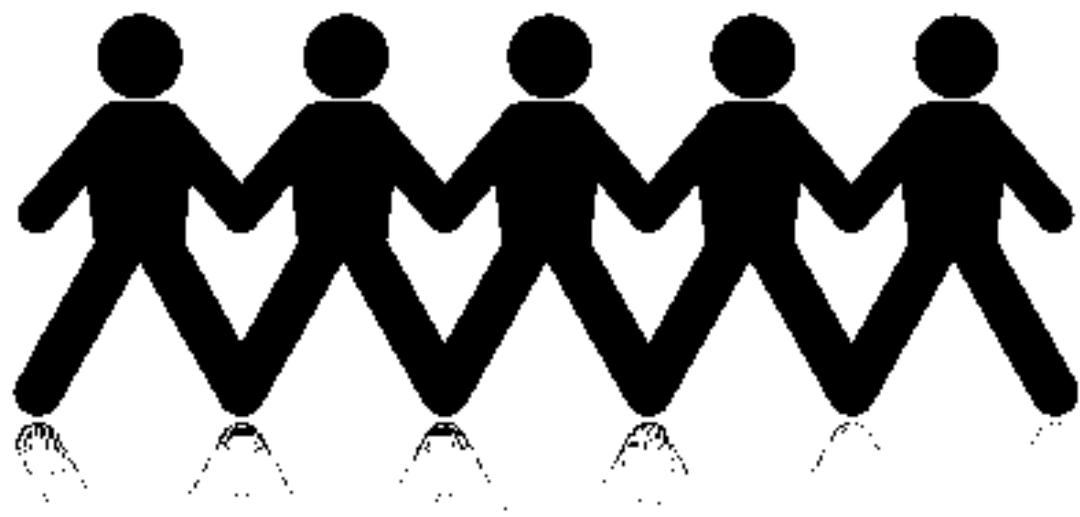


Окружной семинар для ответственных за воспитательную работу в образовательных организациях
Кинельского округа

ПРОФИЛАКТИКА РАЗНЫХ ВИДОВ ЗАВИСИМОСТЕЙ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

24.12.2021г.



ЗАВИСИМОСТЬ (аддикция)

Навязчивая потребность совершать определенные действия, несмотря на неблагоприятные последствия медицинского, психологического или социального характера.



Условия формирования зависимости

**Чувство внутренней тревоги и чувство
неудовлетворенности**

**Особенности
характера**



Удовольствие

**Степень
внушаемости**

Виды зависимостей

- химическая (алкоголь, табак, наркотики и др.),
- игровая,
- пищевая,
- информационная,
- эмоциональная



Признаки возникновения зависимости

- прогуливание занятий или неожиданное и как бы беспричинное снижение успеваемости в школе;
- резкое изменение круга друзей;
- потеря интереса к вещам, которые раньше были для подростка важными: к хобби, к учебе, к спорту, к друзьям;
- потеря аппетита, снижение веса;
- лживость, отказ сообщать о своем местонахождении;
- появление скрытности в поведении;
- невнятная речь;
- немотивированность и нехарактерные приступы сонливости;
- необычные реакции, например, раздражение, агрессивность, вспыльчивость или чрезмерная раскованность и болтливость;
- неожиданные перемены настроения от активности к пассивности, от радости к унынию, от оживленного состояния к вялому и инертному;
- исчезновение денег или ценностей из дома;



**Воспитывайте в ребенке
самостоятельность,
критический взгляд на происходящее,
поощряйте инициативность.
Это лучшая профилактика
зависимостей.**



Безопасность детей в сети Интернет



Что такое медиабезопасность?

МЕДИА – среда (СМИ, телевидение, интернет, радио)

БЕЗОПАСНОСТЬ – состояние защищенности



МЕДИАБЕЗОПАСНОСТЬ – обеспечение информационной безопасности, человеческого достоинства во всех медиа-услугах современного мира.



1. **Статья 14.1** Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (введена Федеральным законом от 28.04.2009 № 71-ФЗ)
2. Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»
3. Федеральный закон от 13.03.2006 № 38-ФЗ «О рекламе»



К информации, запрещенной к распространению среди детей относится:

- побуждающая детей к совершению действий, представляющих угрозу их жизни и (или) здоровью, в том числе к причинению вреда своему здоровью, самоубийству;
- способная вызвать у детей желание употребить наркотические средства, психотропные и (или) одурманивающие вещества, табачные изделия, алкогольную и спиртосодержащую продукцию, пиво и напитки, изготавливаемые на его основе, принять участие в азартных играх, заниматься проституцией, бродяжничеством или попрошайничеством;
- содержащая сцены насилия;
- отрицающая семейные ценности и формирующая неуважение к родителям и (или) другим членам семьи;
- оправдывающая противоправное поведение;
- содержащая нецензурную брань;
- содержащая информацию порнографического характера.

Риски, которые подвергаются подростки в сети Интернет:

физические

зрение, осанка

психологические

так называемые контентные риски:
сцены насилия, порнографии,
нецензурная лексика, пропаганда
суицида, экстремизма,
преступности

Вовлечение в деструктивные группы в социальных сетях

Деструктивный - разрушительный, сопровождающийся распадом структурных отношений, организационных связей, функциональных зависимостей



**угрозы, насилие;
грубость, унижение;
разрыв отношений;
уход от решения проблем**

Цель - подрыв психологического и физического здоровья, вплоть до истребления

Опасные группы в социальных сетях



ГРУППЫ СМЕРТИ

- «Синий кит», «Разбуди меня в 4. 20», «Тихий дом», «Я в игре», f57, f58, "Рина", "Няпока", "50 дней до моего..."

ОПАСНЫЙ ДОСУГ

- «Беги или умри», зацеперы, Заброшенки, челлендж 24 часа, анорексичные группы, шоплифтинг ...

«Беги или умри»

Суть игры — перебежать дорогу как можно ближе перед движущимся транспортом.



«Зацеперы»

A screenshot of a VKontakte profile for "Красноярские Зацеперы" (Krasnoyarsk Hitchhikers). The profile page includes a navigation bar at the top with "контакте" and "люди сообщества игры музыка". The main content area shows a cover photo of a train, a bio stating "Красноярские Зацеперы котеш жить не ншай зацеперан", and a large photo of people hitchhiking on a green train. The profile also displays "2 фотографии", "2 альбома", and "5 друзей".

«Челлендж 24 часа»

Цель - провести время сутки либо полусутки в общественном месте (ТЦ, кинотеатр, музей, магазин, библиотека, школа и т.д.) и не попасть в поле зрения охраны или видеозаписи.



Деструктивные группы суицидальной направленности:

- МОРЕ КИТОВ
- РАЗБУДИ МЕНЯ В 4.20
- ХОЧУ В ИГРУ!
- НЯ. ПОКА!
- Поколение приунывших детей



Сигналы, что ребенок вступил в опасную группу



Признаки вовлечения:

- меняет свой пароль;
- закрыл группу;
- говорит о конечности своей жизни;
- на странице в ВК счётчик жизни.

Фразы родителей, которые провоцируют запуск программы самоуничтожения

- Я сейчас занят(а), отстань от меня...
- Посмотри, что ты натворил,
- Неправильно! Ну когда же ты научишься?!
- Сколько раз тебе говорить, совсем дурак?!
- Ты сведешь меня с ума!
- Вечно ты во все лезешь!
- Уйди от меня! Встань в угол!
- Прибью тебя! (на языке и в понятии ребенка это звучит как «Убью» и никак иначе!)

Если вы заметили группу, которая вызывает у вас подозрение, зафиксируйте страницу на мобильном телефоне



На компьютере кнопка, а затем вставить, например, в Word



Очень важно!

- Выяснить знает ли он, кто ещё играет в опасные квесты, входит в группы в социальных сетях.
- Сообщить классным руководителям, заместителям директора, директору, обратиться за помощью к специалистам



Если у тебя есть хотя бы
маленькая возможность
помочь другим,
ПОМОГАЙ.

Цель - научить ребёнка говорить **«НЕТ»** и сопротивляться давлению преступных сообществ.



Рекомендации родителям по профилактике вовлечения детей в деструктивные организации

- Почаще говорите с детьми, не оставляйте их наедине с проблемами, страхами, возникающими у них.
- Если ваш ребенок стал напоминать «зомби» обратитесь к специалистам: психологам, психотерапевтам.
- Постарайтесь заранее объяснить ребенку, что порой даже невинное увлечение, то, что ему кажется игрой, может привести его на путь преступления.
- Расскажите ребенку, что он может давать какие угодно клятвы, но если он поделится с вами, это не будет их нарушением, а вы сможете вовремя прийти к нему на помощь.
- Не нужно смеяться над страхами ребенка. Будьте чутки в отношении со своими детьми.

Как помочь ребенку избежать столкновения с нежелательным контентом?

- Приучите ребенка советоваться с взрослыми и немедленно сообщать о появлении нежелательной информации подобного рода.
- Объясните детям, что далеко не все, что они могут прочесть или увидеть в Интернете – правда. Приучите их спрашивать о том, в чем они не уверены.
- Старайтесь спрашивать ребенка об увиденном в Интернете. Зачастую, открыв один сайт, ребенок захочет познакомиться и с другими подобными ресурсами.

Как уберечь ребенка от компьютерной зависимости?

- Как можно раньше привейте отношение к компьютеру как к средству получения знаний, а не эмоций.
- Не стоит совсем запрещать играть в компьютерные игры - подберите логические, развивающие, обучающие игрушки и лимитируйте время игры.
- Обеспечьте ребенка яркой, интересной, насыщенной жизнью (участие в детском представлении, многочисленные кружки, походы в театры, музеи).
- Ребенок должен иметь возможность самовыражаться, сообщать о своих эмоциях без угрозы быть наказанным или получить неодобрительную оценку и у него должна быть возможность удовлетворять потребность в эмоциях.
- Желательно предоставить ребенку возможность адекватного выплеска негативных эмоций, агрессии (спорт, состязательные игры, борьба).

Если вы обнаружили, что ваш ребенок страдает компьютерной зависимостью, не надо его ругать -это не даст нужных результатов. Лучше помогите ему - поговорите, выслушайте, окажите поддержку, побудьте рядом и если ничего не помогает, обратитесь за помощью к специалистам.

Общие рекомендации по обеспечению безопасности детей и подростков в Интернете:

- Расположите компьютер вашего ребенка в месте общей доступности: столовой или гостиной. Так вам будет проще уследить за тем, что делают дети в Интернете.
- Следите, какие сайты посещают ваши дети. Если у вас маленькие дети, знакомьтесь с Интернетом вместе. Если у вас дети постарше, поговорите с ними о сайтах, которые они посещают, и обсудите, что допустимо, а что недопустимо в вашей семье. Список сайтов, которые посещает ваш ребенок, можно найти в истории браузера. Кроме того, вы можете воспользоваться инструментами блокировки нежелательного контента, такими как, например, безопасный поиск Google или безопасный режим на YouTube.
- Расскажите детям о безопасности в Интернете. Вы не сможете все время следить за тем, что ваши дети делают в Сети. Им необходимо научиться самостоятельно пользоваться Интернетом безопасным и ответственным образом.

- Установите защиту от вирусов. Используйте и регулярно обновляйте антивирусное ПО. Научите детей не загружать файлы с файлообменных сайтов, а также не принимать файлы и не загружать вложения, содержащиеся в электронных письмах от незнакомых людей.
- Научите детей ответственному поведению в Интернете. Помните золотое правило: то, что вы не сказали бы человеку в лицо, не стоит отправлять ему по SMS, электронной почте, чате или размещать в комментариях на его странице в Сети.
- Оценивайте интернет-контент критически. То, что содержится в Интернете, не всегда правда. Дети должны научиться отличать надежные источники информации от ненадежных и проверять информацию, которую они находят в Интернете. Также объясните детям, что копирование и вставка содержания с чужих веб-сайтов могут быть признаны плагиатом.

Помните

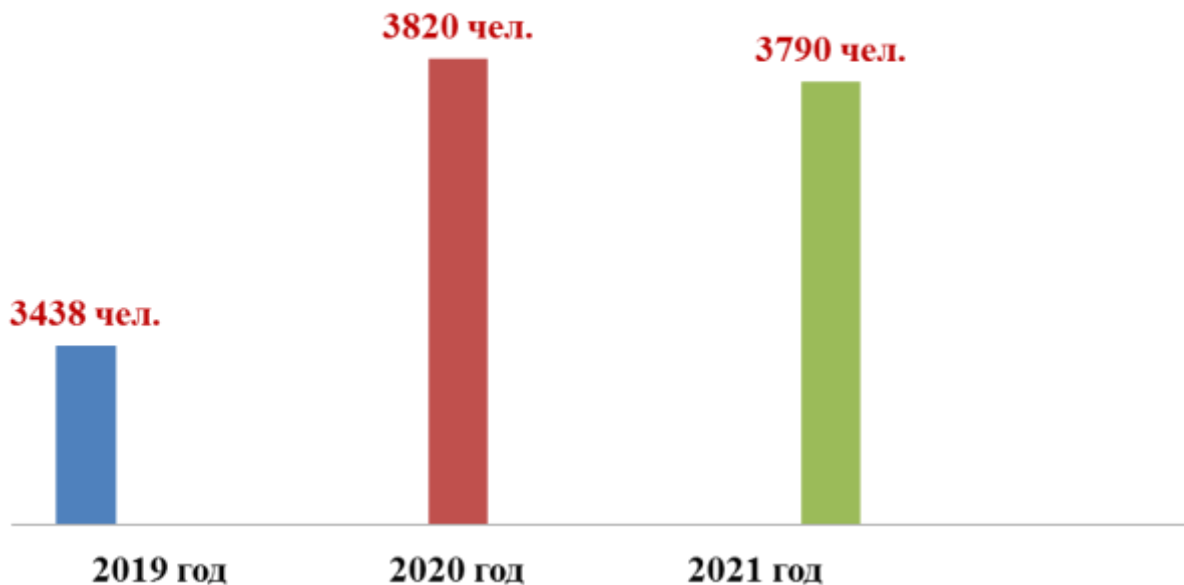


что одним из главных факторов
защиты от вовлечения в
деструктивные группы являются
ЗАНЯТИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ!

Сравнительный количественный анализ результатов социально-психологического тестирования (СПТ) за 3 года

| 2019 год | 2020 год | 2021 год |
|---------------------------------------|-----------|-----------|
| 3438 чел. | 3820 чел. | 3790 чел. |
| Итого за три года – 11048 чел. | | |

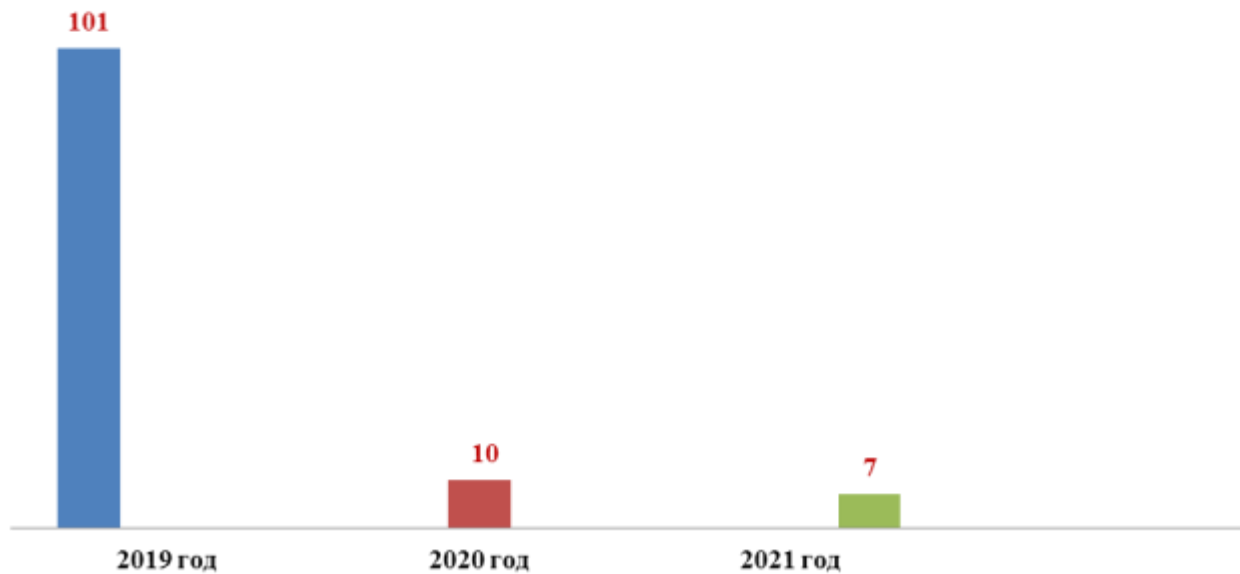
Количество протестированных за 3 года



Количество официальных отказов за 3 года

| форма | 2019 год | 2020 год | 2021 год |
|--------------|------------|-----------|----------|
| А – 110 | 82 | 9 | 7 |
| В – 140 | 9 | 1 | 0 |
| С – 140 | 10 | 0 | 0 |
| Итого | 101 | 10 | 7 |

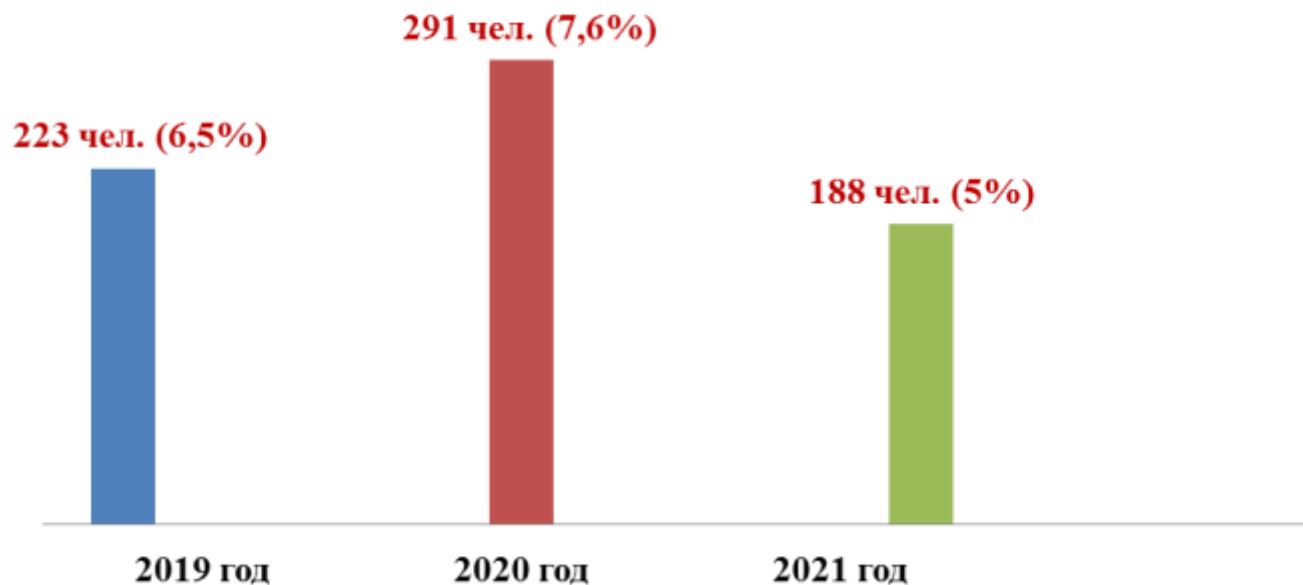
Количество отказов за 3 года



Количество детей «группы риска» за 3 года по результатам СПТ

| форма | 2019 год | | 2020 год | | 2021 год | |
|--------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|-----------|
| | чел. | % | чел. | % | чел. | % |
| А – 110 | 199 | 9% | 259 | 10% | 168 | 6,7% |
| В – 140 | 12 | 1,8% | 20 | 2,8% | 18 | 2,7% |
| С – 140 | 12 | 2% | 12 | 1,9 | 10 | 1,6% |
| Итого | 223 | 6,5% | 291 | 7,6% | 188 | 5% |

Количество детей "группы риска" за 3 года по результатам СПТ



Сводная карта результатов СПТ «___» класса , школы №

| ФИО | Факторы риска | | | | | | | Факторы защиты | | | | | |
|-------|--------------------------------|--------------------------------------|---|--|---------------------------------------|-----------------------|--------------------|-------------------|----------------------------|---------------------------------|------------------------------|-------------------------------|--------------------------|
| | <u>Попребность в одобрении</u> | <u>Подверженность влиянию группы</u> | <u>Принятие асоциальных установок социума</u> | <u>Наркопотребление в социальном окружении</u> | <u>Склонность к риску (опасности)</u> | <u>Импульсивность</u> | <u>Тревожность</u> | <u>Фрустрация</u> | <u>Принятие родителями</u> | <u>Принятие одноклассниками</u> | <u>Социальная активность</u> | <u>Самоконтроль поведения</u> | <u>Самоеффективность</u> |
| 1 | + | + | | | | | + | | - | | - | | |
| 2 | | + | | | | + | + | | - | | - | - | |
| 3 | | + | + | | + | | | | - | | | - | |
| 4 | | + | | | | | | | | | | | |
| 5 | | + | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | - | - | |
| 7 | | | | | | | | | | | | - | |
| 8 | + | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | + | | | - | | | |
| ИТОГО | 2 | 5 | 1 | | 1 | 1 | 3 | | 3 | 1 | 3 | 4 | |

Какую работу проводить для снижения потребности в одобрении?

Диагностика: Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан

Цель профилактических мероприятий: формировать культуру достижений, развитие коммуникативных навыков

Важно: необходима диагностика результатов личностного развития, а не показателей успеваемости; введение портфолио для сбора достижений

Групповая форма работы:

- Классные часы, беседы-дискуссии «Могу ли Я принять решение, отличное от группы?», «Как отстаивать свое мнение?», «Моё мнение о...»
- Проекты: «Культура общения», «Виды коммуникации» (по разным эпохам и странам), «Реконструкция стилей общения, церемоний, ведения диспутов» и «Ораторское искусство прошлого».
- Социальный проект: «Кто Я?», «Какой Я», «Я и другие».
- Развитие ресурсных возможностей каждого обучающегося через вовлечение в разнообразные виды реальной деятельности: экологические проекты, волонтерское движение, искусство, включая медиа проекты, спорт и т.д.
- Оказание помощи в формировании личных стратегий достижения целей

Какую работу проводить для укрепления детско-родительских отношений?

Диагностика: Тест «Подростки о родителях»

Цель профилактических мероприятий: повышение компетенции родителей, вовлечение подростков и родителей в совместную деятельность

Групповая форма работы:

- Родительские собрания на тему: «Мой ребенок - подросток»; цикл консультативных бесед, направленных на выстраиванию эмоционально-положительных детско-родительских отношений: понимания ценностей подростка, уважение к его личности, доверия к его поступкам, осознание взросления ребенка
- Совместные мероприятия с участием родителей и детей (например, совместные спортивные мероприятия, конкурс видео «Наши активные выходные», экологические проекты и т.п.)
- Проект; Семейный дневник для родителей и подростков группы риска
- Акция «Я выбираю профессию» (родители приглашают своих детей и их одноклассников познакомиться с их работой непосредственно на предприятии; подросток вместе со своим родителем проводит экскурсию)

Примерный план совместной работы классного руководителя и педагога-психолога по результатам СПТ

| Направление работы | Мероприятия |
|---------------------------------------|---|
| Организационная работа | <ol style="list-style-type: none">1. Работа по профилактике риска возможного вовлечения в зависимое поведение, связанные с дефицитом ресурсов психологической устойчивости личности (индивидуально с учащимися группы риска, ответственные: классные руководители, педагог – психолог). |
| Работа с классами | <ol style="list-style-type: none">1. Тренинг «Позитивное формулирование своего будущего» (ответственные классные руководители, педагог – психолог).2. Психологический практикум «Коррекция агрессии и аутоагрессии у подростков» (ответственные: классные руководители, педагог – психолог). |
| Работа с родителями | <ol style="list-style-type: none">1. Психологическое консультирование родителей по вопросам взаимоотношений с детьми (ответственные: педагог-психолог, классный руководитель).2. Психологическое консультирование родителей «Формирование у ребенка личностных качеств, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе» (ответственный: педагог-психолог). |
| Консультации обучающихся группы риска | <ol style="list-style-type: none">1. «Повышение уровня жизненного оптимизма».2. «Позитивное формулирование своего будущего».3. «Развитие стрессоустойчивости и навыков совладания со стрессом: принятия решений, обращения за социальной поддержкой, избегания опасных ситуаций».4. «Развитие навыков саморегуляции и самоорганизации личности».5. «Содействие осознания обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни».6. «Систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей». |

Комплексные профилактические программы

| Программа | Цель | Ссылка |
|--|--|--|
| <u>Юдина И.М., Вавилова О.С. Профилактическая психолого-педагогическая программа «Свой выбор!»</u> | Социальное и личностное развитие подростка и профилактика отклоняющегося поведения | <u>http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/yudina/svoy_vybor.pdf</u> |
| <u>Пахомова А.Г. Тренинг для школьников «Если ты окажешься на распутье»</u> | Профилактика рискованного поведения, посредством формирования доброжелательного отношения к жизненным ценностям. | <u>http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/5_8/materials/pahomova/rasput.pdf</u> |
| <u>Дёкина Е.А. Развивающая психолого-педагогическая программа «Личностный рост»</u> | Развитие самосознания и самоисследования старших подростков через межличностное взаимодействие | <u>http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/dekina/rost.pdf</u> |
| <u>Сигачева О.В. Развивающая психолого-педагогическая программа «Перспектива»</u> | Формирование навыков построения конструктивной жизненной стратегии | <u>http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/sigacheva/perspektiva.pdf</u> |
| <u>Петрова С.А. Программа психолого-педагогических развивающих занятий «Формула эмоционального равновесия»</u> | Формирование стрессоустойчивости, развитие навыков самопознания и саморегуляции | <u>http://rpsc-samara.ru/specialist/obuch/9_11/materials/petrova/autoreg.pdf</u> |