

**Методические рекомендации для педагогов по проведению классного часа
в рамках информационно-мотивационной работы
при прохождении социально-психологического тестирования (СПТ).**

Цель классного часа: формирование у обучающихся позитивного отношения к СПТ.

Задачи:

- информирование обучающихся по вопросам социально-психологического тестирования в образовательных организациях;
- формирование позитивного отношения и мотивации к участию в тестировании, минимизация отказов от тестирования;
- формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, профилактики отклоняющегося поведения;
- создание условий для приобретения учащимися нового социального опыта, способствующего личностному развитию и социальной активности учащихся;
- формирования навыков противодействия рискованному поведению.

Для привлечения внимания обучающихся можно развесить объявление на информационных стендах образовательной организации:

Дорогие ребята!

Скоро по всей России пройдет социально-психологическое тестирование. К сожалению, несмотря на актуальность проблемы употребления наркотиков в молодежной среде не все готовы принять в нем участие. Причинами этого могут быть непонимание, сомнения и страхи, лень, распространение мифов.

Приглашаем вас принять участие в классном часе, в котором мы ответим на главные вопросы:

Что такое социально-психологическое тестирование?

Почему важно принять участие?

Вы сможете узнать всю правду о тестировании и развеять мифы.

***Если ты активный, ведешь здоровый образ жизни, хочешь помочь созданию позитивной и безопасной молодежной среды Тулы, и Тульской области,
МЫ ЖДЕМ ТЕБЯ!!!***

Проведение классного часа рекомендуется проводить в эмоционально-комфортной, неформальной обстановке, в свободном помещении (можно сдвинуть парты в классе/аудитории) или же проводить мероприятие в актовом зале).

Примерный план проведения классного часа (содержание (этапы) могут корректироваться с учётом специфики и возможностей образовательной организации):

1. Приветствие, позитивная оценка обучающихся принимающих участие в мероприятии.

2. Психологическая игра, направленная на сплочение, создание позитивного эмоционального настроения обучающихся:

«Мы похожи?»

Цель: дать понять, что люди во многом похожи, но и многим различны, и каждый имеет право быть собой.

Ход игры: участники встают в круг и по очереди обращаются к противоположностоящему игроку, используя две фразы: «Ты похож на меня тем, что...» и «Я отличаюсь от тебя тем, что...». Если количество участников нечетное, педагог может составить пару ученику без пары.

После того как участники по кругу обратились к друг другу круг делится на пополам и образуются две команды.

3. Далее обозначается основная тема классного часа «Социально-психологическое тестирование, как профилактика вовлечения в употребление наркотических средств и ПАВ». Важно объяснить, что данное мероприятие не агитация, а возможность больше узнать о тестировании, развеять страхи и мифы, понаблюдать за собой и узнать новое, а также весело и с пользой провести время.

4. Брифинг «Будь в теме»

Команды выбирают кто из них будут эксперты, а кто дознаватели. Далее раздаются подготовленные материалы, так чтобы участники не видели содержания: дознаватели выбирают вопросы для экспертов (обязательно пронумерованные), а эксперты выбирают ответы (нумерация отсутствует) на вопросы. Когда все готово начинается интервью, журналисты по порядку задают вопросы, а эксперты должны правильно подобрать и ответить на вопрос.

Вопросы и ответы содержатся в приложении 1.

Ребята, которым не достался вопрос могут самостоятельно его придумать и задать, в этом случае сначала эксперты предлагают свой вариант вопроса, если они отвечают неверно им помогает педагог.

5. Далее немного раскрывается тема употребления наркотиков, можно добавить статистические данные. Не стоит давать объемный теоретический материал, чтобы не потерять интереса подростков к мероприятию.

Следом предлагается упражнение «ЗЛОупотребления»

Цель: показать, что причины приобщения к наркотикам могут быть разными, а последствия - одинаково тяжелыми.

Ход упражнения: Первая команда в течение 3-х минут должны записать на листе как можно больше причин, почему люди обращаются к наркотикам. Участники другой команды - как можно больше последствий. Пока группы работают, можно сделать на доске заготовку - рисунок корней и кроны дерева (или используйте заранее заготовленный плакат). После того, как закончится время, участники подгруппы «причины» подходят к доске и пишут получившиеся в корнях дерева. Затем группа «последствия» записывает в кроне

дерева последствия потребления наркотиков. (можно использовать небольшие стикеры, которые удобно приклеивать к доске/плакату).

Возможные ответы обучающихся:

ПРИЧИНЫ: Одиночество; За компанию; Заставили; Чтобы повеселиться; Проблемы в семье; Конфликт с учителем; Показать другим, что взрослый; Жизненная трагедия; Не знал, что ему предлагают; Любопытство; Забыть про проблемы; Болезнь – чтобы было легче; Был пьян – не помнит; Как все; Не смог отказать

ПОСЛЕДСТВИЯ: Потеря друзей; Проблемы в семье; Безденежье; Воровство; Продажа имущества своего и своей семьи; Разрыв с семьей; Болезни, проблемы со здоровьем; Потеря работы; Потеря интереса к чему-либо вообще, кроме наркотиков; ВИЧ/СПИД; Одиночество; Проблемы с психикой; Потеря возможности зачать и родить ребенка; Потеря интереса к жизни; Бродяжничество; Нарушение закона и наказание (тюрьма); Смерть (сам умрет или убьют).

Рефлексия. Обсуждение с участниками темы зависимости, негативном влиянии, последствиях. Важно обсудить тему выбора: употреблять или нет, заниматься тем или иным делом – это самостоятельный выбор каждого человека (мы не будем говорить о случаях, когда человек подвергся насилию или его, вынудили, ведь большинство людей сделали выбор в пользу наркотиков всё-таки самостоятельно). Почему подросток может сделать неправильный выбор? Каждый участник может свободно высказаться на эту тему, независимо от точки зрения необходимо выслушать и попытаться объяснить почему он так думает.

В конце упражнения обратите внимание участников, что СПТ это необходимая и эффективная мера, которая помогает вовремя заметить возникающие проблемы в развитии подростка и предложить своевременную помощь обучающемуся или его семье

5. Следом предлагается игра «Выбор»

Цель игры: показать подросткам, как легко «втянуться» и стать наркоманом и что наркотики – это «игра», в которой невозможно выиграть. Эта цель не озвучивается в начале игры, участникам предлагается проверить свою психологическую устойчивость.

Ход игры: Команды необходимо посадить за столы и раздать каждой по 17 палочек (в качестве палочек могут выступать ручки, карандаши, фломастеры, спички, деревянные палочки или то, что вы сами придумаете).

Педагог стоит по одну сторону стола, а команда - по другую. Между ними на столе лежат 17 палочек в ряд.

Следует сделать вступление: «Сейчас мы с вами сыграем в одну игру. Между нами лежат 17 палочек. Мы по очереди тянем палочки (сначала вы, потом я, потом опять вы, потом я и т.д.) За один ход можно вытянуть 1, 2 или 3 палочки. Чья из сторон возьмет последнюю палочку, та и проиграла партию. Во время игры вы можете советоваться, а можете выдвинуть одного представителя. Ваша цель – набрать как можно больше баллов. Изначально я дам вам 100 баллов. И за каждую проигранную партию вы получите -10 баллов (минус 10), а за каждую выигранную партию +20 баллов. В любой момент вы можете остановиться и перестать играть. Это понятно? Учтите, я очень хорошо играю! Поэтому подумайте: может, вовсе не играть ни одной партии, тогда ваш результат будет 100 очков».

Инструкция для педагога: Педагог всегда начинает партию так: «- Ваша команда готова сыграть следующую партию? (ждитесь четкого положительного ответа от участников), тогда начинайте!»

Ваша цель – ВСЕГДА выигрывать. Если знать хитрости этой игры, это очень легко сделать. Чтобы всегда выигрывать, нужно ВСЕГДА выполнять два простых правила:

1. Каждую партию должен начинать противник, т. е. в каждой партии вы тянете вторым. Первой тянет команда или представитель! Затем – вы, после – снова они и т.д.

2. В сумме с противником нужно вытягивать 4 палочки. Например, противник взял 1 палочку, тогда вы должны взять 3 ($1+3=4$). Команда взяла 2 палочки, тогда вы – тоже 2 ($2+2=4$). Если вы все сделали правильно, то перед последним ходом противника на столе должно лежать 5 палочек, тогда, сколько бы он ни взял, ему всегда достается последняя.

Психологический смысл игры состоит в следующем: Вы втягиваете ребят в игру (по аналогии - в принятие наркотиков), они начинают стремиться набрать как можно больше баллов (незаметно увеличивается доза наркотиков), но они все время проигрывают, т.к. вы знаете решение (наркотики – это «игра», в которой нельзя выиграть). В итоге, больше всего баллов набирают те, кто остановился как можно раньше, или вообще не играл (точно так же и с наркотиками: не пробуйте их, и вы выигрываете!).

Сложности могут для вас возникнуть тогда, когда ребята захотят вторыми вступить в игру. Если команда настаивает, скажите, что правила в игре устанавливаете вы, и напомните, что у них всегда есть право вообще отказаться от игры. Далее, играя партию за партией, вы дожидаетесь, когда команда скажет «стоп!». Можно даже спровоцировать: Бойтесь, что я опять у вас выиграю? Меня совсем несложно выиграть. Может, еще партию? Подумайте! И только если команда четко ответила «Нет!», вы больше к ней не пристаёте.

Заметьте!!! Этот диалог напоминает провокацию принять очередную дозу наркотиков. Когда команда сказала «стоп!», игра заканчивается. Выигрывает команда набравшая большее количество очков.

Рефлексия. Обязательно задаем вопрос почему команда сказала стоп? далее необходимо раскрыть принцип победы (если возникли вопросы можете доказать это сыграв партию). Далее вы рассказываете, как эта игра связана с потреблением наркотиков и психологической устойчивостью: если подросток начинает употреблять наркотики, то втягивается он незаметно, как втягивались подростки в игру. Так как все стремятся получить то, что им обещали: кайф, просветление сознания, подъем сил, а в итоге кайф быстро проходит и возникает ломка. Выигрывает всегда тот, кто втягивает в эту зависимость. Главная задача игры - вовремя остановиться. Первые пробы наркотиков – подростки часто считают игрой. У каждого всегда есть выбор - принимать или нет наркотик, вовремя остановиться и больше не употреблять или подчиниться и стать зависимым. Если задумываться о том, что это игра, в которой подросток обречен на поражение то многие вряд ли приняли первую дозу, пусть даже так называемого самого «легкого» наркотика. В игре под названием «Наркотики» выиграть НЕВОЗМОЖНО! Упоминаем, что тестирование заставляет задуматься, помогает остановиться и сделать выбор за жизнь и здоровье!

5. Следующее, что важно обсудить как отказаться от наркотиков. Обсуждение шагов (можно записать их кратко на доске, или подготовить раздаточный материал с информацией) как отказать, когда тебя о чем-то просят?

– Выслушать другого (его просьбу, предложение) спокойно, доброжелательно.

– Попросить разъяснения, если что-то неясно (спросить: «Что вы имеете в виду?» или перефразировать: «То есть вы хотите, чтобы я..»).

– Оставаться спокойным и сказать «нет». – Объяснить, почему вы говорите «нет».

– Если собеседник настаивает, повторить «нет» без объяснений. (Если вы отказали, человек может попытаться манипулировать вами, вызывая чувство вины. Важно не реагировать на манипуляции и оставаться внутренне сосредоточенным на главном содержании просьбы (предложения) и причине вашего отказа).

– Вовремя заметить и понять, что на вас «давят». Осознать, что вами пытаются манипулировать.

– Не оправдывайтесь и не отвечайте словами, если вы не чувствуете в себе силы (в этом состоянии ваш язык – враг ваш, т.к. слова слишком эмоциональны и не всегда контролируемы вами).

– Будьте уверены в себе и спокойны, не проявляйте агрессивности.

– Смотрите в глаза (если человек отводит от вас / опускает свой взгляд, это уже маленькая победа, стойте на своем и не сдавайтесь).

– Отказ начинайте всегда со слова "НЕТ", всегда повторяйте одну и ту же фразу отказа.

– При усилении давления откажитесь продолжать разговор: "Я не хочу об этом больше говорить".

– Если давление продолжается, желательно покинуть эту компанию и это место.

Для закрепления алгоритма отказа, рекомендуется разыгрывание сценок с импровизацией ситуации отказа (истории придумывают сами обучающиеся).

6. Обязательное обсуждение с подростками видов помощи. Можно прочитать мини лекцию «Ты не один» с обсуждением главных вопросов по теме помощи и доверия:

Попав в сложную ситуацию, ты будешь самостоятельно искать решение и часто поступать опрометчиво. Эти решения могут привести тебя совсем не туда, куда бы ты хотел. Поэтому запомни: Если ты подвергаешься насилию в семье или школе... Если тебя обижают, унижают сверстники или взрослые... Если тебе предложили наркотики... Если тебе кажется, что весь мир против тебя... Если ты не можешь разобраться в себе и своих чувствах... Если тебе кажется, что ты остался совсем один... Самое время обратиться к специалистам, которые могут понять тебя и помочь!

– К кому и куда можно обратиться за помощью?

– Что вы знаете о телефоне доверия? (Открытое обсуждение)

Отличительная черта уверенного в себе человека – способность обратиться за помощью в трудной ситуации. Но даже для тех, кто не совсем в себе уверен, есть выход – анонимная помощь на телефоне доверия. Эта помощь в настоящее время очень популярна во всем мире. Начиная с 10-11 лет, ученики звонят на телефон и советуются, как лучше поступить в какой-либо ситуации. Ведь не в каждой ситуации хватает своего опыта, а решение нужно бывает принять быстро. На телефонах доверия работают специально обученные специалисты – психологи. На некоторых телефонах доверия могут работать даже прошедшие специальное обучение подростки –

туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наболевшем со сверстником, чем со взрослым. Телефон доверия дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги.

Телефон доверия открыт для каждого человека. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь. Человек может поделиться с консультантом телефона доверия любой беспокоящей его проблемой. Помощь на телефоне доверия всегда анонимна. Совсем не обязательно сообщать консультанту фамилию, адрес, номер школы. Достаточно просто назвать свое или вымышленное имя для удобства общения. Обращаясь на телефон доверия, человек может получить интересующую его информацию. Каждый телефон доверия работает в своем определенном режиме - круглосуточно или по расписанию

Далее можно поднять вопрос почему подросток не обращается за помощью? Какие телефоны доверия известны обучающимся? Ведется открытое обсуждение.

7. В заключении совместно с подростками педагог спрашивает, что детям понравилось, какую информацию они хотели бы получить в следующий раз. Затем педагог формулирует выводы в зависимости от пройденного мероприятия, главных вопросов и интересов, обучающихся в процессе классного часа. Благодарит всех за участие и раздает памятки для обучающихся с информацией по социально-психологическому тестированию, а также телефонами доверия.

Вопросы и ответы для брифинга «Будь в теме»

Вопросы	Ответы
Что такое СРТ?	Процедура по раннему выявлению незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимися в образовательных организациях проходит в два этапа: I. Социально-психологическое тестирование. II. Профилактические медицинские осмотры.
Зачем проводится СРТ обучающихся?	Социально-психологическое тестирование позволяет оценить процесс становления личности обучающегося, вовремя заметить возникающие проблемы и предложить своевременную помощь обучающемуся и его семье. Обобщенные результаты по итогам СРТ, позволяют оценить уровень распространения наркопотребления в школе/городе/ стране в целом, а самое главное принять своевременные меры по созданию БЕЗОПАСНОЙ СРЕДЫ.
Обязательно ли участие в СРТ обучающихся?	В основе тестирования лежит принцип ДОБРОВОЛЬНОСТИ. Тестирование обучающихся в возрасте до 15 лет проводится на основании информированного согласия родителей. Если 15 лет уже исполнилось, то молодой человек самостоятельно и добровольно решает, будет он проходить такое тестирование или нет. Однако у каждого гражданина Российской Федерации наряду с правами существуют еще и обязанности, так, например, согласно ФЗ № 273 «Об образовании в РФ», обучающиеся обязаны заботиться о сохранении и об укреплении своего здоровья, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию.
Что такое конфиденциальность?	Конфиденциальность (от лат. <i>confidentia</i> — доверие) — необходимость предотвращения утечки (разглашения) какой-либо информации. Конфиденциальная информация — доверительная, не подлежащая огласке, секретная. Конфиденциальность результатов, например, профилактического медицинского осмотра означает, что они известны только самому тестируемому, если ему уже исполнилось 15 лет. Результаты профилактического медицинского осмотра подростков, которые не достигли до 15 лет будут известны его родителям. Результаты социально-психологического тестирования анонимны, никто и никогда не узнает ваши ответы. Конфиденциальность, в отличие от анонимности, позволяет предложить индивидуальную консультативную и психолого-педагогическую помощь.
Могут ли родители присутствовать вовремя проведения СРТ?	При проведении тестирования допускается присутствие в качестве наблюдателей родителей (законных представителей) обучающихся, участвующих в тестировании. При желании родители могут наблюдать за тестированием, чтобы никто не нарушил ваши права на анонимность или конфиденциальность, но они также не будут знать, что вы укажете в своем тесте.
В каких образовательных организациях проходит СРТ?	Тестированию подлежат обучающиеся всех без исключения общеобразовательных организаций и профессиональных образовательных организаций, а также образовательных организаций высшего образования. Обучаясь дальше в школе, в техникуме или в вузе вы можете спокойно относиться к участию в тестировании, если знаете, что тестирование является важным элементом государственной политики по сохранению здоровья нации.