

Сведения о дополнительных форматах профилактической работы с несовершеннолетними в том числе с «группой риска», включая разъяснительную работу об угрозах и последствиях приобретения, наркотических средств и психоактивных веществ (ПАВ), рекомендованных образовательным организациям для проведения с участием сверстников-волонтеров, в онлайн и офлайн формате, с использованием мессенджеров

Образовательным организациям рекомендовано использовать в работе следующие формы работы:

1. Цикл мини-тренингов в офлайн формате на тему: «Как стать активным участником профилактических мероприятий и помогать другим».
2. Работа в онлайн формате: создание мессенджер-группы в национальном мессенджере МАХ.

**1. Цикл мини-тренингов тему: «Как стать активным участником профилактических мероприятий и помогать другим»
(далее — тренинг)**

Цель тренинга:

- ✓ Повышение информированности подростков о проблемах, связанных с употреблением и распространением наркотиков.
- ✓ Развитие и закрепление навыков противостояния негативному влиянию сверстников и старших подростков.
- ✓ Вовлечение подростков-волонтеров в активную профилактическую работу
- ✓ Мотивация к ведению здорового образа жизни, привитие здоровых навыков и привычек

Роль волонтеров-сверстников:

- ✓ Служить положительным примером с твердыми жизненными установками.
- ✓ Помогать организовывать и проводить интерактивные упражнения.
- ✓ Активно вовлекать сверстников в обсуждения и групповую поддержку.
- ✓ Демонстрировать навыки отказа и здорового образа жизни.

Актуализация проблемы:

- ✓ Оценка уровня информированности, дискуссия по проблеме.
- ✓ Формирование устойчивой установки на понимание негативных последствий распространения и употребления наркотиков.
- ✓ Принятие норм и правил поведения, отрицающего употребление наркотических и иных запрещенных веществ.

Ключевые элементы тренинга:

- ✓ Введение и знакомство с участниками, установление правил работы.
- ✓ Игры и упражнения, выявляющие возможные мотивы употребления запрещенных веществ и формирующие твердые жизненные принципы.
- ✓ Практические задания на выявление и построение моделей поведения с жизненными принципами и без.
- ✓ Тренировка навыков отказа с формированием убедительных аргументов и альтернативных предложений.
- ✓ Упражнения с ролевыми играми для отработки противостояния групповому давлению.

Обсуждение последствий употребления наркотиков.

Рефлексия и подведение итогов.

**Примерная программа тренинга
из 8 занятий для подростков и подростков-волонтеров по профилактике
употребления и распространения наркотиков, развитию устойчивой
негативной установки и мотивации к здоровому образу жизни**

№	Тема занятия	Цель	Основные методы и формы работ
1	Введение. Знакомство и постановка целей	Создать доверительную атмосферу, познакомить участников, сформулировать цели и правила работы	Игры на знакомство, обсуждение правил, установка группового контракта
2	Информирование о вреде наркотиков и психотропных веществ	Повысить осведомленность о негативных последствиях употребления и распространения наркотиков	Презентация, видео, групповая дискуссия, обсуждение мифов и фактов
3	Обсуждение причин употребления, возникновения мотивации для принятия решения	Выявить причины и факторы риска, которые влияют на выбор подростков	Работа в малых группах, мозговой штурм, ролевые игры
4	Формирование жизненных ценности и установок, личной ответственности за принятие решений	Помочь подросткам определить и принять социальные нормы, определяющие ценность человеческой жизни	Упражнения на самоопределение, составление «Кодекса личных ценностей»
5	Формирование и закрепление навыков сопротивления групповому давлению	Обучить способам отказа и умению ведения конструктивного диалога в конфликтных ситуациях	Ролевые игры, тренировка навыков «говорить нет», обратная связь
6	Роль и особая значимость волонтеров-сверстников	Обсудить роль волонтеров в профилактике употребления запрещенных веществ, мотивация к лидерству и оказанию помощи другим	Тренинги на развитие лидерских навыков, групповое планирование профилактических мероприятий
7	Формирование мотивации к здоровому образу жизни	Мотивировать и побудить подростков следовать правилам	Активные игры, тематические дискуссии, презентация

		и нормам здорового образа жизни	альтернативных моделей поведения
8	Итоговое занятие. Подведение итогов, рефлексия и дальнейшие планы	Проанализировать полученный опыт, закрепить результаты, определить пути продолжения	Групповое обсуждение, обсуждение личных и командных планов,

Тренинг «Как стать активным участником профилактических мероприятий и помогать другим» является эффективным инструментом повышения информированности подростков о проблемах, связанных с употреблением и распространением наркотиков, а также развития у них навыков противостояния негативному влиянию сверстников и вовлеченных взрослых.

Особо значима возможность привлечения к работе сверстников-волонтеров, которые становятся примером для окружающих и активными участниками профилактической работы, что позволяет организовать работу со старшеклассниками в режиме сверстник-сверстнику, а также с младшими школьниками по формированию позитивного отношения и желания следовать нормам здорового образа жизни.

Ролевые игры и практические задания помогают закрепить навыки отказа и конструктивного общения, что важно для реальных жизненных ситуаций.

Таким образом, тренинг способствует формированию мотивации к здоровому образу жизни, объединяя знания и навыки с практической деятельностью подростков и волонтеров-сверстников в поддержке друг друга.

Это делает программу актуальной и действенной в работе со старшеклассниками по снижению рисков, связанных с употреблением и распространением наркотиков.

2. Создание мессенджер-группы «Здоровый выбор» в национальном мессенджере МАХ

Педагог-психолог, социальный-педагог (администратор группы МАХ, создатель (наставник) + волонтер или активист класса, доброволец (староста группы) для публика информационным материалов и другое в группе.

Шаг 1: Выбор платформы

Группа создается в национальном мессенджере МАХ.

Шаг 2: Создание группы

1. В приложении мессенджера нажмите «Создать группу» или «Новая группа».
2. Добавьте участников по имени или телефону.

3. Придумайте название группы, отражающее цель (например, «Мы против наркотиков!»).

Шаг 3: Назначение модераторов

1. Для модерации и администрирования можно привлечь 2–3 активных взрослых волонтера из числа педагогов образовательной организации или родителей и (или) подготовленных волонтеров-сверстников из числа старшеклассников.

2. Необходимо обсудить и закрепить правила общения и взаимодействия (уважение, ответственность, активность и далее).

Шаг 4: Настройка и запуск

1. Разместите описание группы с целью и правилами.
2. Установите приветственное сообщение.
3. Проведите первое собрание или отправьте вводный пост с инструкциями
4. Поощрять обратную связь и обсуждения.

Рекомендации по контент-рассылке

1. Использовать короткие тексты без сложных терминов
1. Визуально сопровождать инфографикой или роликами
2. Вовлекать участников интерактивно (викторины, опросы)
3. Поощрять обратную связь и обсуждения

Сценария игрового челленджа «Здоровый выбор» с использованием мессенджеров

Пример сообщения для начала челленджа через мессенджер:

Привет! Начинаем челлендж «Здоровый выбор» — вместе мы узнаем, как защитить себя от вредных привычек и поддержать друзей.

Каждый день будут интересные задания и вопросы. Активно участвуй, чтобы команда победила и мы вместе сделали правильный выбор!»

Цель: Создание интерактивной дистанционной профилактической игры для подростков с участием сверстников-волонтеров.

Формат: Челлендж проводится в мессенджерах в формате командного соревнования с публикацией заданий, вопросов, опросов и творческих заданий.

Ход челленджа:

Подготовка: создаются 2-3 команды участников с группой модераторов-волонтеров.

В группе сообщается регламент, правила и расписание челленджа.

Этап 1 — Викторина «Правильный выбор» (3-5 дней):

Каждое утро публикуется 3-5 вопросов с вариантами ответов (опрос формируется голосованием в мессенджере).

За правильный ответ начисляются баллы.

Примеры вопросов: о вреде употребления запрещенных веществ, последствиях распространения, мерах наказания.

Этап 2 — Творческое задание «Я выбираю жизнь» (3 дня):

Команды готовят и отправляют креативные посты: мемы, рисунки, аудио или видео сообщения о своих полезных привычках, с призывом к здоровому образу жизни.

Волонтеры помогают оформить и публикуют эти материалы в общей группе.

Этап 3 — Сценарная игра «Ситуация выбора» (2 дня):

Участникам высылаются сценарии жизненных ситуаций с давлением сверстников или предложением противоправных действий (необходимо оказать сопротивление и отказаться или помочь отказаться более слабому сверстнику)

Команды обсуждают возможные решения и публикуют ответ в группе.

Этап 4 — Онлайн обсуждение и обратная связь (1 день):

Волонтеры организуют дискуссию в чате с разбором результатов, отвечают на вопросы, мотивируют.

Финал: Итоговое подведение баллов и награждение победившей команды (сертификаты, виртуальные значки).

Размещение благодарственных сообщений и рекомендаций для дальнейшей профилактики.

Организации итогового онлайн-анкетирования и обратной связи после игрового челленджа «Здоровый выбор»:

Цели:

1. Оценить эффективность проведенного челленджа.
2. Узнать степень усвоения информации о вреде запрещенных веществ и здоровом образе жизни.
3. Получить обратную связь по формату мероприятий и пожелания на будущее.

Формат:

Онлайн-анкетирование через Google Forms, Яндекс.Формы или другой удобный сервис.

Анонимный опрос с возможностью открытых и закрытых вопросов.

Пример структуры анкеты:

1. Оцените, насколько полезной для вас была игра «Здоровый выбор»:
 - Очень полезной
 - Полезной
 - Нейтральной
 - Малополезной

Бесполезной

2. Какие темы в рамках челленджа вам понравились больше всего?
(несколько вариантов)

Викторины и вопросы

Творческие задания

Ролевые игры

Онлайн обсуждения

3. Насколько вы уверены, что теперь лучше понимаете последствия распространения и употребления запрещенных веществ?

Очень уверен(а)

Уверен(а)

Не уверен(а)

Совсем не уверен(а)

4. Хотели бы вы участвовать в подобных мероприятиях в будущем?

Да

Нет

Возможно

5. Что можно улучшить в формате онлайн-челленджа? (открытый вопрос)

Обратная связь и подведение итогов

1. По результатам анкетирования модераторы и педагоги анализируют ситуацию, планируют следующие события.

2. В группе мессенджера публикуется благодарственное сообщение, подчеркивающее важность участия каждого.

3. Передаются сертификаты или виртуальные значки участникам.

4. По желанию можно провести итоговый онлайн-эфир или круглый стол для обсуждения впечатлений и рекомендаций.

Челлендж эффективно вовлекает подростков в интерактивную профилактическую деятельность, используя игровые форматы и поддержку сверстников-волонтеров.

Структурированное поэтапное выполнение заданий способствует формированию осознанного отношения к здоровому образу жизни и развитию навыков сопротивления негативному влиянию.

Активное командное взаимодействие и возможность творческого самовыражения повышают мотивацию участников. Онлайн-обсуждения и обратная связь помогают закрепить полученные знания и создать атмосферу поддержки.

Итоговое награждение стимулирует позитивное поведение и дальнейшее участие в профилактических мероприятиях.