

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Платинская основная общеобразовательная школа»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Платинская
ООШ»

Боянкина И.В.

Приказ от 01.09.2026 г. № 65-ОД



ПРОГРАММА

по профилактике употребления ПАВ

среди несовершеннолетних в

МБОУ «Платинская ООШ»

2026-2027 учебный год

Обоснование актуальности программы

Проблема злоупотребления психоактивными веществами остается чрезвычайно актуальной для России и требует пристального внимания. В употребление психоактивных веществ вовлекаются все новые граждане России, в первую очередь, подростки и молодежь. В последнее время масштабы распространения форм асоциального поведения (табакокурение, наркомания, алкоголизм) в подростковой среде приобретают угрожающий характер. Такое положение дел нельзя считать нормальным, поскольку курение, наркомания, алкоголизм – это действия направленные на уничтожение себя или уничтожение личности в себе. Кроме того, наибольший вред эти действия наносят именно детскому и подростковому организму. Чтобы профилактическая работа по предупреждению злоупотребления тем или иным психоактивным веществом была эффективной, ее надо начинать проводить раньше того возраста, на который, согласно статистике, приходится начало экспериментирования с данными веществами. Это значит, что начинать проводить такую работу следует не позднее, чем в начальной школе. Опыт превентивной работы показывает, что наиболее эффективной профилактикой злоупотребления детьми и подростками алкогольных напитков и других психоактивных веществ, является проведение не отдельных разовых бесед или лекций с учащимися, а целенаправленные и систематические занятия, куда наравне с профилактическими проблемами непременно включаются общепсихологические аспекты, а также активные способы отработки навыков социально-психологической компетентности. Профилактика злоупотребления ПАВ направлена в первую очередь на формирование у детей навыков эффективной социальной адаптации. Очень важно сформировать у учащихся культуру здоровья, понимание ценности здорового образа жизни. Только осознание личностной ценности здоровья, его значимости позволяет ребенку понять, почему для него опасно знакомство с психоактивными веществами. Суть подобных занятий состоит в рассмотрении в том или ином объеме следующих социально-психологических навыков: общения, критического мышления, принятия выбора, решения проблем, установления позитивных межличностных контактов, умения сопротивляться негативным влияниям сверстников, управления стрессом, состоянием тревоги, эмоциями, навыков развития положительного самосознания и положительной «Я-концепции» и навыков противостояния началу употребления психоактивных веществ. В программе отражены основные цели, задачи, мероприятия по профилактике употребления ПАВ, а также средства и механизмы, обеспечивающие их практическую реализацию в МБОУ «Платинская ООШ» на 2026 – 2027 учебный год.

Программа имеет школьный статус и ориентирована на обучающихся 1-9-х классов.

Цель и задачи программы

Цель программы: - формирование гармонично развитой, здоровой личности, стойкой к жизненным трудностям и проблемам.

Задачи программы:

- ✚ формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- ✚ психологическая поддержка подростка, формирование адекватной самооценки, навыков принятия решений, умения противостоять давлению сверстников, разрушительным для здоровья формам поведения;
- ✚ формирование социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни.

Сроки и этапы реализации программы

I этап. Подготовительно– практический (диагностирующий) 2026-2027 учебный год: Аналитико-диагностическая деятельность. Поиск инновационных технологий, методов и способов обучения и воспитания. Изучение современных технологий. Анализ образовательной ситуации в школе, возможность применения программы профилактики употребления ПАВ.

II этап. Организационно – практический сентябрь 2026г. – январь 2027г.

Апробация и внедрение программы.

III этап. Обобщающий январь 2027 г. – май 2027 г. Обработка данных и анализ внедрения программы.

Этап	Содержание	Срок реализации
Диагностирующий	Цель: изучение существующих в детской и подростковой среде тенденций употребления наркотических веществ. Задачи: -определить степень информированности детей и подростков по проблеме; -выделить факторы, влияющие на формирование позитивного отношения к употреблению наркотиков; - сделать выводы о степени вовлеченности подростков в проблему и выделить основные целевые группы для дальнейшей работы. Методы: опрос и анкетирование (анонимное) с целью изучения состояния проблемы в конкретном образовательном учреждении при работе с определенной	2026-2027 учебный год

	<p>группой детей. Значение этапа: Анализ результатов анкетирования (на основании предлагаемой анкеты) позволяет сделать выводы о степени вовлеченности учащихся в проблему и выделить три целевые группы: - подростки, имеющие опыт употребления наркотических веществ; - подростки, для которых характерно позитивное отношение к употреблению наркотиков; - подростки, имеющие четко сформированное негативное отношение к употреблению наркотиков.</p>	
<p>Организационно – практический</p>	<p>Цель: реализация антинаркотической работы в образовательном учреждении. Задачи: -предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке, алкоголе, наркотиках; -способствовать увеличению знаний учащихся путем обсуждения проблем, связанных с употреблением ПАВ; -учить детей лучше понимать собственные проблемы и критически относиться к поведению в обществе; способствовать стремлению детей понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними; -создать условия для формирования у детей культуры выбора, научить их принимать ответственные решения; -обеспечить взаимодействие школы с семьей и внешкольными организациями. Методы работы: 1)информационный; 2)метод поведенческих навыков (анализ и проигрывание конкретных жизненных ситуаций); 3)конструктивно-позитивный метод (организация тренингов, направленных на повышение психологической устойчивости). Значение этапа: -развитие у учащихся таких жизненных навыков, как, навыки принятия решения, общения, ответственного поведения, противостояния стрессам, сопротивления негативным социальным влияниям; - формирование потребности в здоровом образе жизни, осознание ценности</p>	<p>2026-2027 учебный год</p>

	<p>собственного здоровья и ответственности за него; -повышение уровня психосоциальной адаптации детей; - выработка активной жизненной позиции, исключающей использование наркотиков и алкоголя в качестве средства ухода от жизненных проблем.</p>	
Обобщающий	<p>Цель: определение эффективности разработанной системы профилактики наркомании. Задачи: -выделить основные недостатки и достижения в проделанной работе; -определить изменения личностной позиции учащихся в отношении проблемы наркомании; - определить дальнейшее направление работы по предупреждению наркомании. Методы:</p> <p>1)анализ отчетной документации; 2)опрос, беседа;</p> <p>3)анонимное анкетирование. Сравнение результатов первичного и повторного анкетирования дает возможность: -изучить характер изменений в отношении учащихся к употреблению наркотических веществ; -выявить наиболее устойчивые факторы, способствующие приобщению детей и подростков к наркотикам; - определить динамику целевых групп.</p> <p>Значение этапа:</p> <p>1)позволяет обобщить и систематизировать информацию, накопленную в процессе проведения антинаркотической работы;</p> <p>2) сделать выводы об эффективности предлагаемой системы профилактики; 3) на основании выделенных тенденций и закономерностей</p> <p>осуществить планирование дальнейшей работы по профилактике наркомании.</p>	<p>Январь-май 2027 г.</p>

Участники программы и организация их деятельности

Обучающиеся начальной школы Одна из важнейших причин начала употребления ПАВ детьми и подростками – дезадаптация в социуме. Известно, что у многих детей имеется синдром школьной дезадаптации. И, соответственно, эти дети попадают в «группу риска» наркозависимости. Поэтому основная цель первичной профилактики наркозависимости на начальном этапе – успешная адаптация всех учащихся первых классов школе. Начало обучения в школе – один из самых значимых моментов в жизни человека, период его качественного изменения, точка перехода к новому состоянию. Ребенок младшего школьного возраста очень активно растет и развивается. В этот период его организм особенно чувствителен к любым неблагоприятным воздействиям. Особое место среди них занимает ранняя наркотизация. Высокая опасность ранней наркотизации обусловлена следующим:

-у детей, в силу возрастных особенностей развития, не сформированы физиологические механизмы “обезвреживания” наркотических веществ, поэтому даже незначительные, с точки зрения взрослых, дозы способны вызвать сильнейшее наркотическое отравление;

-наибольшей уязвимостью к действию наркотических веществ обладают клетки нервной системы, а также клетки печени и почек, ранняя алкоголизация и курение обуславливают возникновение нарушений в нервно-психической сфере ребенка, снижение темпов его умственного развития и интеллектуальных функций,

-ранняя наркотизация в значительной степени замедляет темпы физического созревания организма (установлено, что курящие школьники отстают в росте от своих сверстников в два раза),

-детям данного возраста очень сложно осознать и принять информацию о наркотиках, так как структуры их интеллекта действуют в рамках конкретно – операционального мышления, т.е. они могут эффективно воспринимать материал только о том, что они могут потрогать или увидеть, и самое главное: у детей гораздо быстрее, чем у взрослых развивается привыкание к одурманиванию. Младшему школьному возрасту присущ так называемый этап

естественного аутодеструктивного (саморазрушающего) поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Главным образом это, конечно, касается мальчиков. Ребенок с удовольствием демонстрирует окружающим “чудеса храбрости” – не думая о последствиях, перебегает дорогу прямо перед носом мчащейся машины, забирается на крышу, совершает множество других “подвигов”. Программа для 1-4 классов реализует образно – чувственные подходы, учитывающие специфику восприятия школьников начальной ступени. Именно в начальной школе

должны быть заложены основы эффективных коммуникаций, так как в более старшем возрасте это реализовать затруднительно, основы здорового образа жизни, которые к четвертому классу должны стать стойким динамическим стереотипом поведения. У детей 10 лет желательно сформировать начальные представления ценностно-мотивационной сферы.

Обучающиеся основной школы.

Подростковый возраст не случайно называют “трудным” – вчера еще такие послушные и дисциплинированные, сегодня мальчики и девочки вдруг становятся неуправляемыми, грубыми и даже жестокими. Во многом причины столь резких перемен характера связаны с мощными физиологическими перестройками, которые претерпевает организм подростка. Темпы созревания различных систем органов оказываются неодинаковыми, нередко они просто не успевают друг за другом. Субъективно все это проявляется ощущением физиологического дискомфорта – болит или кружится голова, часто тошнит, знобит или, наоборот, бросает в жар. Не понимая до конца, что с ними происходит, и пугаясь этого, подросток всячески пытается избавиться от негативных переживаний. Реальное знакомство с наркотиками в этот период особенно опасно, поскольку создает иллюзию физиологического благополучия. Большую негативную роль в формировании наркозависимости у подростков играют психологические факторы риска – неадекватная самооценка, неспособность идентифицировать или выразить чувства, низкая стрессоустойчивость, высокая подверженность влиянию групповых норм, повышенная тревожность, импульсивность и т.д. Программа для 5-9 классов реализует более широкого и глубокого плана рациональные материалы. В плане освоения происходит переход от представлений к более продуманным отношениям и формированию собственной выверенной и осознанной модели поведения. В подпериоде раннего и всего подросткового периода (согласно теории Ж.Пиаже) возникает переход от восприятия к конкретным операциям, которые постепенно складываются в конкретно - операциональные структуры, обеспечивающие понимание сохранения отдельных свойств объектов в условиях их видимых изменений. При построении формальных операций мышление оперирует не с сырым материалом внешней действительности, а с готовыми структурами, которые трактуются как возможные условия, пригодные для понятийного манипулирования. В этом и состоит основное принципиальное различие между формально-операционным и конкретнооперационным мышлением. Именно на последнем этапе (с 11 до 15 лет), согласно теории Пиаже, формируются и проявляются все атрибуты интеллекта, способного решать самые разнообразные задачи, а само устойчивое формально-операционное мышление является отличным инструментом научного рассуждения. Именно поэтому, в период обучения в основной школе, формируется стройная ценностно – мотивационная пирамида каждой конкретной личности и эта личность, созревая, формирует стратегию будущего поведения, а роль педагога заключается в направлении данного процесса формирования в здоровое

русло. В связи с этим, при проведении мероприятий по профилактике наркозависимости в средней школе акцент необходимо делать на психологическую работу с подростками. Это – специфическая и неспецифическая диагностика, тренинги, дискуссии.

Обучающиеся старших классов.

Психологические особенности старшеклассников заключаются в более самостоятельных поступках, взглядах, суждениях. Старшеклассники дистанцируются от родителей, семья отходит на второй план. Подростковая группа для старшеклассника главная. В процессе общения со сверстниками расширяется представление о собственной личности. Подросток подражает тем ребятам, которые пользуются у него наибольшим уважением. Группа подростков становится для старшеклассника своеобразной школой жизненного опыта, где приобретаются новые знания и навыки. В этом возрасте неизбежны конфликты со взрослыми и они зависят от семейных взаимоотношений. Наилучшие отношения старшеклассников с родителями складываются при демократическом стиле воспитания. Поведение старшеклассника направляется последовательно, гибко. Родитель всегда объясняет мотивы своих требований и поощряет обсуждение. Родитель устанавливает правила и воплощает их в жизнь, но не считает себя непогрешимым. Поэтому в старшем школьном возрасте необходимо формировать ответственность делать выбор самостоятельно, осознание своей собственной исключительности.

Работа с родителями

Профилактическая антинаркотическая работа с родителями проходит в следующих направлениях:

- ✚ консультирование;
- ✚ лекторий;
- ✚ специфическая работа с семьями несовершеннолетних группы риска (профилактическая работа с отдельно взятыми семьями, составление социальной карты семьи, тренинги коррекции детско-родительских отношений).
- ✚ беседы, тренинги, круглые столы (в рамках классных родительских собраний)
- ✚ беседа «Как не воспитать наркомана» (факторы риска, способы распознавания, профилактика).
- ✚ беседа «Родительский авторитет».
- ✚ тренинг «Учимся общаться с детьми».

Работа с педагогами

Учитель-предметник в своей работе:

- ✚ использует активные формы пропаганды на уроках биологии, химии, ОБЖ, обществознания и литературы;

- ✚ составляет и накапливает методические разработки проведения уроков;
- ✚ создает благоприятный климат на уроках и во внеурочной деятельности.

Классный руководитель и школьный психолог:

- ✚ выявляет учащихся группы риска, анализирует особенности их окружения, в соответствии с этим планируют индивидуальную работу;
- ✚ определяет отношение ребят к алкоголю и наркотикам;
- ✚ проводит работу по организации содержательного досуга, развитию коммуникативных навыков, обучение поведения в стрессовых ситуациях;
- ✚ проводит тренинговые занятия по проигрыванию и анализу конкретных ситуаций по отработке важнейших для учащихся социальных умений.

Администрация

- ✚ создает благоприятную атмосферу отношений к учителям, к детям, основанную на уважении, оптимальной требовательности, справедливости.

Механизм реализации программы

Технологически данная программа в части начальной школы опирается на: проектную технологию, проблемную технологию, игровую технологию, развивающую технологию

Сами занятия должны быть выстроены согласно принципам здоровьесберегающей технологий. По формам занятия должны реализовываться через игры, экскурсии, сказки – имитационные игры. Технологически данная программа в части основной школы опирается на: проблемную технологию, технологию критического мышления, тренингово – игровую технологию, технологию «дебаты» развивающую технологию. По формам занятия должны реализовываться через лекции, семинары, практикумы, круглые столы, конференции, социально – имитационные и деловые игры.

Формы работы:

- 1) лекция;
- 2) беседа;
- 3) семинар;
- 4) конференция;
- 5) психотерапевтические занятия;
- 6) тренинг;
- 7) ролевая и деловая игра;
- 8) мозговой штурм;
- 9) круглый стол;
- 10) дискуссия;
- 11) конкурс творческих работ (конкурс рисунков, стенгазет, книжная выставка);
- 12) социологический опрос;
- 13) показ видеоматериалов с антинаркотическим содержанием.

Система мероприятий по первичной профилактике употребления ПАВ в начальной школе

Мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
Диагностика учащихся с целью выделения «группы риска», дальнейшего прогноза	сентябрь 1-й класс	классный руководитель
Диагностика уровня адаптации детей к школе	октябрь-ноябрь 1-й класс	заместитель директора по ВР, классный руководитель
Коррекционные занятия для детей, испытывающих трудности при адаптации к школе	ноябрь-январь 1-й класс	классный руководитель
Повторная диагностика с целью отслеживания результатов коррекционной работы	февраль 1-й класс	Заместитель директора по ВР, классный руководитель
Театрализованные представления на тему здоровья.	1-4 классы	классные руководители
Диагностика функционального состояния учащихся, наличия у них тревожности, депрессивности; уровня их самооценки, их успешности в учебной деятельности, степени адаптированности, готовности к средней школе с целью выделения учащихся «группы риска»	4-й класс март-апрель	заместитель директора по ВР, классный руководитель
Проведение родительских собраний для родителей с целью информирования о факторах риска наркозависимости детей; факторах, препятствующих наркозависимости и т.д.	в течение всего обучения в начальной школе	классные руководители

Тематический план занятий для младших школьников

1 класс

Занятие	Цель занятия
1.Я — уникальный человек	Дать детям представление о значении нормальных условий жизни для роста и развития
2.Культура и Я	
3.Чувства	Дать представление о чувствах человека
4.О чем говорят чувства	Дать представление о способах изменения настроения
5.Множество решений	Научить учащихся оценивать свои поступки
6.Решения и здоровье	
7.Полезные и вредные лекарства	Дать представление о привычках, их значение в жизни человека

2 класс «Учусь понимать себя»

Занятие	Цель занятия
1. Как ты растешь	Дать детям представление о значении нормальных условий жизни для роста и развития
2.Что ты знаешь о себе	Дать детям представление об их физическом развитии
3. Твое настроение	Дать представление о том, что такое настроение и от чего оно зависит
4.Как ты познаешь мир	Сформировать представление об основных органах чувств (зрение, слух, обоняние, осязание), об основных особенностях познания окружающего мира с их помощью
5.Твои чувства	Дать представление о чувствах человека
6.Как исправить настроение	Дать представление о способах изменения настроения
7. Твои поступки	Научить учащихся оценивать свои поступки
8. Твои привычки, сформировать представление о привычках, их значение в жизни человека	

3 класс «Учусь понимать других»

Занятие	Цель занятия
---------	--------------

1. Как научиться разговаривать с людьми	Научить детей разговаривать с детьми
2. Что такое интонация	Дать представление о роли интонации в общении людей
3. Как научиться преодолевать трудности	Помочь ребенку понять, отчего возникают трудности при общении с людьми, и научиться преодолевать их
4. Как понять друг друга без слов	Сформировать представление о значении мимики и жестов в общении
5. Для чего нужна улыбка	Укрепить представление детей о значении доброжелательных отношений между людьми
6. Умеешь ли ты дружить	Научить детей ценить дружбу

4 класс «Учусь общаться»

Занятие	Цель занятия
1. Что вы знаете друг о друге	Сформировать адекватную оценку восприятия себя и других
2. Твой класс	Научить ребят анализировать свои симпатии, привязанности; бережно относиться к чувствам других людей
3. Кто твой друг	Расширить представления детей о дружбе, позитивном отношении к людям
4. Как научиться жить дружно	Объяснить, что дружеские отношения могут и должны иметь место в коллективе не только между близкими друзьями, но и со всеми одноклассниками
5. Как помириться после ссоры	Привить умение находить пути выхода из конфликтов, развить представление о необходимости и важности примирения
6. Какой у тебя характер	Дать учащимся представление о характере, многообразии черт характера
7. Как воспитать свой характер	Дать детям представление о возможности воспитывать в себе определенные черты характера
8. Как сказать «нет» и отстоять свое мнение	Научить ребят отстаивать свое мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников

Система мероприятий по первичной профилактике употребления ПАВ в основной школе

Мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
Тематический всеобуч для родителей.	в течение года	классные руководители
Неспецифическая диагностика подростков -выявление «группы риска» наркозависимости - выявление индивидуально-личностных особенностей подростков	сентябрь	классные руководители
Специфическая диагностика подростков - выявление отношения подростков к наркотикам и их употреблению - проведение анонимного добровольного тестирования	март-апрель	социальный педагог, педагог-психолог
Проведение тематических бесед, дискуссий с подростками по различным аспектам проблемы	1 раз в четверть	классные руководители
Тренинги для подростков с целью формирования у них ответственности за свое поведение: «Тренинг уверенного поведения», «Тренинг общения», «Умение сказать «нет» и т.д.	1 раз в год	социальный педагог, педагог-психолог
Организация досуговых мероприятий с целью формирования у подростков принятия себя через вовлечение в новые виды деятельности	постоянно в течение года	зам.директора по ВР, классные руководители
Организация правовой пропаганды, информационно-просветительской работы с обучающимися, родителями, преподавателями по вопросам предупреждения и пресечения правонарушений связанных с оборотом наркотиков		

Тематический план занятий для обучающихся основной школы

5 класс	<p>1. Знакомство.</p> <p>2. Как подружиться.</p> <p>3. Основные нормы и взаимоотношения в группе.</p> <p>4. Чувства и умения их проявлять.</p> <p>5. Мое тело – моя собственность</p> <p>6. Употребление, злоупотребление, болезнь.</p>
6 класс	<p>1. Умение отвечать за себя.</p> <p>2. Я особенный и себя уважаю.</p> <p>3. Умение слушать.</p> <p>4. Виды и формы общения.</p> <p>5. Умение сказать “Нет”.</p> <p>6. Что такое наркотики.</p> <p>7. Правильное и неправильное использование медикаментов.</p> <p>8. Токсические вещества.</p> <p>9. Особенности поведения и черты личности тех, кто употребляет наркотики.</p>
7 класс	<p>1. Умение начинать, поддерживать и прекращать разговор.</p> <p>2. Агрессивность, неуверенное поведение и поведение с уверенностью.</p> <p>3. Стресс. Способы борьбы с ним.</p> <p>4. Поведение в конфликтной ситуации. Разрешение конфликта путем совместного принятия решения.</p> <p>5. Формирование уверенного поведения.</p> <p>6. Права человека во всей их совокупности.</p> <p>7. Встреча миров: мальчики и девочки.</p> <p>8. Развитие навыков критического мышления и ответственного поведения</p>
8 класс	<p>1. Знакомство с миром собственных эмоций.</p> <p>2. Работа с семейными взаимоотношениями.</p> <p>3. Работа с самооценкой.</p> <p>4. Развитие стрессоустойчивости.</p> <p>5. Развитие навыков давлению со стороны.</p> <p>6. Снижение деструктивной конфликтности</p> <p>7. Тренинг коммуникативной компетентности.</p> <p>8. Развитие навыков критического мышления и ответственного поведения.</p>
9 класс	<p>1. Влияние наркотиков на организм (дыхание, кашель, сердечно-сосудистую систему, пищеварения, психические функции). Плата за обман природы. Миф о слабых и безопасных наркотиках.</p> <p>2. Нормальные способы получения удовольствий. Биологическая и социальная сущность удовольствий.</p> <p>3. Особенности личности потенциальных наркоманов. Смена социального окружения. Изменение личности наркоманов. Отношение людей к наркоманам.</p> <p>4. Возможно ли излечение от наркомании. Кто виноват?</p> <p>5. Косвенная реклама массовой наркотизации населения.</p>

	Социальные предпосылки для распространения наркомании. 6.Нравственные нормы как гарантии здоровья. Необходимость личной ответственности за наркотизацию. 7.Отношение государства к наркомании. Ответ защитникам права на существование наркомании.
--	--

Предполагаемые конечные результаты программы заложенные в начальной школе основы эффективных коммуникаций, толерантного и бесконфликтного поведения становятся осознанными алгоритмами и превращаются в операционную модель. Сформированная в начальной школе потребность в здоровом образе жизни становится осознанной наполненной ценностью, определяющей дальнейшую траекторию жизни.

Основная особенность основной школы – формирование ключевых личностных компетенций, которые, к моменту ее окончания должны быть полностью сформированы и носить весьма конкретный и операционный характер.

Обучающиеся должны знать:

- о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных веществ,
- о факторах, влияющих на здоровье человека, -признаки здорового человека, -источники влияния и давления,
- безопасные интересные способы проведения времени.
- болезни, связанные с применением ПАВ;
- причины и последствия ПАВ (табакокурения, алкоголизма, наркомании); -вредное влияние ПАВ на организм человека. уметь:
- применять полученные знания на практике;
- уметь говорить «Нет»;
- вести активный здоровый образ жизни, -понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними,
- принимать рациональные решения,
- анализировать собственные качества. приобрести навыки:
- сопротивления давления и развития личностной и социальной компетентности,
- эффективного общения, взаимодействия с людьми, неагрессивного отстаивания своей позиции и отказа в ситуации давления,
- самоконтроля, самооценки,
- преодоления стресса, тревоги,
- ответственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ,
- преодоления жизненных трудностей в целом,
- самовыражения через увлечения, развивающие личность,
- работы в коллективе;
- высказывания своих мыслей;
- изучения научной литературы.