

Какую жизнь выбирают современные школьники?

Какую жизнь выбирают современные школьники? Опыт работы МБУ ДО «ЦППМиСП» г.Алексин в рамках антинаркотического месячника.

Педагог-психолог МБУ ДО «ЦППМиСП» г.Алексин

Пояснительная записка.

Распространенность употребления психоактивных веществ (далее - ПАВ) среди несовершеннолетних и молодежи на протяжении многих лет продолжает оставаться одной из ведущих социально значимых проблем нашего общества. Анализируя данные социологического исследования, проводимого специалистами МБУ ДО «ЦППМиСП» г. Алексина в 2013-2018 г. г. и сравнивая их с данными коллег из областных Центров диагностики и консультирования по Тульской области в целом, мы можем говорить, что первая проба наркотиков чаще всего происходит в возрасте от 13 до 18 лет (средний возраст 15,6 лет). В младшем школьном и подростковом возрасте дети очень любознательны, активно “познают мир”, в то же время они еще очень доверчивы, полны ощущения собственной неуязвимости. Из-за этих особенностей они нередко могут попадать в опасные для жизни ситуации. Поэтому встает необходимость предупреждения начала экспериментирования с токсическими веществами, вызывающими зависимость, обучения детей навыкам безопасного поведения, навыкам сохранения жизни, здоровья и психологического благополучия в разных ситуациях. В статье представлен опыт проведения мероприятий в рамках акции «Выбор за нами» с целью профилактики ПАВ среди школьников. Практика может быть полезна психологам, социальным педагогам, вожатым и воспитателям детских оздоровительных лагерей.

Какую жизнь выбирают современные школьники?

С 3 по 15 июня специалистами Центра психологии г.Алексин Тульской области на базе школьных оздоровительных лагерей прошла акция профилактики употребления психоактивных веществ среди школьников «Выбор за нами». Я являюсь куратором акции и хочу поделиться полученным опытом.

Современный мир предлагает широкий круг времяпровождения для школьников, и как не ошибиться, провести время с пользой? Нужно ли вести активный и здоровый образ жизни и как не стать зависимым? Вместе с нашими психологами школьники искали ответы на эти вопросы.

Возраст большей части детей, которая наполняет школьные лагеря – младший школьный. Работа психолога в данном направлении и с этой категорией детей особенная. Младшие школьники обычно воспринимают мир в диаметральных понятиях: "хорошо - плохо", "правильно - неправильно" и т.п. Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка противопоставляться всему светлому, доброму, приятному, полезному. Образность мышления младшего школьника позволяет ему увидеть то, что говорит взрослый, более ярко, фантастично, сказочно. И здесь специалистами логично используется метод сказкотерапии. Психологическая сказка позволяет погрузиться в ситуацию глазами сказочного героя, вместе с ним решать сказочные задачи и находить самые невероятные решения, призывать волшебных помощников для волшебного завершения и вместе с тем

делать вполне реальные жизненные выводы. В ходе сказочного путешествия ребятам предстояло создать (нарисовать) волшебную ракету и отправиться на ней в сказочное путешествие.

Почему же бедствие обрушилось на Планету Гармонию? С давних пор злые чародеи Пагубус, Никотинус и Алкоголиус пытались покорить живые существа, сделав их своими рабами. Началось это давно. Решили злые чародеи погубить планету Гармония. Сели они в тронном зале своей страны Нездоровья, главная фея Болезнь взмахнула своей рукой и заговорила.

– Мы собрались с вами здесь, что бы что бы решить важный вопрос. Мне кажется, пора завоевать не только отвратительное царство здоровья, но и всю вселенную.

- Как верно, как правильно – зашушукались злые чародеи. – Давно надо было это сделать.

-Но сделать это нелегко! Ведь у Здоровья сильная армия и живые существа, в том числе людишки, просто так не сдадутся. Нужно что то придумать.

И тогда Пагубус, Никотинус и Алкоголиус предложили свой план. – Мы первые отправимся на Гармонию и поработим её жителей. А затем пригласим на планету и всех остальных –и вас, сударыня Болезнь,и вас, сударыня Старость.

– А чего это вы первые? Вас же разоблачат!

– Да нет же, - ответили злые чародеи – Посмотрите, как умеем мы маскироваться! Сняли Пагубус, Никотинус и Алкоголиус свои черные плащи и перевернули их на изнанку, внутренняя сторона была вышита изумительными шелками, бисером, они сверкали на солнце привлекая внимание, манили волшебными красками и казалось рисунок постепенно меняется. – В таком одеянии мы обманем любого. Ведь мы появимся в образе прекрасного друга, который развеселит, утешит, пройдет слишком много времени пока житель планеты Гармония поймет, что скрывается за красивой стороной плаща. А скрываетесь там вы, мои дорогие друзья, злые силы – Болезнь, Нищета, Горе, Старость...

Все злобно захихикали.

-Ну что же, в путь! Желаю вам удачи! - произнесла Болезнь.

В тот же час злые чародеи оседлали коней и выехали из царства. Так началась борьба злых чародеев со здоровьем и счастьем жителей планеты Гармонии. На первый взгляд все злые чародеи разные. Однако раскидывают свои сети, запутывая свою жертву, совершенно одинаково. Вывернув свой волшебный плащ на изнанку, приходят они к жителю любой планеты. «Познакомься со мной, - предлагает любой из них – я смогу дать тебе то, что никто не даст. Со мной ты позабудешь горе, неудачи, а если у тебя радость, со мной она станет гораздо сильнее. Говорят, что я опасен? Ерунда! Посмотри, что во мне опасного? И я не заставляю дружить со мной тебя вечно. Попробуешь и хватит, ничего страшного не произойдет. Ну, смелее!» Порой невозможно устоять от такого соблазна. «Действительно, -думают иные, -почему б не попробовать разок?» Коварные братья-чародеи только этого и ждут. Им нужно любой ценой пробраться в организм для того что бы разрушить его. Житель, попавший в сети дурману, теряет здоровье, теряет волю. Он полностью подчиняется злобным чарам. Он теряет друзей, его не радует первый снег, не огорчают слезинки мамы на щеке. Житель любой планеты, попавший в сети к злым чародеям становится их рабом. Он причиняет вред не только себе, но и всем вокруг. Если он дружит с Злыми чародеями, то он теряет силы, а значит не сможет быть опорой для своих постаревших родителей, не сумеет защитить свою семью и детей. Наоборот, этот человек будет нуждаться в постоянной помощи.

Далее ребята обсуждали, почему жители Гармонии поддаются соблазну и как не согласиться на дружбу с черными злодеями.

Все участники тренинга проявили себя дружными, ловкими, смелыми, внимательными и с помощью своих положительных качеств изгоняли злых чародеев Пагубуса, Никотинуса и Алкоголиуса с Планеты Гармонии. Подобно червяку, который точит дерево изнутри, пагубные привычки подтачивают здоровье человека. Каждый из ребят сделал выбор – хочет ли он быть деревом с мощной кроной и крепкими корнями или же сухим стволом и безжизненными ветками. Своё дерево ребята представили в своём воображении, а затем изобразили с помощью современного метода арт-терапии (работа с тканью). Получились замечательные лиственные деревья. Вместе со сказочными персонажами ребята преодолели трудности и в награду получили возможность создать свою индивидуальную мандалу в технике "эбру"(рисование на воде). У ребят получились очень яркие, красочные, разнообразные работы. В завершение встреч школьники желали друг другу побольше таких же цветущих моментов в жизни, как их мандалы. Все желающие запечатлели себя на память в общей фотографии.

Подростки – это иная категория слушателей. Известный философ и педагог Джон Дьюи отмечает, что в структуре личности подростка нет ничего устойчивого, окончательного и неподвижного. В ней переход - всё течёт. И большая часть первых проб приходится именно на подростковый возраст. Выполненная ранее диагностика показывает, что информированность в области употребления психоактивных веществ не достаточно высокая. С подростками были развеяны мифы о психоактивных веществах. Каждый имел таблички с надписью «нет», «да», «сомневаюсь» и мог выразить своё мнение по поводу следующих утверждений: «в жизни надо попробовать всё», «употребляя наркотики, попадаешь в круг «избранных», «пиво – не алкоголь», «наркотик – это предательство», «употреблять наркотики и алкоголь – личное дело каждого». С помощью инструмента Метафорические Ассоциативные Карты был составлен портрет зависимого молодого человека и оценены возможные перспективы в жизни (карьера, создание семьи, возможность путешествовать и иметь хобби). Мы говорили не только о зависимостях, но и о том, как хорошо жить без употребления алкоголя, наркотиков, без табакокурения. О том, что существует много конструктивных способов снять стресс и достичь психологического комфорта. О том, что в компании увлеченных, заинтересованных спортом, искусством сверстников общаться приятнее, чем среди тех, кто употребляет пиво и другие спиртные напитки.

Всего было проведено пять тренингов и ни один из них не повторялся, так как спектр мыслей, эмоций суждений участников в каждой группе был уникален. Объединяло всё мероприятия общее действо: в конце каждой встречи у ребят был выбор – открыть одну из трёх дверей в то будущее, которое они хотели бы иметь и обосновать свой выбор. За красной дверью жизнь полная удовольствий, развлечений, шумных компаний, ночных клубов. За желтой дверью жизнь, в которой ждет успех и признание, но для этого надо много и усердно трудиться. За зеленой дверью открывается неизвестность. За неизвестностью могут прятаться спокойная семейная жизнь, путешествия, богатство, а может быть и достаточно ухабистая дорога, на которой достаточно много преград. Подводя итог можно отметить, что 60% детей выбрали успешную жизнь; 30% выбрали зеленую дверь и, открыв ее, хотели бы путешествовать, приобрести новые умения и навыки, развить свои способности и таланты; 10% учащихся выбрали дверь, за которой их ждет только веселье и развлечения.

Список литературы:

1. Гусева, Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей [Текст]: программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами / Н.А.Гусева. – СПб.: Речь, 2005. – 256 с.
2. Лидерс, А.Г. Психологический тренинг с подростками [Текст]: учеб, пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.Г.Лидерс. – М.: Академия, 2003. – 256 с.
3. Максимова, Н.Ю. Психологическая профилактика алкоголизма и наркомании несовершеннолетних [Текст]: учеб, пособие / Н.Ю.Максимова. – Ростов н/Д: Феникс, 2000. – 384 с.
4. Шевцова, И.В. Упражнения и рекомендации для тренинга личностного роста [Текст]: сборник авторских упражнений / И.В. Шевцова.- СПб.: Речь, 2007. – 192 с.
5. Кулагин, И.Ю. Возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека [Текст]: учеб, пособие для студ. высш. уч. завед./ И.Ю.Кулагин, В.Н.Коллюцкий.- М.: Сфера, 2004.- 464 с.
6. Профилактика наркомании у подростков [Текст]: от теории к практике/ Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский, И.И. Хажилина, Н.С. Видерман. – М.: Генезис, 2001. – 216 с.
7. Образование в области профилактики аддиктивных форм поведения [Текст]: организационно-методическое пособие / Б.И. Хасан, Н.Н.Дюндик, Е.Ю. Федоренко и др. – М.: Вариант, 2003. – 335 с.
8. Программы дистанционного образования для учреждений профессионального образования по вопросам профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних и молодежи [Текст] / В.И. Слободчиков, В.К. Рябцев, В.В.Зарецкий и др. – М.: Академия АПКИПРО, 2002.- 252 с.
9. Программа профилактики наркозависимости «Сталкер» [Текст]: методическое пособие по профилактике вовлечения в аддиктивные формы поведения детей и подростков /Н.А.Зубова, В.Ю.Ледина, А.В.Черниговский - СПб.: НПФ Амалтея, 2003.- 150 с.