

Перечислить 5 признаков ЗОЖ (на листочках) - существительные

На доске: выписываем самые часто употребляющиеся слова, подсчет.

Качества личности, которые формирует ЗОЖ

Перечислить 5 качеств личности (на листочках) - прилагательные

На доске: выписываем самые часто употребляющиеся слова, подсчет.

6. Какую акцию вы можете предложить среди студентов нашего университета? (напр., цветок девушке за пачку сигарет предлагает юноша; зарядка ; обучение йоге, танцам в парке...каким я буду через 20 лет - зависит от того, какой образ жизни ты ведешь; Фото делать в вестибюле: дают в руки яблоко и лозунг «Будь здоров!»).

Обсуждение проектов -15 мин.

7. Завершение работы, прощание.

Информационно-просветительский буклет**«Мифы о наркотиках: не дай себя обмануть»**

(автор: психолог ЦСПС ННГАСУ доцент кафедры ИФПП канд.психол.наук
С.В.Чеботарева)

Информационно-просветительская деятельность является одним из неотъемлемых направлений профилактической антинаркотической работы с молодежью. Важнейший компонент профилактики – это формирование когнитивного компонента антинаркотической установки, т.е. убежденности студентов в том, что для сохранения здоровья важно избегать употребления наркотиков, формирование собственной личной позиции неприятия наркотизации как средства манипулирования сознанием, как ложного средства социальной адаптации. При этом важно не только своевременно и адекватно информировать молодого человека о вреде наркотиков и пагубных последствиях наркотизации, но также предоставлять сведения о возможности получения профессиональной помощи в своем вузе и за его пределами. В таком информировании следует избегать запугивания; искажения и преувеличения негативных последствий злоупотребления наркотиками при описании их воздействия; избегать ложной информации, ведь даже после однократной ее подачи вся дальнейшая информация будет отторгаться, и такой подход не даст возможности развивать навыки противостояния наркотизации у молодежи.

Профилактическая антинаркотическая деятельность ведется в ННГАСУ уже более 15 лет. Организаторами антинаркотической работы в ННГАСУ являются Отдел по воспитательной работе и Психологическая служба университета (ПСУ). Профилактическая антинаркотическая работа с молодежью является систематической, реализуется специалистами Психологической службы в течение всего учебного года и включает в себя мероприятия, направленные на поддержание и укрепление физического и психологического здоровья студентов. Информационно-просветительская

антинаркотическая работа ведется в рамках антинаркотической акции «Я выбираю жизнь!», традиционно проводящейся в первой декаде апреля (приурочена к празднованию Всемирного дня здоровья - 7 апреля). В период акции осуществляется распространение информационных буклетов среди студентов.

Представленный буклет «Мифы о наркотиках: не дай себя обмануть» является одним из целой серии антинаркотических буклетов и памяток, разработанных сотрудниками Психологической службы ННГАСУ и используемых в профилактической информационно-просветительской работе. Так же в эту серию входят буклеты «Как противостоять наркотической провокации в компании», «20 способов сказать нет», «Признаки наркозависимой личности», «Если твой друг наркоман» «Что делать, если ты попал в компанию, где употребляют наркотики», «Это сложное слово «нет»», «Полезные телефоны», «Закон есть закон», «Будь Независим» и др.

В буклете представлена информация, развенчивающая распространенные в молодежной среде мифы о наркотиках. Дается информация о полезных телефонах и интернет-сайтах, куда можно обратиться за помощью или за ответами на возникающие вопросы по проблеме наркомании, а также представлена информация о Психологической службе ННГАСУ, куда студенты могут обратиться за психологической поддержкой в трудных ситуациях.

Количественные показатели (охват участников) информационно-просветительской работы

В профилактической антинаркотической работе принимают участие студенты ННГАСУ всех курсов очной формы обучения, а также студенческие объединения, кураторы академических групп, преподаватели, сотрудники библиотеки, заместители деканов факультетов по воспитательной работе ННГАСУ.

Всего в ННГАСУ обучается около 5 тысяч студентов (очной формы). Все они имеют возможность принять участие в антинаркотической профилактике и

получить информационные материалы. В первую очередь в профилактическую работу вовлекаются студенты первых курсов («группа риска»), в т.ч. иногородние и проживающие в студенческих общежитиях.

К организации и проведению распространения информационных буклетов активно привлекаются волонтеры из числа наиболее активных студентов. Ежегодно информационные материалы антинаркотической направленности получают более 500 студентов ННГАСУ.

Популяризация

Начиная с открытия акции и на протяжении всей антинаркотической недели среди студентов распространяются информационные буклеты и листовки с антинаркотическим содержанием. Буклеты и памятки распространяются в фойе, на проводимых интерактивных занятиях антинаркотической направленности (тренинг «Как сказать нет», занятия с просмотром антинаркотических фильмов, профилактические беседы «Наркотики: мифы и реальность»), в актовом зале на итоговом мероприятии акции, а также в буфете, в студенческих столовых и в студенческих общежитиях. Информационные материалы вызвали интерес у студентов, они знакомились с информацией и задавали интересующие вопросы.

Ожидаемые результаты (качественные показатели)

- ✓ разрушение мифов о наркотиках, существующих в молодежной среде, разрушение толерантного отношения студентов к проблеме употребления и распространения наркотиков;
- ✓ повышение информированности студентов о вреде и возможных последствиях употребления наркотических средств, об организациях, оказывающих помощь людям, страдающим наркозависимостью;
- ✓ формирование активной жизненной позиции и установки на здоровый образ жизни студентов.

Собственный вклад

Все информационно-иллюстративные раздаточные материалы (буклеты, памятки) являются авторскими разработками психологов Психологической

службы ННГАСУ. Информация для составления буклета взяты с официального сайта «НЕТ наркотикам» (информационно-публицистический ресурс, созданный при поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям, режим доступа <http://www.narkotiki.ru>).

МИФЫ о наркотиках



НЕ ДАЙ СЕБЯ ОБМАНУТЬ



Полезные телефоны

Нижегородский областной
наркологический диспансер
433-65-24

Телефон Экстренной
психологической помощи
419-50-00

Телефон доверия
по Нижегородской области
«Стоп наркотик»
421-05-48

www.narkonet.ru
www.narkotiki.ru

Если у тебя остались вопросы -
приходи, поговорим

Психологическая служба ННГАСУ
Ул.Ильинская, 65 1 корпус,
комн. 421 Т. 430-06-76

www.nngasu.ru/psy/



#УЧИТЬСЯ ПСИХОЛОГИИ В ННГАСУ

Миф 7 Наркотики – это модно и круто

ПРАВДА: Мы живём в век молниеносных скоростей ярких карьерных взлётов, ошеломительных успехов. Сейчас модно быть уверенным в себе и добиваться поставленных высот: в карьере, увлечениях. Модно делиться этими достижениями в социальных сетях. Миллионы юношей и девушек каждый день выкладывают фотографии своих счастливых лиц. Фото из спортклуба особенно популярны. Правильное питание и красивое, здоровое тело – вот то, что сейчас по-настоящему достойно уважения. Молодёжь выбирает спорт и ЗОЖ.

Здорово быть членом успешной спортивной команды, быть профессионалом, а также и просто заниматься тем, что нравится: футболом, аквааэробикой, хоккеем на траве, йогой. Сейчас круто в свободное время слушать аудиокниги и ходить на тренировки личностного роста. Модно заниматься творческими хобби: скрапбукинг, декупаж, квиллинг, рисовать картины по номерам и т.д.

Всё это по-настоящему круто и достойно уважения! Но этого ничего не будет в жизни человека, обратившегося к наркотии. Наркотик вытесняет из жизни всё лишнее для него. Остается только наркотик. Жизнь человека начинает строиться от поиска до потребления, ни о каком другом интересном и здоровом времяпрепровождении не стоит и говорить. Прожигать жизнь, сгорать изнутри, деградировать – это уже совсем не модно и не круто...

Миф 8 «Потреблять – не продавать. За это не накажут»

ПРАВДА: В Российской Федерации ЛЮБОЕ действие с наркотиком запрещено Законом, предусматривается административная и уголовная ответственность за употребление и распространение наркотических средств.

ОСТОРОЖНО - ЗАВИСИМОСТЬ! ОСТОРОЖНО - ЗАВИСИМОСТЬ! ОСТОРОЖНО - ЗАВИСИМОСТЬ!

Наркотик – это вещество синтетического или растительного происхождения, которое может изменять нормальные функции организма и приводит к психической и физиологической зависимости.

Миф 1 «От одного раза ничего не будет»

ПРАВДА: Уже при первом приёме наркотических веществ происходят необратимые изменения психики: ухудшение памяти, снижение интеллекта, депрессия, раздражительность, сужение круга интересов, исчезает желание что-либо делать, остаётся только тяга к наркоту. Речь идёт о **психической зависимости**. Она возникает **от любого наркотика**. Это ведёт к полной деградации (разрушению) человеческой личности. Существует второй вид зависимости – **физиологическая**, эта зависимость вторична, она наступает позднее. Наркотик «встраивается» в организм, становится его неотъемлемой частью. Организм перестаёт нормально функционировать без наркотика (человек не может даже встать с кровати и умыться), происходит перестройка работы всех органов, в первую очередь страдает головной мозг и ЦНС.

Миф 2 Наркотики помогают общению, сблизжают людей

ПРАВДА: Круг интересов наркомана неизбежно сужается. В конце концов он ограничивается лишь самим наркотиком и всем, что с ним связано. Наркоманов объединяет лишь наркотик. Просто-напросто вместе его легче добывать. У наркомана нет друзей, есть только знакомые! А проблема общения с людьми не исчезнет до тех пор, пока человек не преодолит свою зависимость и робость, и наркотик тут не поможет.

Миф 3 «В жизни всё надо попробовать»

ПРАВДА: Почему-то фраза «попробовать всё» для многих означает «попробовать всё плохое». Задумайтесь. Чтобы убедиться в том, что тигр – опасный хищник, вовсе не обязательно лезть к нему в клетку. Каждый понимает, что этот ценный опыт будет первым и последним в его жизни. Достаточно посмотреть на тигра с другой стороны решётки и знать о последствиях. То же самое и с употреблением наркотика. Зачем пробовать то, что отравит твою жизнь? Есть вещи, о которых мы просто знаем и которые совсем не нужно доказывать. Наркотик – погубит.

Миф 4 Наркотики делятся на «лёгкие» и «тяжёлые»

ПРАВДА: Существование «лёгких» наркотиков ни медицинской, ни международными законами не признаётся. Недаром с греческого языка слово «наркотик» переводится как «приводящий в оцепенение, ступор». Вещество либо признаётся наркотическим, либо нет. И от всех наркотиков формируется психологическая зависимость. Честнее говорить не о «лёгких» и «тяжёлых» наркотиках, а о быстро и медленно убивающих.

Миф 5 Наркомания – это не болезнь

ПРАВДА: В обыденном сознании всё ещё сохраняется стереотип, что это просто «вредная привычка». Но наркомания – это болезнь! Она включена в медицинские справочники и каталоги наряду с любыми другими заболеваниями. По степени тяжести наркомания приравнивается к онкологическим заболеваниям, так как имеет огромный процент смертности – 96% больных умирают.

Миф 6 Наркотики – личное дело каждого

ПРАВДА: употребление наркотиков не может быть личным делом одного человека, наркомания – это социальная проблема

- Семья, в которой появился наркоман, уже никогда не будет прежней. Это общее горе, общая болезнь.
- На приобретение наркотика человек тратит огромные деньги, которые просто так не заработать честно. Большая часть денег приобретается наркоманом сначала аморальным и бесчестным, а затем – и преступным путём.
- Часто человек, употребляющий наркотики, становится не только потребителем, но и распространителем. Один наркоман втягивает в свой ряды от 5 до 10 человек.
- Человек в наркотическом опьянении опасен, может причинить вред здоровью окружающих.
- Наркоманы являются потенциальными переносчиками множества болезней.

Информационно-просветительский буклет**«Закон есть закон»**

(автор: психолог ЦСПС ННГАСУ доцент кафедры ИФПП канд.психол.наук
С.В.Чеботарева)

Представленный буклет «Закон есть закон» является одним из целой серии антинаркотических буклетов и памяток, разработанных сотрудниками Психологической службы ННГАСУ и используемых в профилактической информационно-просветительской работе.

В данном буклете представлена информация, развенчивающая распространенный в молодежной среде миф о юридической безнаказанности употребления наркотиков. В молодежной среде бытует мнение, что преступлением является только распространение (сбыт) наркосодержащих веществ, а употребление и хранение – личное дело каждого. В буклете представлена информация, что любое действие с наркотиком запрещено в законодательстве РФ и об административной и уголовной ответственности за перечисленные действия.

Так же в буклете дается информация о полезных телефонах, куда можно обратиться за помощью или за ответами на возникающие вопросы по проблеме наркомании, а также представлена информация о Психологической службе ННГАСУ, куда студенты могут обратиться за психологической поддержкой в трудных ситуациях.

Ожидаемые результаты (качественные показатели)

- ✓ разрушение мифа о безнаказанности употребления наркотиков, существующего в молодежной среде, разрушение толерантного отношения студентов ННГАСУ к проблеме употребления и распространения наркотиков;
- ✓ повышение информированности студентов о возможных административных и уголовных последствиях употребления, хранения и сбыта наркотических

средств, а также об организациях, оказывающих помощь людям, страдающим наркозависимостью;

- ✓ формирование активной жизненной позиции, установки на здоровый образ жизни и законопослушное поведение студентов.

Собственный вклад

Информационно-иллюстративный раздаточный материал (содержание, дизайн) является авторской разработкой психологов Психологической службы ННГАСУ. Информация для составления буклета взята с официального сайта Управления по контролю за оборотом наркотиков (УКОН МВД РФ) и сайта «НЕТ наркотикам» (информационно-публицистический ресурс, созданный при поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям).

Социальные ограничения

Лицо, употребляющее наркотики, не может:

- Получить права и водить автомобиль
- Работать в силовых структурах (ВС, ФСБ, Нац.гвардия)
- Работать в правоохранительных органах, в полиции, МЧС
- Работать в службах специальной связи, инкассатором, в военизированной охране
- Работать там, где предполагается использование взрывчатых веществ и существует опасность пожаров (опасные производства)
- Работать с электросетями, в системе метрополитена и железнодорожных перевозок

Зато придется регулярно посещать врача-нарколога

Законодательством РФ предусмотрены учет в наркодиспансере и возможно принудительное лечение.

**ТЕБЕ НУЖНЫ
ЭТИ ПРОБЛЕМЫ?**

Полезные телефоны

Городская наркологическая больница
253-66-36

Нижегородский областной наркологический диспансер
433-65-24

Телефон Экстренной психологической помощи
419-50-00

Телефон доверия по Нижегородской области «Стоп наркотик»
421-05-48
www.narkonet.ru
www.narkotiki.ru

Если у тебя остались вопросы - приходи, поговорим

Психологическая служба ННГАСУ
Ул.Ильинская, 65 1 корпус, комн. 421
т. 430-06-76

www.nngasu.ru/psy/



#УЧИТЬСЯ ПСИХОЛОГИИ В ННГАСУ



Психологическая служба

ННГАСУ

**ЗАКОН
ЕСТЬ ЗАКОН**



Юридический ликбез

Законодательство РФ в области немедицинского употребления наркотиков

В Российской Федерации ЛЮБОЕ действие с наркотическими веществами запрещено законом

АДМИНИСТРАТИВНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Наказание за употребление наркотиков в российском законодательстве имеет цель не просто призвать нарушителей закона к ответственности, но и помочь им осознать всю опасность ситуации.

За употребление наркотических и психотропных веществ в настоящее время не предусмотрено уголовной статьи и лишения свободы. Лицу, употребляющему наркотики, грозит административная ответственность согласно Кодекса об административных правонарушениях (КоАП):

Ст. 6.9 - запрещает употребление психотропных, психоактивных и наркотических веществ, если они не назначены врачом для лечения пациента;

Ст. 20.20 - устанавливает ответственность за употребление наркотиков в местах общественного пользования, а также за отказ от медицинского обследования по требованию должностного лица;

Ст. 20.22 - регламентирует ответственность за употребление наркотиков несовершеннолетними.

Административное наказание за употребление наркотических препаратов согласно Ст. 6.9 КоАП РФ проявляется в виде штрафных санкций и составляет 4-5 тыс. рублей. Административным способом наказания может быть арест на 15 суток.



Ст.228 Уголовного кодекса РФ

«Незаконное приобретение, хранение, перевозка, изготовление, переработка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов» предусматривает наказание в виде:

Штрафа в сумме 140 тыс.руб.

Прохождения исправительных работ на 2 года.

Лишение свободы на 3 года.

В том случае, когда деяние совершено в особо крупном размере, то наказанием будет лишение свободы на 10-15 лет плюс штраф до 500 тыс.руб. или сумма дохода за 3 года.

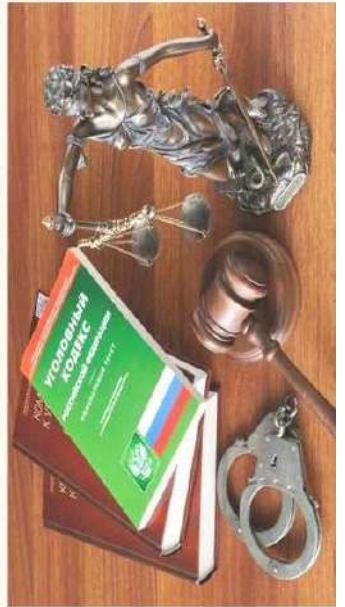
Ст.232 Уголовного кодекса РФ

«Организация ... приютов или ... предоставления помещений для потребления наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов» предусматривает наказание:

Ч.1 ст.232 УК РФ торимное заключение на 4 года.

Ч.2: если преступление совершено группой лиц, предварительно договорившихся о деянии, то каждого участника ждет лишение свободы на 6 лет.

Ч.3: совершение данного преступления в составе организованной группы - лишение свободы на 7 лет.



Ст. 230 Уголовного кодекса РФ

«Склонение к потреблению наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов» предусматривает наказание

Ч.1: Ограничение в свободе в течение 3 лет.

Арест на полгода.

Лишение свободы на 3-5 лет.

Ч.2: то же преступление, совершенное группой лиц по предварительному сговору или организованной группой, либо с применением насильственных действий или с угрозой их осуществления, либо в отношении двух или более лиц.

Лишение свободы на 5-10 лет.

Ч.3: такие же преступления, совершаемые в отношении несовершеннолетнего лица либо повлекшие смерть по неосторожности или другие тяжкие последствия, наказываются. Лишением свободы на 10-15 лет.

Могут добавлять запрет на деятельность на период до 20 лет.



Информационно-просветительский буклет**«Признаки наркозависимой личности»**

(автор: психолог ЦСПС ННГАСУ доцент кафедры ИФПП канд.психол.наук
С.В.Чеботарева)

Представленный буклет «Признаки наркозависимой личности» является одним из целой серии антинаркотических буклетов и памяток, разработанных сотрудниками Психологической службы ННГАСУ и используемых в профилактической информационно-просветительской работе.

В данном буклете представлена информация о признаках наркозависимой личности, о тех личностных изменениях, изменениях физического состояния, изменениях поведения и образа жизни человека, по которым можно понять, что человек употребляет наркотические вещества. Эта информация может быть полезной для раннего выявления случаев наркоупотребления в молодежной среде для своевременного оказания помощи таким лицам.

Так же в буклете дается информация о полезных телефонах, куда можно обратиться за помощью или за ответами на возникающие вопросы по проблеме наркомании, а также представлена информация о Психологической службе ННГАСУ, куда студенты могут обратиться за психологической поддержкой в трудных ситуациях.

Буклет адресован студентам, кураторам студенческих групп, преподавателям и другим специалистам, работающим с молодежью.

Ожидаемые результаты (качественные показатели)

- ✓ повышение информированности студентов о личностных изменениях, изменениях физического состояния и изменениях поведения и образа жизни человека, по которым можно понять, что человек употребляет наркотические вещества. А также информирование об организациях, оказывающих помощь людям, страдающим наркозависимостью;

- ✓ разрушение толерантного отношения студентов ННГАСУ к проблеме употребления и распространения наркотиков;
- ✓ формирование активной жизненной позиции, установки на здоровый образ жизни и законопослушное поведение студентов.

Собственный вклад

Информационно-иллюстративный раздаточный материал (содержание, дизайн) является авторской разработкой психологов Психологической службы ННГАСУ. Информация для составления буклета взята с официального сайта Управления по контролю за оборотом наркотиков (УКОН МВД РФ) и сайта «НЕТ наркотикам» (информационно-публицистический ресурс, созданный при поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям).

Специфические находки:

- ◇ порошок, упакованный в маленькие свертки; кусочки темнокоричнево-массы, упакованные в целлофан;
- ◇ зеленый порошок, упакованный в спичечные коробки;
- ◇ лекарственные препараты снотворные, успокаивающие средства;
- ◇ разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности символами;
- ◇ марки, не очень похожие на почтовые;
- ◇ шприцы и упаковки от них;
- ◇ ложки со следами подогревания на огне.



Полезные телефоны

Городская наркологическая больница
253-66-36

Нижегородский областной наркологический диспансер
433-65-24

Телефон Экстренной психологической помощи
419-50-00

Молодежный телефон доверия
433-09-69



Здесь смогут помочь

Психологическая служба
ННГАСУ
1 корпус, комн. 421
Т. 430-06-76



ННГАСУ

Психологическая служба

Признаки наркозависимой личности

как определить по психологическим признакам, что человек стал наркоманом?



Сигналы опасности

Личностные изменения

- ◇ Резкие перепады настроения
- ◇ Раздражительность, скрытность, враждебность, замкнутость, урюмость
- ◇ Импульсивность, сверхактивность, повышенная нервозность
- ◇ Потребность в немедленном удовлетворении своих желаний
- ◇ Нарастание социальной изоляции, все большее охлаждение к прежним друзьям
- ◇ Отказ обсуждать свои проблемы
- ◇ Новые знакомства, тяга к тем, кто намного старше, имеет странные в поведении, к наркоманам
- ◇ Равнодушие к учебе, спорту, прежним увлечениям
- ◇ Лживость
- ◇ Потеря чувства времени
- ◇ Отрицание того, что наркотики могут принести вред

Сигналы опасности

Изменения в физическом состоянии

- ◇ Потеря веса
- ◇ Утомляемость, утренняя слабость на фоне вечерней активности
- ◇ Частые простуды, грипп, желудочно-кишечные боли, судороги, головокружения, обмороки, потеря сознания
- ◇ Бессвязная, невнятная или быстрая торопливая речь
- ◇ Воспаленные, налитые кровью отекающие или «стеклянные» глаза
- ◇ Расширенные или суженные зрачки, недостаточная подвижность глаз
- ◇ Нарывы и болячки вокруг ноздрей
- ◇ Сухость во рту, чихание, кашель
- ◇ Следы уколов на теле
- ◇ Постоянное использование одежды с длинными рукавами
- ◇ Бесцветные пальцы
- ◇ Повышенная потливость, пренебрежение личной гигиеной

Сигналы опасности

Изменения в привычках и образе жизни

- ◇ Необъяснимые отлучки
- ◇ Неспособность даже приблизительно определить время своего отсутствия
- ◇ Игнорирование семейных праздников
- ◇ Неожиданный рост аппетита или его потеря, страстная потребность в сладком
- ◇ Изменения в режиме сна и бодрствования: спит днем и бодрствует ночью
- ◇ Кражи и распродажа домашнего имущества, вымогательство денег
- ◇ Обильное употребление в речи сленга и непонятных терминов
- ◇ Частое проветривание комнаты, использование благовоний, освежителей, дезодорантов для устранения наркотических запахов
- ◇ Ухудшение успеваемости
- ◇ Сонливость на занятиях

Чеботарева Светлана Викторовна
Зинина Снежана Михайловна
Булатова Елена Анатольевна
Зими́на Ната́лия Александровна

Система социально-воспитательной и психолого-
педагогической работы по профилактике наркотической и
других видов зависимостей у студентов вуза: опыт ННГАСУ

Учебно-методическое пособие

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет»
603950, Нижний Новгород, ул. Ильинская, 65.
<http://www.nngasu.ru>, srec@nngasu.ru