

«Активное социальное обучение, как форма профилактики аддиктивного поведения подростков»

подготовила педагог-психолог
МАОУ лицей № 90
Пономарёва Ульяна Геннадьевна

Формы работы с подростками

Лекции

Анкетирование

Тренинги

Игры, квесты

Медиативные
круги
сообществ



Самые распространённые «зависимости»



Интернет-зависимость

Социальные сети;
Веб-сёрфинг;
Компьютерные игры



Употребление «нездоровой» пищи



Употребление запрещённых продуктов

Алкогольные напитки,
курение, наркотики

Профилактика интернет-зависимостей

Самое страшное куда затягивает наших детей - это **социальные сети**.



Почему это происходит...?

- Нехватка общения с близкими (родители, бабушки, дедушки, братья, сёстры);
- Отсутствие «реальных» друзей;
- Недостаточно сформированы коммуникативные качества и навыки;
- Отсутствие знаний о формах общения.

«Круги сообществ»

Для помощи детям в преодолении данной зависимости у нас в лице проходят **«Круги сообществ»**.

На них мы учимся слушать и слышать друг друга, обсуждаем важные вопросы, учимся справляться с проблемой.

Самая **главная цель** – чтобы каждый ребёнок мог быть услышан и понят.



Игры для «кругов сообществ»

Игры на приветствие:

- Упражнение «Здравствуй»;
- Упражнение «Глаза в глаза»;
- Упражнение «Положительное и отрицательное» и т.д.

Игры на сплочение:

- «Скалолаз»
- «Живое зеркало»;
- Работа с метафорическими картами и т.д.



Профилактика web-сёрфинга

Данный вид зависимости - это своеобразный уход от реальности. Дети в произвольном порядке листают ленту ВК, смотрят видео на всевозможных сайтах, в огромном количестве скачивают картинки, музыку, фильмы.





Для профилактики **веб-сёрфинга** я использую арт-терапию, учу детей рисовать и раскрашивать мандалы, мы рисуем «Мечту», «Идеальный мир», «Моя семья в образе цветов», «Письмо в будущее» и т.д.

Арт-терапия расслабляет мышцы, глаза, стабилизирует нервную систему и психо-эмоциональное состояние.

Компьютерные игры



Наверное полностью избавить ребёнка от данной зависимости практически невозможно, однако наша задача показать подростку, что в школе можно играть не только в телефон.

1. Игра «Кто я?»»
2. Игра «Профессии»
3. Игра «Сочини сказку по картинке»

и т.д.

В жизни каждого подростка стоящего на пороге взросления всегда будут соблазны, я считаю, что

основная задача школьных психологов - **научить ребёнка справляться с любой сложной ситуацией**

и самое главное, не бояться признаться и попросить помощи.



Спасибо за
внимание!

