

МИНИСТЕРСТВО СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА
И ПРОДОВОЛЬСТВИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И КАДРОВ

Учреждение образования
«БЕЛОРУССКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ
СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ»

Управление по воспитательной работе с молодёжью

ОРГАНИЗАЦИЯ
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ
СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Методическая разработка

Горки
БГСХА
2018

Составители:

педагог-психолог управления по воспитательной работе с молодежью
УО БГСХА *О. В. Сергейчук*,
педагог-психолог управления по воспитательной работе с молодежью
УО БГСХА *О. В. Потапенко*,
педагог-психолог управления по воспитательной работе с молодежью
УО БГСХА *Т. А. Цветкова*,
педагог-психолог управления по воспитательной работе с молодежью
УО БГСХА *Т. М. Пузыревская*

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Программа по укреплению правопорядка, законности и профилактике правонарушений, преступлений среди студентов УО БГСХА на 2016-2020 годы.....	4
Беседа «Девиантное поведение: причины, особенности, формы проявления и меры воздействия».....	11
Семинар-практикум «Стрессоустойчивость человека в современных условиях».....	22
Коррекционно-развивающее занятие с элементами тренинга по профилактике девиантного (алкогольного) поведения.....	29
Положение о проведении акции «Закон и ты» по правовому просвещению молодежи	32
Положение о проведении профилактической акции «Молодежь за безопасность!».....	35
Положение о проведении акции «Сделай правильный выбор!», по профилактике асоциального поведения студенческой молодежи	38
Приложения.....	41
Литература.....	49

Организация профилактической работы среди студенческой молодежи: методическая разработка.

В методической разработке обобщен опыт работы социально-педагогической и психологической службы управления по воспитательной работе с молодежью УО БГСХА по организации профилактической работы среди студенческой молодежи. Представлены формы и методы работы по правовому просвещению и профилактике правонарушений.

Рекомендовано для участников воспитательного процесса.

Прил. 6. Библиогр. 13.

«Не из страха, а из чувства долга
должно воздержаться от дурных по-
ступков»

Демокрит

ВВЕДЕНИЕ

Правовая культура и здоровый образ жизни студенческой молодежи являются одной из составляющих гражданско-патриотического воспитания. Работа социально-педагогической и психологической службы управления по воспитательной работе с молодежью по предупреждению и профилактике девиантного поведения у обучающихся и пропаганде здорового образа жизни ведется в соответствии с Кодексом об образовании Республики Беларусь и «Программы по укреплению правопорядка, законности и профилактике правонарушений, преступлений среди студентов УО БГСХА на 2016-2020 годы».

Целью проводимой работы является предупреждение правонарушений, антиобщественных действий и преступлений среди студентов академии на основе формирования личной ответственности за свое поведение и понимания общечеловеческих ценностей и нравственных норм.

В организации и проведении правовой профилактической работы важен системный подход. Такая система предполагает тесное взаимодействие педагогического коллектива и сотрудников вуза с органами внутренних дел, инспекцией по делам несовершеннолетних и другими субъектами профилактики.

Воспитательно-профилактическая работа может достигнуть цели лишь путем создания и существования системы предупреждения правонарушений и преступлений среди студентов. Анализ причин противоправного поведения обучающихся позволяет определить цели, задачи и направления системы воспитательно-профилактической работы.

В методической разработке обобщен опыт педагогов-психологов управления по воспитательной работе с молодежью УО БГСХА по организации работы по правовому просвещению, профилактике правонарушений и пропаганде здорового образа жизни, предложены разработки мероприятий: просветительских акций, лекций, бесед и тренинговых занятий по данному направлению.

УО «Белорусская государственная
Орден Октябрьской Революции и
Трудового Красного Знамени
сельскохозяйственная академия»

УТВЕРЖДЕНА
Ректором академии
П.А. Саскевичем
29.04.2016 г.

ПРОГРАММА
№ 12-24/72
г. Горки

**по укреплению правопорядка, законности и профилактике
правонарушений, преступлений среди студентов УО БГСХА
на 2016-2020 годы**

1 Актуальность программы

Сегодня особенно остро встает вопрос о проведении определенных мероприятий по профилактике асоциальных форм поведения среди студенческой молодежи. Поэтому, работе по предупреждению правонарушений и преступлений в молодежной среде на государственном уровне уделяется большое внимание.

Основными документами, регламентирующими деятельность по профилактике правонарушений, являются Кодекс Республики Беларусь об образовании, Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь, Закон Республики Беларусь от 10 ноября 2008 г. №453-З «Об основах деятельности по профилактике правонарушений», План мероприятий по правовому просвещению граждан на 2016 –2020 годы, утвержденный Постановлением Совета Министров Республики Беларусь 20.01.2016 №37, Приказ Министерства образования Республики Беларусь «О дополнительных мерах по профилактике и пресечению курения в учреждениях образования» от 27.09.2011 №599, Национальный план действий по улучшению положения детей и охране прав на 2012-2016 гг., Программа воспитания и защиты прав и законных интересов детей, находящихся в социально опасном положении, утвержденная Приказом Министерства образования Республики Беларусь от 24.05.2011 №336.

Негативные тенденции общественного развития вызывают значительный рост социальных девиаций, особенно среди студентов. Появляется все больше молодых людей и девушек, которые бросают учебу, не задумываясь о своей жизни, совершают правонарушения, деградируют как личность. В данной ситуации для реализации обеспечения законности и правопорядка, безопасности студентов, профилактики зависимостей, заболеваний, асоциального поведения, развития у молодёжи навыков здорового образа жизни необходимо объединение совместных действий администрации академии, педагогических работников, профессорско-преподавательского состава, обучающихся и правоохранительных органов.

Программа является документом, определяющим перспективы и стратегию деятельности участников воспитательного процесса до 2020 года по укреплению правопорядка, законности и профилактике правонарушений и преступлений среди студентов.

2 Цели и задачи программы

Целью программы является предупреждение правонарушений, антиобщественных действий и преступлений среди обучающихся академии на основе формирования личной ответственности за своё поведение и понимания общечеловеческих ценностей и нравственных норм.

Задачи программы:

- выявление и устранение причин и условий, способствующих совершению правонарушений;
- создание единой системы профилактики правонарушений: обучающийся – учебная группа – учебный курс;
- создание системы стимулов для ведения законопослушного образа жизни;
- повышение оперативности реагирования на сообщения о правонарушениях обучающихся в общественных местах и нарушениях внутреннего распорядка в академии и общежитиях;
- совершенствование нормативной базы академии по профилактике правонарушений;
- повышения качества информационного обеспечения и правового просвещения по обеспечению общественного порядка;
- совершенствования взаимодействия с органами правопорядка;
- формирование нравственной позиции и правовой культуры студенческой молодежи.

3 Ожидаемые результаты программы

Реализация настоящей программы предполагает:

- повышение уровня правовой информированности обучающихся академии;
- уменьшение количества правонарушений, преступлений, иных асоциальных проявлений среди студенческой молодежи;
- активизацию роли молодежных общественных объединений в воспитании законопослушного, ответственного и успешного обучающегося;
- повышение эффективности реализации мероприятий по профилактике правонарушений и сохранению общественного порядка;
- повышение нравственно-культурного уровня обучающихся с целью формирования положительного имиджа академии.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
по реализации программы по укреплению правопорядка, законности и профилактике правонарушений, преступлений среди студентов
УО БГСХА на 2016-2020 годы

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок исполнения	Ответственные
1	2	3	4
1. Диагностико-исследовательское направление			
1.1	Обновление банка диагностических методик и анкет по проблеме правового воспитания.	В течение года	СППС УВРМ
1.2	Проведение социологического исследования «Общественное мнение студентов о ВИЧ/СПИДе».	Ежегодно	СППС УВРМ, лаборатория социологических исследований
1.3	Проведение социологического исследования «Девиантные явления в студенческой среде»	Ежегодно	СППС УВРМ, лаборатория социологических исследований
1.4	Проведение индивидуальной воспитательной и коррекционно-развивающей работы с обучающимися, склонными к асоциальному и деликвентному поведению.	В течение года	СППС УВРМ
1.5	Проведение мониторинга эффективности идеологической и воспитательной работы.	Ежегодно	УВРМ
1.6	Проведение исследования с целью выявления установок и ценностных ориентаций, связанных с созданием семьи.	Ежегодно	СППС УВРМ
1.7	Проведение психолого-педагогического исследования с целью диагностики волевого самоконтроля студентов академии.	Ежегодно	СППС УВРМ
1.8	Проведение психологического исследования «Мотивация употребления алкоголя»	Ежегодно	СППС УВРМ
1.9	Проведение психологического исследования «Изучение мотивов курения»	Ежегодно	СППС УВРМ
2. Просветительско-профилактическое направление			
2.1	Создание нормативно-правовой базы, регламентирующей профилактическую деятельность	В течение года	СППС УВРМ

1	2	3	4
2.2	Повышение квалификации педагогических кадров по проблеме профилактики социально опасного поведения студентов академии.	2016-2020	Администрация академии
2.3	Участие в областных и районных совещаниях по вопросам профилактики социально опасного поведения в молодежной среде.	В течение года	Администрация академии
2.4	Нормативное, методическое, и организационно-плановое обеспечение работы по укреплению правопорядка и профилактике правонарушений.	В течение года	Администрация академии, управление воспитательной работы с молодежью, деканаты.
2.5	Рассмотрение вопросов по укреплению правопорядка и профилактике правонарушений среди студенческой молодежи на заседаниях Советов факультета, Совета по правовому просвещению и профилактике правонарушений, студенческих советов общежитий.	В течение года	Администрация академии, управление воспитательной работы с молодежью, деканы, воспитатели общежитий, профком студентов
2.6	Изучение курса «Основы права. Права человека».	В течение года	Кафедры социально-гуманитарных дисциплин
2.7	Организация работы юридического пункта при межкафедральной студенческой научно-исследовательской лаборатории «Правовое регулирование хозяйственной деятельности в сфере АПК»	В течение года	Декан факультета Бизнеса и права, заведующий кафедрой права.
2.8	Проведение занятий по валеологии и организации здорового образа жизни с обучающимися всех факультетов.	В течение года, в рамках кураторского часа.	УВРМ, Руководитель клуба «Оптималист»
2.9	Оформление тематических информационных стендов (уголок ЗОЖ), и распространение наглядно-информационного материала, отражающего информацию по профилактике курения, алкоголизма, наркомании, и правонарушений среди молодежи в корпусах, общежитиях и на интернет сайте академии.	В течение года	Деканы факультетов, УВРМ, воспитатели общежитий
2.10	Освещение в газете «Советский студент» вопросов по правовой тематике	В течение года	Редактор газеты, УВРМ
2.11	Проведение встреч с сотрудниками правоохранительных органов, РОЧС	В течение года	УВРМ, деканы
2.12	Организация деятельности МДД	В течение года	Проректор по УВР, ПО/РК ОО «БРСМ»
2.13	Организация выставок научно-популярной литературы по проблеме укрепления правопорядка, законности и	Ежегодно	Директор библиотеки

1	2	3	4
	профилактики правонарушений и преступлений.		
2.14	Проведение акций по правовому просвещению.	Ежегодно	УВРМ, деканы, БРСМ, профком студентов
2.15	Проведение бесед, круглых столов, викторин, брейн-рингов и др. по правовому воспитанию.	В течение года	СППС УВРМ, деканы, кураторы, руководитель клуба «Олимп»
2.16	Демонстрация видеоматериалов по профилактике правонарушений и преступлений, употребления спиртных напитков, табака, наркотических и психотропных веществ.	В течение года	СППС УВРМ, БРСМ, профком студентов
2.17	Вовлечение обучающихся, склонных к девиантному поведению в волонтерскую деятельность.	В течение года	СППС УВРМ, деканы факультетов
2.18	Проведение профилактических мероприятий с приглашением Благочинного Горьковского округа Могилевской Епархии иерея отца Сергия.	В течение года в рамках кураторских часов	СППС УВРМ
2.19	Организация бесплатной правовой помощи студентам в «Общественной приемной»	В течение года	Юрисконсульт, профком студентов
2.20	Сотрудничество с правоохранительными органами с целью проведения профилактических мероприятий среди студентов.	В течение года в рамках кураторских часов и встреч в общежитиях	УВРМ, деканы факультетов, воспитатели, студсоветы общежитий
2.21	Индивидуальная работа со студентами, нарушившими правила внутреннего распорядка в общежитиях.	В течение года	Воспитатели, студсоветы общежитий, деканы, профком студентов
2.22	Проведение консультаций и коррекционно-развивающих занятий по профилактике правонарушений.	В течение года	УВРМ, деканы
3. Культурно-массовое и спортивное направление			
3.1	Вовлечение студентов в работу клубов, кружков, объединений по интересам, творческих коллективов.	В течение года	УВРМ, деканы факультетов, руководители общеакадемических клубов, заведующий кафедрой физвоспитания и спорта, НИРС, директор ДК, воспитатели общежитий, профком студентов, БРСМ
3.2	Участие студентов в мероприятиях, посвященных Государственным, профессиональным праздникам и знаменательным датам	В течение года	УВРМ, деканы факультетов, руководители общеакадемических клубов,

1	2	3	4
			заведующий кафедрой физвоспитания и спорта, директор ДК, воспитатели общежитий, профком студентов, БРСМ
3.3	Участие студентов в конкурсах, акциях ЗОЖ	В течение года	УВРМ, деканы факультетов, руководители общеакадемических клубов, заведующий кафедрой физвоспитания и спорта, директор ДК, воспитатели общежитий, профком студентов, БРСМ
4. Методическое направление			
4.1	Создание банка методических материалов по проблеме профилактики правонарушений и преступлений в молодежной среде.	В течение года	СППС УВРМ
4.2	Разработка анкет для проведения анкетирования	В течение года	СППС УВРМ, лаборатория социологических исследований
4.3	Разработка сценариев культурно-массовых и информационно-просветительских мероприятий.	В течение года	УВРМ, директор ДК
4.4	Разработка методических рекомендаций для кураторов и воспитателей общежитий по организации профилактической работы со студентами, склонными к асоциальному поведению	2016-2020гг	УВРМ, ответственный за кураторскую работу
4.5	Публикация материалов по проблеме укрепления правопорядка, законности и профилактики правонарушений и преступлений в молодежной среде в многотиражной газете «Советский студент»	В течение года	Редактор газеты, УВРМ
4.6	Проведение мероприятий по повышению статуса и престижа семьи в обществе, вопросам гендерной политики, защиты прав детей, в том числе в неблагополучных семьях (в соответствии с требованиями Декрета Президента Республики Беларусь от 24 ноября 2006 г. № 18 «О дополнительных мерах по государственной защите детей в неблагополучных семьях»). Издание приказа о закреплении кураторов учебных групп за студентами-	Ежегодно	СППС УВРМ

1	2	3	4
	сиротами, находящимися на полном государственном обеспечении, которые контролируют пропуски учебных занятий студентами-сиротами и предоставляют информацию о пропусках без уважительных причин.		
4.7	Усиление контроля за пропусками занятий студентов-сирот, находящихся на полном государственном обеспечении В рамках реализации Декрета Президента Республики Беларусь № 18 «О дополнительных мерах по государственной защите детей в неблагополучных семьях »	Ежемесячно	Кураторы учебных групп
4.8	Усиление контроля за пропусками занятий без уважительных причин	Ежемесячно	Деканы факультетов
4.9	Разработка индивидуальных планов помощи несовершеннолетним, признанным находящимися в социально опасном положении, включая взаимодействие с другими государственными органами, ответственными за выполнение требований Декрета №18	В течение года	СППС УВРМ

Одобрено протоколом заседания Совета по правовому просвещению и профилактике правонарушений от 30.03.2016 г. № 5.

БЕСЕДА «ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ: ПРИЧИНЫ, ОСОБЕННОСТИ, ФОРМЫ ПРОЯВЛЕНИЯ И МЕРЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ»

1. Понятие девиантного поведения.
2. Основные формы отклоняющегося поведения и методы их профилактики.

Нормативные системы общества не являются застывшими, навсегда данными. Изменяются сами нормы, изменяется отношение к ним. Отклонение от нормы столь же естественно, как и следование им.

Полное принятие нормы выражается в отклонении от нормы в различных видах девиации, девиантного поведения. Во все времена общество пыталось подавлять нежелательные формы человеческого поведения.

Девиантное поведение подразумевает любые поступки или действия, не соответствующие писаным или неписаным нормам.

В некоторых обществах малейшие отступления от традиций, не говоря уже о серьезных поступках, сурово карались. Все находилось под контролем: длина волос, форма одежды, манера поведения. Так поступали правители древней Спарты в V в. до н.э. и советские органы в XX в.

Борьба с девиациями часто перерождалась в борьбу с разнообразием чувств, мыслей. Обычно она оказывается нерезультативной: через какое-то время отклонения возрождаются, и в еще более яркой форме. В конце 80-х годов советская молодежь подражала западным моделям поведения настолько откровенно, что бороться с этим обществом было не в силах.

Всякое поведение, которое вызывает неодобрение общественного мнения, называют девиантным. Это чрезвычайно широкий класс явлений: от безбилетного проезда до убийства человека.

В широком смысле девиант – любой человек, сбившийся с пути или отклонившийся от нормы. К видам девиантного поведения относят алкоголизм, гомосексуализм, наркоманию, азартные игры, наркоманию, проституцию, самоубийство.

В узком понимании под девиантным поведением подразумеваются такие отклонения, которые не влекут за собой уголовной ответственности.

Деликвентное поведение – совокупность противоправных поступков, или преступлений.

В конце XIX и в начале XX в. были распространены биологические и психологические трактовки девиации.

Итальянский врач Цезаре Ломброзо считал, что существует прямая связь между преступным поведением и биологическими особенностями человека. Он утверждал, что «криминальный тип» есть результат деградации к более ранним стадиям человеческой эволюции. Этот тип можно определить по таким характерным чертам, как выступающая нижняя челюсть, реденькая бородка и пониженная чувствительность к боли.

Уильям Х. Шелдон, известный американский психолог и врач, подчеркивал важность строения тела. Он считал, что у людей определенное строение тела означает присутствие характерных личностных черт. Опираясь на исследование поведения двухсот юношей в центре реабилитации, Шелдон сделал вывод, что наиболее склонны к девиации люди, чье тело отличается силой и стройностью, хотя они отнюдь не всегда становятся преступниками.

Хотя подобные биологические теории были популярны в начале XX в., другие концепции их постепенно вытеснили.

Сторонники психологической трактовки связывали девиацию с психологическими чертами:

- неустойчивость психики,
- нарушение психологического равновесия и т.п.

Были получены данные о том, что некоторые умственные расстройства, особенно шизофрения, могут быть обусловлены генетической предрасположенностью. Кроме того, некоторые биологические особенности могут оказывать влияние на психику личности. Например, если мальчика дразнят за маленький рост, его ответная реакция может быть направлена против общества и выразиться в девиантном поведении.

Развернутое объяснение впервые дал Э.Дюркгейм. Он предлагал теорию аномии, которая раскрывает значение социальных и культурных факторов. По Дюркгейму, основной причиной девиации является аномия, буквально – «отсутствие регуляции», «безнормность».

По сути, аномия – это состояние дезорганизации общества, когда ценности, нормы, социальные связи либо отсутствуют, либо становятся неустойчивыми и противоречивыми. Все, что нарушает стабильность, приводит к неоднородности, неустойчивости социальных связей, разрушению коллективного сознания, порождает нарушения общественного порядка, дезорганизует людей, и появляются различные виды девиации.

Известный социальный антрополог Р. Линтон ввел понятия модальной и нормативной личности.

Нормативная личность – та, черты которой лучше всего выражают данную культуру, это как бы идеал личности данной культуры.

Модальная личность – статистически более распространенный тип отклоняющихся от идеала вариаций.

И чем более нестабильным становится общество, тем больше становится людей, социальный тип которых не совпадает с нормативной личностью. И, наоборот, в стабильных обществах культурное давление на личность таково, что человек в своих взглядах, поведении и фантазиях все меньше и меньше отрывается от навязанного «идеального» стереотипа. Он хорошо знает, каким он должен быть, а послушных и понятливых общество обычно поощряет: они – основа социальной стабильности, поэтому стабильно и их вознаграждение за «примерное поведение».

Некоторые современные исследователи утверждают, что СМИ своими материалами способны искусственно активизировать масштабы девиантного поведения. Обычно опубликованные материалы вызывают озабоченность широкой общественности, которая требует принятия адекватных мер. В порядке реагирования государства и правоохранительных органов начинается усиленная борьба с преступностью, задерживается больше, чем раньше, число преступников. Освещая развитие событий, материалы СМИ создают впечатление, что явление, ставшее темой, первых публикаций, расширяется и нарастает. Поднятой шумихой индивиды, склонные к данному типу девиантного поведения, могут быть также вовлечены в орбиту реализации своих преступных наклонностей и привлечены в районы, о которых идет речь в сообщениях, и в силу этого преступность там действительно принимает более широкие масштабы.

Девиации, имеют две формы в своем проявлении: конструктивную и деструктивную.

Конструктивные девиации представляют собой вид деятельности, при котором носитель девиации, как бы обгоняя свое время, продуцирует идеи или объекты будущей культуры. Это открытия в науке (Д. Бруно, Г. Галилей), технические изобретения и новации, это проявление свободомыслия в религии, философии и политике. Отнюдь не все из этих новаций оцениваются современниками положительно, большинство из них воспринималось именно как отклоняющееся поведение, что приводило к соответствующим репрессиям.

Деструктивные – связаны с формированием асоциальных типов личности (наркомания, алкоголизм, проституция и др.) и преступными действиями, направленными против личности, общества и государства.

В специальной литературе используются три термина, достаточно близких по значению:

1. деструктивное поведение,
2. отклоняющееся поведение,
3. девиантное поведение.

Девиантным принято называть отклоняющееся от установленных норм и стандартов поведение.

Социальная норма – это исторически сложившаяся в конкретном обществе мера допустимого поведения отдельной личности, социальной группы или организации. Норма не только оценивает и ориентирует, но и предписывает. Поэтому нормы являются действенным средством борьбы с девиацией, обеспечения порядка, устойчивости общества.

Девиантное поведение предполагает наличие по меньшей мере трех основных компонентов:

1. человек, которому свойственен этот тип поведения;
2. нормы или ожидания общества (группы), являющихся критериями оценки поведения с точки зрения девиации;

3. некого органа, учреждения или личности, реагирующих на данное поведение и принимающих решение и определяющих санкции.

Здоровая личность характеризуется рядом признаков:

1. интерес к внешнему миру;
2. наличие смысла жизни;
3. существование иерархии ценностей;
4. способность юмористически окрашивать действительность;
5. целостность личности и адекватность ее реакций на изменение обстоятельств;
6. эмоциональная уравновешенность;
7. способность к установлению контактов с окружающими;
8. соответствие поведения человека нормам и традициям, установленным в обществе;
9. выбор законных средств для достижения целей и др.

Выделяют следующие виды отклоняющегося поведения в современном мире:

1. аддиктивное,
2. антисоциальное,
3. суицидное,
4. нарцисстическое,
5. фанатическое,
6. аутистическое.

Одним из наиболее распространенных отклонений в современном мире является аддиктивное поведение.

Сущность аддиктивного поведения заключается в стремлении человека уйти от реальности, изменяя свое психическое состояние с помощью приема некоторых веществ (алкоголь, наркотики) или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных положительных эмоций.

Этапы аддикции:

1. Чаще всего процесс развития аддикции начинается, когда человек переживает ощущения необыкновенного подъема, связанного с определенными действиями. Сознание фиксирует эту связь (например, покупка новой вещи или рюмка вина и улучшение настроения). Время от времени, в неблагоприятных условиях, человек начинает прибегать к этому средству, что и является началом отклонения.

2. Второй характеризуется появлением аддиктивного ритма, когда вырабатывается определенная последовательность к аддикции.

3. На третьем этапе аддикция становится обычным, привычным, шаблонным типом реагирования в неблагоприятной ситуации.

4. На четвертом этапе происходит полное доминирование аддиктивного поведения вне зависимости от благополучия или неблагополучия ситуа-

ции. Виктимогенные факторы уже не имеют существенного значения. Происходит разрыв нормальных межличностных отношений, человек живет в искусственном мире своей аддикции.

5. Пятый этап – катастрофа. Психологическое состояние человека – крайне неблагоприятное, так как само аддиктивное поведение уже не приносит прежнего удовлетворения и не вызывает изменений настроения. Так, у наркомана на этой стадии есть только стремление хоть как-то существовать, потому что отсутствие наркотика для него непереносимо, и в то же время употребление наркотика также ведет к гибели. Психическое состояние определяется депрессией или апатией.

Алкоголизм как форма девиантного поведения.

С точки зрения медицинской, алкоголизм – это заболевание, относящееся к широкой группе наркомании, причем, заболевание, характеризующееся патологической потребностью человека в алкоголе. Кого же мы называем алкоголиками?

По мнению экспертов ВОЗ, алкоголиками являются неумеренно пьющие лица, чья зависимость от алкоголя достигает такой степени, что она приводит к нарушениям соматического и психического здоровья, вызывает конфликты с другими людьми, ухудшение социально-экономического положения и требует лечения.

Алкоголизм – это форма девиантного поведения, характеризующаяся развитием патологического влечения к алкоголю, психологической и физиологической зависимостью от него.

По данным ВОЗ показатель распространенности алкоголизма в высоко развитых странах колеблется в пределах от 11 до 44 случаев на 1000 человек. Подавляющее большинство – мужчины. Однако соотношение женщин и мужчин, страдающих алкоголизмом, изменилось и составляет 1/6. Увеличивается количество случаев детского алкоголизма.

Э.А. Бабаян в зависимости от отношения населения к спиртным напиткам выделил следующие группы:

1. Лица, совершенно не употребляющие спиртные напитки (женщины, больные, которые по состоянию здоровья не могут употреблять алкоголь; дети и небольшая часть мужчин) – самая многочисленная группа;

2. «Экспериментаторы» – лица, принимающие алкоголь в порядке дегустации или для сравнения свойств отдельных напитков;

3. «Потребители» – лица, принимающие алкоголь в связи с какими-либо событиями, эпизодически и регулярно;

4. Лица, злоупотребляющие алкогольными напитками;

5. Больные хроническим алкоголизмом (из лиц четвертой группы).

Виды алкоголизма:

- бытовой – имеет место привыкание к алкоголю, но пьющий человек способен контролировать количество напитка и даже временно прекратить его употребление в неподходящих для выпивки ситуациях;

- хронический – изменяется устойчивость к алкоголю (опьянение возникает от сравнительно небольшого количества алкоголя).

Различают три стадии алкоголизма:

- начальная – появление влечения к алкоголю. Это результат психической зависимости, возрастания устойчивости к принимаемым дозам: для достижения опьянения требуется большая доза алкоголя, употребление которого становится систематическим;

- средняя стадия характеризуется нарастающим влечением к алкоголю, изменением характера опьянения, последующим забыванием прошедшего, потерей контроля над количеством, выпитого, появлением состояния похмелья. На этой стадии отмечаются нарушения психики, изменения во внутренних органах и нервной системе;

- последняя стадия характеризуется снижением устойчивости к принимаемым дозам алкоголя, развитием запойного пьянства, возникновением тяжелых нервно-психических нарушений, глубоких изменений во внутренних органах.

Когда появляется психическая зависимость от алкоголя, человек, чаще всего не считает себя больным.

Вслед за психической зависимостью наступает физическая: алкоголь включается в процессы обмена веществ, лишение его приводит к тягостному заболеванию - похмелью, которое характеризуется дрожанием рук, тревожным настроением, тяжелым сном с кошмарами, неприятными ощущениями со стороны внутренних органов. Снижается активность иммунной системы. У алкоголиков в полтора раза чаще развиваются заболевания органов желудочно-кишечного тракта; может также развиваться тяжелое поражение печени – цирроз, гепатит.

Причины алкоголизма:

1. предрасполагающие особенности;
2. обычай употреблять алкоголь в определенном обществе, группе, среде и в семье.

Различают:

- простое алкогольное опьянение;
- хронический алкоголизм.

Степени простого алкогольного опьянения:

1. Легкая – ощущение комфорта, повышенного настроения, самоуверенности, ложного оптимизма, хвастливости. Человек весел и активен. Поет песни, танцует, громко говорит, переходит с одной темы на другую. Суждения становятся неточными, неконкретными, критика к оценке своего состояния снижается.

2. Средняя – наблюдается эйфория, усиливается двигательное возбуждение, которое сопровождается раздражительностью, иногда подавленным настроением, конфликтностью. Нарушается координация, возможны им-

пульсивные поступки, смазанная, неустойчивость походки, фрагментарные пробелы памяти на время опьянения.

3. Тяжелая – сопровождается расстройством сознания. Поведение может выйти из-под контроля, возможны неадекватные поступки, преобладает злобность. Движения совершенно не координированы, речь отрывиста. Не помнят, какие поступки совершали в состоянии опьянения.

Хронический алкоголизм наступает в результате принятия алкоголя длительное время, в течение нескольких лет, и, сопровождается структурными изменениями в ряде органов и систем. В головном мозге под влиянием алкоголя происходят необратимые изменения.

Абстинентный синдром (похмелье) развивается обычно 2-10 лет после начала злоупотребления алкоголем. После протрезвления наблюдается головная боль, головокружение, тахикардия, тремор конечностей.

Постепенно происходит алкогольная деградация личности со снижением памяти и интеллектуальной деятельности. Человек становится грубым, эгоистичным, эмоционально неустойчивым, раздражительным.

Принципы профилактики и работы с больными с алкогольной зависимостью можно подразделить на следующие направления:

1. сохранение и развитие условий, способствующих здоровью;
2. предупреждение негативного влияния обычаев в семье;
3. выявление групп населения, наиболее уязвимых по отношению к алкоголизму, оздоровление микросоциальной почвы;
4. предупреждение прогрессирования заболевания и его осложнений;
5. политика в отношении цен и организации торговли спиртными напитками, создание условий для воспитания трезвого образа жизни.
6. Применение методов психотерапии:
 - а) гипноз;
 - б) рациональная терапия – обращение к сознанию и рассудку человека, его логике;
 - в) аутогенная тренировка – самовнушение;
 - г) наркопсихотерапия (кодировка);
 - д) коллективная и групповая психотерапия (ЛТП);
 - е) создание обществ анонимных алкоголиков и т.п.

Наркомания (от греческого *narke* – оцепенение и *mania* – безумие) – это заболевание, которое выражается в физической и психической зависимости от наркотических средств, постепенно приводящей к глубокому истощению физических и психических функций организма. Всего насчитывается около 240 видов наркотических веществ.

По данным А.А. Габиани, наркомания распространена главным образом среди мужчин в возрасте до 35 лет, проживающих в городах, треть из них – молодежь до 25 лет.

Состояние наркотического опьянения во всех видах наркомании напоминает алкогольное, но без характерного запаха алкоголя изо рта.

Общим признаком состояния опьянения для всех видов наркотиков является эйфория, т.е. повышенное настроение, безмятежное блаженство в сочетании с замедлением или ускорением мышления. Однако такое настроение неустойчиво и может внезапно смениться недовольством. Опьяневшие оживлены, веселы, общительны, болтливы, громко разговаривают, назойливы. Может возникнуть полная потеря сознания на длительное время, либо сексуальное возбуждение. Появляются расстройства координации. Лицо опьяневшего напоминает маску.

Некоторые наркотики ухудшают сенсорные способности до такой степени, что становится крайне трудно, сохраняя осмысленную ориентацию по отношению к миру.

Важнейшим признаком, указывающим на употребление наркотиков, является абстинентный синдром. Даже очень сильные и терпеливые люди с трудом переносят его, настолько интенсивны боли.

Абстинентный синдром проявляется тогда, когда организм человека уже не может нормально функционировать без наркотических средств. Эта зависимость настолько велика, что без наркотика в отдельных случаях наступает смерть.

К специфическим проявлениям абстиненции следует отнести:

- зевоту, слезо- и слюнотечение, чихание, насморк, ознобы, «гусиную кожу», судороги, боли в пояснице и др. (опийная наркомания);
- неприятные, мучительные, тягостные ощущения (стягивание, жжение, давление, раздражение, переворачивание, переливание, щекотание, исходящее из разных органов (гашишная наркомания);
- головные боли (в половине головы), светобоязнь, тик лица, необоснованная подозрительность, грубость (эфедрон);
- ощущение инородных неодушевленных и одушевленных предметов под кожей (кокаин, крэк);
- грызущие, выкручивающие боли в суставах, боли в желудке, судороги мышц, дрожь языка (снотворные препараты).

Токсикомания: злоупотребление теми веществами, которые не входят в список наркотиков. Это различные химические, биологические и лекарственные вещества, вызывающие привыкание и зависимость.

Выделяют следующие группы наркотических и токсических веществ:

1. Морфин, опий и их полусинтетические и синтетические аналоги (героин, кодеин, промедол).
2. Кокаин и препараты из него («крэк»).
3. Вещества, добываемые из индийской конопли (гашиш, анаша, план, марихуана).
4. Снотворные (барбитураты, ноксирон, бробурал).
5. Стимуляторы (кофеин, эфедрин, допинги).
6. Транквилизаторы.
7. Атропин, атропинасодержащие препараты (астматол, белладонна).

8. Ненаркотические анальгетики (анальгин, аспирин, парацетамол).
9. Органические растворители и средства бытовой химии.
10. Никотин.

Единой причины возникновения наркомании не существует. Но имеют большое значения личностные факторы личности человека. Более склонные к наркомании люди инфантильные, пассивные, демонстративные, эмоционально неустойчивые. Важную роль играют и определенные социальные факторы: низкий уровень образования, отсутствие интереса к жизни, не умение занять свой досуг, влияние окружающей среды, неблагоприятная обстановка в семье и обществе, низкий уровень элементарных медицинских знаний. Психическая зависимость возникает во всех случаях систематического употребления наркотических веществ. Чаще всего отмечается негативная привязанность, при которой наркотик применяют с целью избавления от плохого самочувствия, напряжения.

Позитивная привязанность отмечается, тогда, когда наркотик принимается для получения приятного эффекта.

Физическая зависимость отмечает тягостные, мучительные ощущения, вызванные прерыванием наркотизации.

Проявляется физическая зависимость абстинентным синдромом – синдромом воздержания от наркотика 12-48 часов после прекращения приема наркотика. Наркоман не может переносить это состояние, доставляющие ему страдание.

Длительное употребление наркотиков накладывает отпечаток на внешний облик человека: они выглядят старше своих лет; развиваются серьезные заболевания важных органов, импотенция. Причастность человека к кругу наркоманов заметна даже по стилю его разговорной речи.

Суицид – намеренное прекращение собственной жизни.

В разных культурах отношение к суициду всегда было неоднозначным. В Древней Греции к нему относились негативно, суицид считался юридически наказуемым преступлением. Негативным отношением к самоубийству было и в нашей культуре: людей, совершивших такое преступление, не хоронили даже на кладбище. Осуждается это явление и с позиций католической веры. В других же странах, например, в Китае, отношение к суициду было весьма спокойным, считалось, что человек, таким образом, освобождает душу. В Японии до недавнего времени существовал обряд харакири, когда совершение самоубийства считалось высшим проявлением мудрости, честности, порядочности.

Следует отметить, что в настоящее время наблюдается тенденция к увеличению роста самоубийств. Исследования показали, что имеются определенные группы, в которых частота самоубийств повышена. Например, среди мужчин она в три раза выше, чем среди женщин, хотя частота суицидальных попыток значительно выше у женщин. Исторически частота са-

моубийств была наивысшей среди пожилых, однако в конце XX века отмечается резкий рост суицидов в группе 15-24-летних.

Исследование суицидного поведения на территории бывшего СССР выявляет целый ряд особенностей. Все бывшие республики Советского Союза можно условно разделить на две группы:

1. республики Европейской части бывшего СССР, Россия, Грузия, в них уровень самоубийств среди городского населения ниже, чем среди сельского, и составляет около 70 % - европейский тип распространения самоубийств.

2. республики Средней Азии, Закавказья (кроме Грузии), Казахстан, здесь уровень городских самоубийств выше, чем в сельской местности, в среднем в 2 раза – азиатским типом распространения самоубийств.

Азиатский тип распространения самоубийств объясняется национально-религиозными традициями, особенностями межличностных отношений, большим количеством многодетных семей, урбанизацией; европейский – неблагоприятной социально-экономической обстановкой на селе, стагнацией деревенской жизни, оттоком работоспособных селян в города, старением сельских жителей. По этим же причинам среди городов по числу самоубийств лидируют малые и средние.

Наконец, несомненна связь суицидного поведения с другими формами социальных отклонений, например с пьянством.

Судебной экспертизой установлено: 68 % мужчин и 31 % женщин покончили с жизнью, находясь в состоянии алкогольного опьянения. На учете как хронические алкоголики состояли 12 % совершивших самоубийство мужчин и 20,2 % всех, покушавшихся на свою жизнь.

Прослеживая связь самоубийств с принадлежностью к определенным социальным группам, Дюркгейм устанавливает зависимость числа самоубийств от степени ценностно-нормативной интеграции общества (группы). Он выделяет 3 основных типа самоубийства, обусловленные различной силой влияния социальных норм на индивида:

1. эгоистическое,
2. альтруистическое,
3. аномическое.

Эгоистическое самоубийство имеет место в случае слабого воздействия социальных (групповых) норм на индивида, остающегося наедине с самим собой и утрачивающего в результате смысл жизни.

Альтруистическое самоубийство, наоборот, вызывается полным поглощением обществом индивида, отдающего ради него свою жизнь.

Аномическое самоубийство обусловлено состоянием аномии в обществе, когда социальные нормы не просто слабо влияют на индивида (как при эгоистическом самоубийстве), а вообще практически отсутствуют, когда в обществе наблюдается нормативный вакуум, т.е. аномия.

Дюркгейм указывает на 4 тип самоубийства – фаталистский, который должен служить симметричным антиподом анемического самоубийства, но не рассматривает его специально вследствие его незначительной распространенности.

Мифы о суициде:

Миф 1. Самоубийства совершаются психически ненормальными людьми (8-9 % суицидентов нуждались в медицинской помощи).

Миф 2. Невозможно остановить самоубийцу.

Миф 3. Если человек открыто заявляет о желании покончить с собой, то он никогда не совершит самоубийства (3/4 самоубийц сообщали о своих намерениях).

Миф 4. Можно предупредить суицидальное происшествие, загрузив суицидента работой.

Миф 5. Нет внешних признаков, указывающих на то, что человек решил на суицид (факты свидетельствуют о суицидальных намерениях).

В самом явлении суицида выделяют несколько фаз.

1. Предсуицид – в определенной ситуации у человека появляются мысли, размышления об отсутствии смысла жизни, которые выражаются в формулировках типа «жить не стоит, устал от такой жизни». Не имеется четкого представления о смерти, а имеется самоотрицание жизни.

2. Пассивные суицидальные мысли, которые характеризуются представлениями, фантазиями на тему лишения себя жизни. Например: «хорошо бы умереть, заснуть и не проснуться», которые выражают внутреннюю готовность человека к суициду.

3. Суицидальные замыслы: идет разработка плана суицида.

4. Суицидальные намерения: принято решение о самоубийстве, идет подготовка к совершению самоубийства.

Около 75% людей, совершающих суицид, предварительно дают знать о своих намерениях другим людям, хотя способы сообщения об этом могут быть завуалированы.

При выявлении таких намерений у знакомого или близкого человека необходимо предпринять следующие меры:

- установить заботливые взаимоотношения. Их следует выражать не только словами, но и жестами, здесь уместнее поддержка;
- не оставлять человека одного в ситуации суицидального риска. Следует оставаться с ним как можно дольше или попросить кого-нибудь побыть с ним, пока не разрешится кризис или не прибудет помощь;
- быть внимательным слушателем;
- не спорить. Вступая в дискуссию с подавленным человеком, можно не только проиграть спор, но и потерять его самого;
- задавать вопросы;
- не предлагать неоправданных утешений;

- вселять надежду;
- ограничить доступ предполагаемого суицидента к средствам, с помощью которых можно легко убить себя.

Все мы должны знать, что в большинстве случаев суицидентами руководят противоречивые чувства. Они испытывают безнадежность и, в то же самое время, надеются на спасение.

И если близкие, друзья, знакомые проявят к такому человеку в эти минуты теплоту, заботу и принципиальность, то они могут спасти ему жизнь и изменить всю его дальнейшую судьбу.

СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ «СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ»

«Не следует бояться стресса. Его не бывает только у мертвых. Стрессом надо управлять»

Ганс Селье

В современных условиях на первое место выступает проблема социальной ценности человека, при этом здоровье является одним из важных объективных условий жизнедеятельности. Среди множества факторов, определяющих работоспособность и другие характеристики здоровья, большую роль играет психическая устойчивость к стрессовым ситуациям. Высокий уровень психической устойчивости к стрессам является залогом сохранения, развития и укрепления здоровья и профессионального долголетия личности.

Формирование стрессоустойчивости является залогом психического здоровья людей и непременным условием социальной стабильности, прогнозируемости процессов, происходящих в обществе.

Нарастающие нагрузки, в том числе психические, на нервную систему и психику современного человека приводит к формированию эмоционального напряжения, которое выступает одним из главных факторов развития различных заболеваний.

В настоящее время на передний план выходит забота о сохранении психического здоровья и формировании стрессоустойчивости современного человека.

Стресс – это повышенное напряжение психофизиологических ресурсов человека, проявляющееся как в острых, так и в хронических негативных переживаниях. Развитие стресса во многом определяется особенностями субъективного отношения человека к той ситуации, в которой он живет и работает, а также накопленными в его опыте способами преодоления затруднений.

Проще стресс можно определить как неадекватную реакцию личности на те или иные проявления, внутренние и внешние, которые, собственно, и выступают как раздражители или стрессоры. Ключевую роль в процессе возникновения стресса играет механизм непринятия того проявления, с которым личность сталкивается.

Слово "стресс" в переводе с английского означает "напряжение". В научный оборот этот термин введен в 1936 г. выдающимся канадским физиологом Гансом Селье (р. 1907), разработавшим общую концепцию стресса как приспособительной реакции организма на воздействие экстремальных факторов (стрессогенов): реакции на возникающие трудности, конфликтные ситуации, неожиданные события и пр.

По классическому определению Г. Селье, стресс является неспецифическим ответом организма на любое предъявленное ему требование, и этот ответ представляет собой напряжение организма, направленное на преодоление возникающих трудностей и приспособление к возросшим требованиям.

Каждый из собственного опыта знает, что в качестве стрессора может выступать все, что угодно: взгляд, слово, действие, событие, затерявшаяся вещь и т.д., и т.п.

Поэтому дело не столько в самом стрессоре, сколько в нашем отношении к нему. Если личность не в состоянии своевременно измениться, признав факт реального существования раздражителя, не соглашаясь с этим фактом и не принимая его реальности, он закономерно превращается в стрессор.

Не принимая реальности, личность рассогласовывается с ней, что порождает негативные переживания, внутреннее психическое напряжение, а в дальнейшем тягостное психологическое состояние, болезни, преждевременное старение и смерть.

Из множества изученных черт и свойств личности наиболее мощными факторами повышения уровня стрессоустойчивости являются:

- общий энергетический потенциал личности,
- уровень развития интуиции,
- уровень развития логических способностей,
- эмоциональная зрелость личности (эмоциональная устойчивость и уровень эмоционального контроля),
- пластичность (гибкость, готовность личности к изменениям),
- тип темперамента,
- уровень развития рефлексии и др.

Когда о человеке говорят, что он – стрессоустойчивый, это значит, что он умеет справляться со стрессами. Трудно это или легко?

Подвержены ли Вы стрессу?

Необходимо ответить на вопросы, исходя из того, насколько часто эти утверждения верны для Вас. Отвечать следует на все пункты, даже если данное утверждение к Вам вообще не относится.

- почти всегда – 1;
- часто – 2;
- иногда – 3;
- почти никогда – 4;
- никогда – 5.

1. Вы едите, по крайней мере, одно горячее блюдо в день.
 2. Вы спите 7-8 часов, по крайней мере, четыре раза в неделю.
 3. Вы постоянно чувствуете любовь других и отдаете свою любовь взамен.
 4. В пределах 50 километров у Вас есть хотя бы один человек, на которого Вы можете положиться.
 5. Вы упражняетесь до пота хотя бы два раза в неделю.
 6. Вы выкуриваете меньше половины пачки сигарет в день.
 7. За неделю Вы потребляете не больше пяти рюмок алкогольных напитков.
 8. Ваш вес соответствует Вашему росту.
 9. Ваш доход полностью удовлетворяет Ваши основные потребности.
 10. Вас поддерживает Ваша вера.
 11. Вы регулярно занимаетесь клубной или общественной деятельностью.
 12. У Вас много друзей и знакомых.
 13. У Вас есть один или два друга, которым Вы полностью доверяете.
 14. Вы здоровы.
 15. Вы можете открыто заявить о своих чувствах, когда Вы злы или обеспокоены чем-либо.
 16. Вы регулярно обсуждаете с людьми, с которыми живете, Ваши домашние проблемы.
 17. Вы делаете что-то только ради шутки хотя бы раз в неделю.
 18. Вы можете организовать Ваше время эффективно.
 19. За день Вы потребляете не более трех чашек кофе, чая или других содержащих кофеин напитков.
 20. У Вас есть немного времени для себя в течение каждого дня.
- Теперь сложите результаты Ваших ответов и из полученного числа отнимите 20 очков.

Ключ:

Если Вы набрали меньше 10 очков, то Вас можно обрадовать, в случае если Вы отвечали еще и честно, – у Вас прекрасная устойчивость к стрессу.

совым ситуациям и воздействию стресса на организм, Вам не о чем беспокоиться.

Если Ваше итоговое число превысило 30 очков, стрессовые ситуации оказывают немалое влияние на Вашу жизнь и Вы им не очень сильно сопротивляетесь.

Если Вы набрали более 50 очков, Вам следует серьезно задуматься о Вашей жизни – не пора ли ее изменить. Вы очень уязвимы для стресса.

Что такое стрессоустойчивость

Для начала, разберемся, что психологи понимают под термином «стрессоустойчивость» – воспитанное самостоятельно или сформированное кем-либо – умение грамотно реагировать на раздражающие, стрессовые ситуации, и быстро действовать в них, контролировать негативные эмоции в таких ситуациях. В психологии выделяют несколько типов стрессоустойчивых людей:

1. Стрессонеустойчивые – те, кто сложно переносят даже небольшие стрессы, плохо адаптируются к новым обстоятельствам, сразу же раздражаются или нервничают из-за проблем. Как правило, это психологически негибкие люди и легко впадают в панику.

2. Стрессотренируемые – те, кто готов к небольшим стрессам, нормально на них реагируют, но серьезные стрессы, большие перемены выбивают их из колеи. Когда от таких людей начинают требовать быстрых решений либо слишком большой ответственности, они начинают нервничать.

3. Стрессотормозные – более спокойно реагируют на стрессы, но это происходит не из-за тренированности, а скорее из-за флегматичного темперамента. Резкие и неожиданные стрессы выбивают их в депрессию.

4. Стрессоустойчивые – у них самая защищенная психика и они лучше всего реагируют на стрессы. Иногда – это врожденное качество, но чаще – сформированное опытом и психологической грамотностью.

Согласно данным исследований: 64% людей подвержены стрессовым ситуациям в офисах, у 56% стресс приводит к бессоннице, у 26% стресс вызывает различные заболевания, у 17% на почве стресса возникают аллергические реакции.

Чем выше у человека эмоциональный интеллект, чем чаще он сталкивается с различными негативными, нестандартными, неожиданными ситуациями и учится выходить из них, тем у него выше стрессоустойчивость. Если говорят: «учись плавать, плавая», то можно точно так же сказать: «учить противостоять стрессам, проходя через них». Можно научиться быстро и правильно реагировать в различных критических ситуациях, отражать психологические нападения разных людей.

Почему нужно быть стрессоустойчивым

Ганс Селье различал два вида стрессов: негативные – которые разрушают психику и позитивные – которые волнуют, но не воздействуют разрушительно. Например, первый прыжок с парашютом – это всегда стресс, но негативным его назвать нельзя. Он приносит новые эмоции и ощущения, формирует новый навык. Стрессы в определенном количестве полезны человеческому организму. Это – как своеобразная встряска для человека, выбивающая его из привычного, комфортного существования, обучающая человека действовать и думать по-другому.

Стрессоустойчивость дает несомненные преимущества. Когда человек понимает, что может противостоять тем или иным стрессам, он ощущает в себе большую уверенность, способность справляться с критическими ситуациями, быть опорой и поддержкой в таких ситуациях другим. Стрессоустойчивые люди – физически более здоровы, так как нервные срывы, депрессии сильно разрушают организм. Исследования ученых доказали, что многие тяжелые и хронические заболевания начинаются с хронических стрессов. Такие люди хуже спят, у них ниже иммунитет, хуже аппетит. Внутреннее спокойствие, умение быть выдержанным и собранным в трудных ситуациях – важный навык, дающий возможность быстро мобилизовать внутренние силы, не расходовать попусту энергию, думать и принимать решения в критических ситуациях. Стрессы отбирают много энергии, недаром после них человек ощущает себя «выжатым, как лимон». Стрессоустойчивые – более позитивные люди. Важно уметь видеть в кризисе – урок и новые возможности, а не заикливаться длительное время на проблемах и ощущать себя несчастной жертвой.

Учимся противостоять стрессам

Психологи сравнивают умение справляться со стрессами с птицей Феникс, которая всегда восставала из пепла. Необходимо развивать в себе умение восстанавливать душевное спокойствие после стрессовых ситуаций, а сами ситуации – встречать спокойно и с достоинством. Стрессы делают нас эмоционально более сильными, а это важное умение.

1. Стать профессионалом в избранной сфере деятельности – чем выше уровень мастерства, тем больше уверенности в себе и тем труднее такого сотрудника выбить из колеи на работе. Профессионал легче воспринимает цейтноты, новые задания, новые проекты, не боится брать на себя ответственность.

2. В любой ситуации сохранять терпение. Это поистине золотое качество любого человека. Выдержанность и терпение! Порой очень трудно сохранить спокойствие, когда все вокруг ругаются и кричат, но это лучше, чем присоединиться к орущим. В стрессовых ситуациях взвешивайте каждое слово, которое вы говорите.

3. Проявлять уважение к людям в любой сложной ситуации. Все мы – разные, у каждого свои особенности характера, воспитания и образования, свои недостатки. И это необходимо учитывать.

4. Заниматься спортом, посещать бассейн, баню, или хотя бы делать зарядку и совершать пешие прогулки. Выбираться за город, в парки, на рыбалку, на дачу. Свежий воздух, вода, природа – действуют успокаивающе на нервную систему человека и делают ее более устойчивым к стрессам.

5. Учиться расслабляться. Изучить дыхательные техники и приемы медитации. Во время стресса очень важно правильно дышать – глубокое и спокойное дыхание помогает сбросить напряжение. Делайте глубокий и медленный вдох в течение 6 секунд, затем, задерживаете дыхание на 6 секунд и потом – медленный выдох в течение 6 секунд. И так несколько раз.

6. Бросить курить – курение снижает уровень стрессоустойчивости. Контролировать дозы алкоголя – алкоголь делает человека более агрессивным и легче поддающимся различным провокациям.

7. Изучать грамотно планировать свой день, не оставлять важные дела на конец дня и на пятницу. Уметь отделять важные дела от срочных, и от мелких дел, и точно знать, какие дела необходимо сделать в первую очередь. Стараться не брать работу домой и на выходные. Чередовать темп работы. В течение рабочего дня делать короткие перерывы, во время которых послушать в наушниках хорошую музыку, посмотреть красивые картинки природы, почитать смешные шутки, анекдоты, философские притчи.

8. Учиться концентрироваться в любых обстоятельствах.

9. Учиться взаимодействовать с трудными коллегами, приятелями, клиентами. Наилучший вариант – внутренне воспринимать это, как тренинг.

10. Заниматься каким-нибудь хобби. Творческие, увлеченные люди, у которых есть какое-то хобби – танцы, вязание, рыбалка, кулинария, кино – менее подвержены стрессам.

11. В выходные дни чередовать активный отдых (прогулки, занятия спортом, игры с детьми) с пассивным (чтение, телевизор, сон).

12. Наблюдать за людьми. Любая стрессовая ситуация начинается с мелочей, так же, как буря начинается с небольшого ветра. Обнаружив нарастающие признаки будущего конфликта, у вас будет время заранее к нему подготовиться.

13. Анализировать любую стрессовую ситуацию, чтобы понимать, почему она возникла и как разрешилась, кто как себя в ней вел. Таким образом, накапливается опыт поведения в подобных ситуациях.

14. Трезво оценить любую стрессовую ситуацию. Не впадать в крайности – безразличие «моя хата с краю, ничего не знаю» или в панику и психоз.

15. Всегда чутко прислушиваться к своему внутреннему состоянию.

У любого человека существует собственный стрессовый предел – один может выдерживать сильные стрессы длительное время, а другой начинает паниковать из-за мелочей. Начинать со «стресса кролика» – когда люди просто избегают стрессовых ситуаций, проходите через «стресс вола», когда учатся адаптироваться к стрессам и переходите к высшему уровню – «стресс льва», когда подобные ситуации будут вас мобилизовать!

Антистрессовые приемы

1. Полдня в неделю нужно проводить так, как вам нравится: плавайте, танцуйте, прогуливайтесь, или же просто сидите на скамейке в парке.

2. Не реже одного раза в день говорите самому дорогому для вас человеку теплые слова. Не сомневайтесь, что он (она) скажет в ответ вам то же самое. В нашем суровом мире одно сознание того, что вас кто-то любит, способно защитить от тяжелых срывов.

3. Два или три раза в неделю давайте себе физическую нагрузку. Упражнения не должны быть изматывающими, но если вам после занятий не понадобился душ, значит, вы что-то делали неправильно или, же просто недостаточно тренировались.

4. Пейте побольше воды (не спиртных напитков!). Для того чтобы поддерживать тело в хорошей форме, следует выпивать только одной воды не менее 1-1,5 литра в день.

5. По меньшей мере, раз в неделю занимайтесь тем, что вам вроде бы «вредно» (можно, например, «чуть-чуть» нарушить диету, или же ложитесь спать раньше или позже, чем обычно). Следить за собой необходимо, но, когда это делается слишком серьезно, можно опасаться того, что вы станете ипохондрикком.

6. Не позволяйте расхищать свою жизнь! Будет лучше, если некоторые письма останутся нераспечатанными, а телефонные звонки – без ответа. Бесцеремонные люди крадут часы (даже дни) вашей жизни и создают вам стрессы, заставляя делать то, что вам не нужно и не нравится.

7. Когда вы подавлены или рассержены, займитесь интенсивной физической работой: вскопайте огород, раскидайте сугробы, переставьте мебель или просто разбейте старые тарелки. Можете отправиться за город и покричать там. Подобные неадекватные поступки неплохо защищают человека от стрессов.

8. Включите в свой рацион картофель, бананы, сливочное масло, шоколад. Эти продукты содержат вещества, являющиеся антидепрессантами, поэтому они активно способствуют улучшению настроения.

Не очень сложные приемы, согласитесь? Но следование им обязательно убережет вас от многих тяжелых стрессов.

КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЕ ЗАНЯТИЕ С ЭЛЕМЕНТАМИ ТРЕНИНГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕВИАНТНОГО (АЛКОГОЛЬНОГО) ПОВЕДЕНИЯ

Коррекционно-развивающее занятие с элементами тренинга по профилактике девиантного (алкогольного) поведения рассчитано на группу студентов первых – пятых курсов УО БГСХА.

Цель:

1. формирование установки на здоровый образ жизни;
2. профилактика алкоголизации.

Задачи:

1. формирование у студентов установки на жизнь как высшую ценность и приоритет здоровья в системе человеческих ценностей;
2. формирование негативного отношения к употреблению алкоголя;
3. осознание мотивов своих поступков;
4. создание благоприятной атмосферы в студенческой группе.

Занятие длится 1,5–2 часа и состоит из трех основных частей:

1. Вводная часть (разминка).
2. Основная часть (рабочая).
3. Завершение.

Вводная часть и завершение занимают примерно по четверти всего времени занятия, около половины времени – собственно работа.

Структура занятия:

1. Вводная беседа.
2. Обсуждение и принятие норм и правил групповой работы.
3. Упражнение «Импульс».
4. Упражнение «Незаконченное предложение».
5. Просмотр научно-популярного фильма о вреде алкоголя «Береги себя».
6. Упражнение «Спасибо за приятное занятие».
7. Заключительный шеринг.

Вводная беседа

Краткий рассказ студентам о том, чем им предстоит заниматься и для чего это нужно.

Основные нормы и правила групповой работы

1. Единая форма обращения друг к другу на «ты» (по имени).

Для создания климата доверия в группе, предложить студентам обращаться друг к другу на «ты», включая ведущего тренинга. Это психологически уравнивает всех, в том числе и ведущего, независимо от возраста, социального положения, жизненного опыта, и способствует раскрепощению участников тренинга.

2. Общение по принципу «здесь и теперь».

Во время тренинга все студенты говорят только о том, что волнует их именно сейчас, и обсуждают то, что происходит с ними в группе.

3. Конфиденциальность всего происходящего.

Все, что происходит во время тренинга, ни под каким предлогом не разглашается и не обсуждается вне тренинга. Это поможет участникам тренинга быть искренними и чувствовать себя свободно. Благодаря этому правилу, участники тренинга смогут доверять друг другу и группе в целом.

4. Персонификация высказываний.

Безличные слова и выражения типа «Большинство людей считают, что...», «Некоторые из нас думают...» заменяем на «Я считаю, что...», «Я думаю...». По-другому говоря, говорим только от своего имени и только лично кому-то.

5. Искренность в общении.

Во время тренинга предлагается каждому студенту говорить только то, что он думает и чувствует, т.е. искренность должна заменить тактичное поведение.

6. Недопустимость перехода «на личности».

Следует говорить не о личностях, каких-либо отрицательных качествах человека, а о его действиях.

7. «Обратная связь».

Каждый участник должен дать почувствовать другим, как он к ним относится.

8. Не опаздывать!

Во время занятий создается некоторое энергетическое пространство, которое надо беречь. Поэтому тренинги проводятся в изолированном помещении. Опаздывающие или попусту болтающие участники «разрезают» его.

В случае, если кого-то не устраивают какие-либо правила, то нужно всем вместе решить: принять их или уйти.

Во время обсуждения дается возможность высказаться всем желающим, выслушать их предложения, а также обсудить их.

Упражнение «Импульс»

Цель: установление контакта и сплочение группы, положительный эмоциональный настрой в начале занятия.

Описание упражнения: Участники стоят в кругу. Ведущий пожимает руку стоящему справа от него соседу и говорит: «Привет!» Этот импульс и приветствие передаются дальше по кругу, пока не вернется к ведущему. Игра должна проводиться в быстром темпе. Для усложнения ведущий через несколько секунд после первого импульса может послать второй, третий и т.д., всякий раз пожимая руку соседу и произнося какое-то новое приветственное слово, например «Здравствуй» и др.

Упражнение «Незаконченное предложение»

Цель: выяснить отношение студентов к людям с алкогольной зависимостью, отношение к алкоголю.

Описание упражнения: Студентам раздаются карточки с незаконченными предложениями, они должны закончить предложения, после окончания проводится общее обсуждение.

Когда я вижу пьяного, я чувствую...

Общаясь с пьющим человеком, я понимаю...

Главный признак алкогольной зависимости, как мне кажется...

Просмотр научно-популярного фильма о вреде алкоголя «Береги себя»

Обсуждение в группе.

Упражнение «Спасибо за приятное занятие»

Инструкция: «Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа студентов в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Заключительный шеринг

Участникам, сидящим в круге, предлагается высказаться по следующим темам:

- Что запомнилось на занятии, что показалось важным и интересным?
- Какие чувства вы испытываете в данный момент?
- Какие пожелания хотелось бы высказать своей группе?

Учреждение образования
«Белорусская государственная
Орден Октябрьской Революции
и Трудового Красного Знамени
сельскохозяйственная академия»

УТВЕРЖДЕНО
Первым проректором
УО «Белорусская государственная
сельскохозяйственная академия»
А.В. Колмыковым
01.11.2017 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении акции «Закон и ты» по правовому просвещению молодежи

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель: просветительская работа среди студенческой молодежи по предупреждению правонарушений.

Задачи: повышение правовой грамотности обучающихся; расширение и систематизация правовых знаний студенческой молодежи для формирования правосознания; акцентирование внимания обучающихся на необходимости соблюдения законности и правопорядка.

2. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ

Акция проводится с 1 по 30 ноября 2016 года.

3. УЧАСТНИКИ АКЦИИ

В акции участвуют обучающиеся факультетов очной формы обучения.

4. СОДЕРЖАНИЕ АКЦИИ

В рамках акции проводятся мероприятия, направленные на расширение, систематизацию и закрепление правовых знаний: информационно-просветительские лекции, интервьюирование, конкурс эрудитов, познавательно-игровая программа, выставка литературы, работа юридической приемной и т.д. План проведения мероприятий прилагается.

5. ОБЩЕЕ РУКОВОДСТВО

Общую координацию акции осуществляют управление по воспитательной работе с молодежью (социально-педагогическая и психологическая служба), профсоюзный комитет студентов УО БГСХА и ПО/РК ОО «БРСМ» УО БГСХА

6. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Подведение итогов акции 30 ноября 2017 года в управлении воспитательной работы с молодежью.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
акции «Закон и ты» по правовому просвещению молодежи,
01 – 30 ноября 2017 года

№	Мероприятия	Место проведения	Дата проведения	Ответственный
1	2	3	4	5
1.	Выставка литературы «Правовая ответственность»	библиотека	01.11, 2017 -30.11.2017	Заведующая гуманитарно-просветительским отделом библиотеки
2.	Работа юридической приемной	юридический отдел УО БГСХА	01.11, 2017 -30.11.2017	Ведущий юрисконсульт УО БГСХА
3.	Работа учебно-практического кружка «Юридический пункт» (оказание правовой помощи гражданам)	Практический кружок «Юридический пункт» при кафедре права 16 уч. корп., ауд 16033	1 раз в неделю	Руководитель практического кружка «Юридический пункт»
4.	Лекция «Профилактика коррупционных проявлений в студенческой среде» с приглашением сотрудника Горецкого РОВД	Все студенческие общежития	01.11.2017 -15.11.2017 по отдельному графику	Педагоги-психологи, воспитатели общежитий.
5.	Лекция «Профилактика правонарушений и преступлений в молодежной среде» с приглашением сотрудника Горецкого РОВД	Факультеты бизнеса и права, механизации сельского хозяйства, 1 курс	01.11.2017	Заместитель декана факультета по воспитательной работе, педагог-психолог.
6.	Лекция «Профилактика правонарушений и преступлений в молодежной среде» с приглашением сотрудника Горецкого РОВД	Землеустроительный и мелиоративно-строительный факультеты, 1 курс	16.11.2017	Заместитель декана факультета по воспитательной работе, педагог-психолог.
7.	Лекция «Вред сквернословия» с приглашением иерея отца Сергия	Факультет биотехнологии и аквакультуры, 1 курс	16.11.2017	Заместитель декана факультета по воспитательной работе, педагог социальный
8.	Агитбригада «Вместе против ВИЧ»	Факультет биотехнологии и аквакультуры, 1 курс	16.11.2017	Педагог-социальный
9.	Беседа «Безопасный выезд за рубеж»	Экономический факультет и факультет бухгалтерского учета, 1 курс	21.11.2017	Заместитель декана факультета по воспитательной работе, педагог социальный

1	2	3	4	5
10.	Агитбригада «Вместе против ВИЧ»	Экономический факультет и факультет бухгалтерского учета, 1 курс	21.11.2017	Педагог-социальный
11.	Лекция «Профилактика правонарушений и преступлений в молодежной среде» с приглашением сотрудника Горещкого РОВД	Агрономический и агроэкологический факультеты, 1 курс	23.11.2017	Заместитель декана факультета по воспитательной работе,
12.	Познавательно-игровая программа «Закон и совесть»	Общ. №№ 10а, 14, 12	01.11.2017	Педагоги-организаторы, воспитатели общежитий
13.	Познавательно-игровая программа «Закон и совесть»	Общ. №№ 6, 4, 7	02.11.2017	Педагоги-организаторы, воспитатели общежитий
14.	Познавательно-игровая программа «Закон и совесть»	Общ. №№ 5, 2, 9	09.11.2017	Педагоги-организаторы, воспитатели общежитий
15.	Интервьюирование на тему «Закон и ты»	фойе уч. корп. № 10	13.11.2017 -24.11.2017	Профсоюзный комитет студентов УО БГСХА
16.	Семинар-практикум «Умей сказать "НЕТ"!» для обучающихся, требующих особого внимания	общ. № 1 к.84 клуб «Оптималист»	16.11.2017	Руководитель клуба «Оптималист», педагоги-психологи, заместители декана факультета по воспитательной работе
17.	Конкурс эрудитов «Закон и ты» среди команд 1 курса	Все факультеты	22.11.2017	СНК «Друзья науки и культуры», педагоги-психологи, заместители декана факультета по воспитательной работе
18.	Заседание «Клуба молодой семьи» «Правовые аспекты семейной жизни»	общ. № 12	22.11.2017	Руководитель Клуба молодой семьи
19.	Подведение итогов акции	ауд. 459	30.11.2017	УВРМ

Учреждение образования
«Белорусская государственная
Орден Октябрьской Революции
и Трудового Красного Знамени
сельскохозяйственная академия»

УТВЕРЖДЕНО
Первым проректором
УО «Белорусская государственная
сельскохозяйственная академия»
А.В. Колмыковым
03.10.2017 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении профилактической акции «Молодежь за безопасность!»

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель: профилактическая работа среди студенческой молодежи по предупреждению дорожно-транспортного травматизма, соблюдению правил дорожного движения, соблюдению пожарной безопасности.

Задачи: повышение уровня информированности студенческой молодежи по вопросам соблюдения правил дорожного движения, пожарной безопасности; обучение правилам поведения на дорогах, соблюдению противопожарного режима.

2. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ

Акция проводится 4 октября по 3 ноября 2017 года.

3. УЧАСТНИКИ АКЦИИ

В акции участвуют обучающиеся факультетов очной формы обучения.

4. СОДЕРЖАНИЕ АКЦИИ

В рамках акции проводятся: информационно-просветительские лекции, раздача наглядного материала (буклетов) профилактического характера и фликеров в фойе учебного корпуса №10, демонстрация видеороликов, блиц-опрос и т.д. План проведения мероприятий прилагается.

5. ОБЩЕЕ РУКОВОДСТВО

Общую координацию акции осуществляют управление по воспитательной работе с молодежью (социально-педагогическая и психологическая служба), профсоюзный комитет студентов УО БГСХА и ПО/РК ОО «БРСМ» УО БГСХА

Ответственный за тиражирование информационных материалов начальник учебно-методического управления.

6. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Подведение итогов акции 3 ноября 2017 года в управлении по воспитательной работе с молодежью.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
профилактической акции «Молодежь за безопасность!»,
04 октября – 03 ноября 2017 года

№	Мероприятия	Место проведения	Дата проведения	Ответственный
1	2	3	4	5
1.	Разработка флайеров по профилактике дорожно-транспортного травматизма и соблюдению правил дорожного движения	ауд. 459	до 04.10.2017	педагоги-психологи УВРМ
2.	Отбор видеороликов для демонстрации	ауд. 459	до 04.10.2017	педагоги-психологи УВРМ
3.	Лекция «Правила поведения в общественных местах»	Все студенческие общежития	04.10.2017 - 31.10.2017 г. по плану СППС	Педагоги социальные, воспитатели общежитий.
4.	Лекция «Безопасность дорожного движения. Профилактика дорожно-транспортного травматизма» с приглашением сотрудника ОГАИ Горецкого РОВД	Мелиоративно-строительный, землеустроительный факультеты, 1 курс	05.10.2017	Педагоги-психологи
5.	Лекция «Соблюдение противопожарного режима для проживающих в общежитии и действия при чрезвычайных ситуациях» с приглашением сотрудника Горецкого РОЧС	Все студенческие общежития	09.10.2017 - 24.10.2017 г. по отдельному графику	Педагоги-психологи, воспитатели общежитий
6.	Лекция «Безопасность дорожного движения. Профилактика дорожно-транспортного травматизма» с приглашением сотрудника ОГАИ Горецкого РОВД	Факультеты бизнеса и права, механизации сельского хозяйства, 1 курс	11.10.2017	Педагоги-психологи
7.	Лекция «Безопасность дорожного движения. Профилактика дорожно-транспортного травматизма» с приглашением сотрудника ОГАИ Горецкого РОВД	Агрономический факультет, факультет биотехнологии и аквакультуры, 1 курс	12.10.2017	Педагоги-психологи

1	2	3	4	5
8.	Лекция «Правила поведения в общественных местах»	Агроэкологический факультет, 1 курс	19.10.2017	Педагоги социальные УВРМ
9.	Демонстрация видеороликов	фойе уч. корп. № 10	19.10.2017	Педагоги-психологи
10.	Раздача флайеров по профилактике дорожно-транспортного травматизма и соблюдению правил дорожного движения	фойе уч. корп. № 10	19.10.2017	Педагоги-психологи, профком студентов, ПО/РК ОО БРСМ
11.	Блиц-опрос «Моя безопасность – это...»	фойе уч. корп. № 10	19.10.2017	Педагоги-психологи, профком студентов, ПО/РК ОО БРСМ
12.	Раздача фликеров под девизом «Стань заметней в темноте!»	фойе уч. корп. № 10	19.10.2017	Педагоги-психологи, профком студентов
13.	Патрулирование территории академгородка с целью выявления и предупреждения нарушений КоАП РБ ст. 18.23. ч.1 под девизом «Выйди из тени – стань заметнее!»	Территория академгородка (корпуса и общежития)	04.10.2017 - 31.10.2017	ПО/РК ОО БРСМ
14.	Подведение итогов акции	ауд. 459	03.11.2017	УВРМ

Учреждение образования
«Белорусская государственная
Орден Октябрьской Революции
и Трудового Красного Знамени
сельскохозяйственная академия»

УТВЕРЖДЕНО
Первым проректором
УО «Белорусская государственная
сельскохозяйственная академия»
А.В. Колмыковым
05.03.2018 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении акции «Сделай правильный выбор!», по профилактике асоциального поведения студенческой молодежи

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Цель: профилактическая работа среди студенческой молодежи по предупреждению противоправного поведения.

Задачи: повышение уровня информированности студенческой молодежи по вопросам ответственности за совершение противоправных поступков; формирование гражданской позиции в ситуации нравственного выбора; развитие активной позиции по отношению к здоровому образу жизни.

2. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ

Акция проводится с 5 по 30 марта 2018 года.

3. УЧАСТНИКИ АКЦИИ

В акции участвуют обучающиеся факультетов очной формы обучения.

4. СОДЕРЖАНИЕ АКЦИИ

В рамках акции проводятся мероприятия, направленные предупреждение противоправного поведения студенческой молодежи: информационно-просветительские лекции, раздача наглядного материала профилактического характера в фойе учебного корпуса №10, демонстрация видеороликов, блиц-опрос, квест-игра, спортивные соревнования, тренинги и т.д. План проведения мероприятий прилагается.

5. ОБЩЕЕ РУКОВОДСТВО

Общую координацию акции осуществляют управление по воспитательной работе с молодежью (социально-педагогическая и психологическая служба), профсоюзный комитет студентов УО БГСХА.

Ответственный за тиражирование информационных материалов начальник учебно-методического управления.

6. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Подведение итогов акции 30 марта 2018 года в управлении по воспитательной работе с молодежью.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
акции «Сделай правильный выбор!», по профилактике асоциального поведения студенческой молодежи, 05 – 30 марта 2018 года

№	Мероприятия	Место проведения	Дата проведения	Ответственный
1	2	3	4	5
1.	Разработка флайеров по предупреждению противоправного поведения	ауд. 459	до 07.03.2018	СППС УВРМ
2.	Отбор видеороликов для демонстрации	ауд. 459	до 07.03.2018	педагоги-психологи УВРМ
3.	Беседа «Профилактика наркозависимости» с просмотром видеофильма	Все студенческие общежития	01.03.2018 - 21.03.2018 по плану СППС	Педагоги социальные, воспитатели общежитий
4.	Тренинг «Начни с себя»	Экономический факультет, 3-5	06.03.2018	Педагоги-психологи УВРМ
5.	Лекция «Профилактика наркомании в молодежной среде» с приглашением сотрудников Горещкого РОВД	Студенческие общежития	12.03.2018 - 20.03.2018 г. по отдельному графику	Педагоги-психологи, воспитатели общежитий
6.	Блиц-опрос «Сделай правильный выбор!»	Студенческие общежития	12.03.2018 - 29.03.2018 г.	Педагоги социальные, воспитатели общежитий
7.	Тренинг по профилактике девиантного поведения	Агрономический факультет, 1-4 ФБУ 1-7	15.03.2018 15.03.2018	Педагоги-психологи УВРМ
8.	Лекция «Профилактика противоправного поведения молодёжи: хулиганство, хищения, киберпреступность и др. Сохранность личного имущества» с приглашением сотрудника Горещкого РОВД	Мелиоративно-строительный факультет и факультет биотехнологии и аквакультуры, 1 курс	15.03.2018	Педагоги-психологи
9.	Лекция «Профилактика противоправного поведения молодёжи: хулиганство, хищения, киберпреступность и др. Сохранность личного имущества» с приглашением сотрудника Горещкого РОВД	Факультеты бизнеса и права, механизации сельского хозяйства, 1 курс	21.03. 2018	Педагоги-психологи

1	2	3	4	5
10.	Лекция «Профилактика противоправного поведения молодёжи: хулиганство, хищения, киберпреступность и др. Сохранность личного имущества» с приглашением сотрудника Горецкого РОВД	Агрономический и землеустроительный факультеты, 1 курс	22.03. 2018	Педагоги-психологи
11.	Деловая игра «Сделай правильный выбор!»	Общ. №№ 5,2,9 в общ. № 5	19.03.2018	Педагоги-психологи, воспитатели общежитий
12.	Квест - игра «Студент и закон, в рамках акции по правовому просвещению студенческой молодежи	Студенческие общежития	20.03.2018 общ. № 3,4,6,7 в общ.№ 7 21.03.2018 общ. № 10а,12,14 в общ.№ 14 26.03.2018 общ. № 2,5,9 в общ. № 5	Педагогические организаторы, воспитатели, с/с
13.	Демонстрация видеороликов	фойе уч. корп. № 10	20.03.2018	Педагоги-психологи
14.	Раздача флайеров по предупреждению противоправного поведения	фойе уч. корп. № 10	20.03.2018	Педагоги-психологи, Клуб молодой семьи
15.	Открытый диалог «Серьезный разговор» с приглашением сотрудников Горецкого РОВД, прокуратуры, ЦРБ, РОО «Матери против наркотиков»	Агроэкологический, агрономический, землеустроительный, мелиоративно-строительный факультеты, 1 курс	29.03.2018	СППС
16.	Первенство УО БГСХА по настольному теннису среди студенческих общежитий	Студенческие общежития	29.03.2018	Инструктор по физической культуре и спорту
17.	Подготовка информационных материалов на стенд.	ауд. 459	до 28.03.2018	СППС
18.	Подведение итогов акции	ауд. 459	30.03.2018	УВРМ



Уголок правовых знаний

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА НЕЗАКОННОЕ ПРИОБРЕТЕНИЕ, ХРАНЕНИЕ И СБЫТ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ИЛИ ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ

Статья 328. Незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов

1. Незаконные без цели сбыта изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров или аналогов – наказываются ограничением свободы на срок до пяти лет или лишением свободы на срок от двух до пяти лет.

2. Незаконные с целью сбыта изготовление, переработка, приобретение, хранение, перевозка или пересылка либо незаконный сбыт наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров или аналогов – наказываются лишением свободы на срок от пяти до восьми лет с конфискацией имущества или без конфискации.

3. Действия, предусмотренные частью 2 настоящей статьи, совершенные группой лиц, либо должностным лицом с использованием своих служебных полномочий, либо лицом, ранее совершившим преступления, предусмотренные настоящей статьей, статьями 327, 329 или 331 настоящего Кодекса, либо в отношении наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов в крупном размере, либо в отношении особо опасных наркотических средств, психотропных веществ, либо сбыт наркотических средств, психотропных веществ, их прекурсоров или аналогов на территории учреждения образования, организации здравоохранения, воинской части, исправительного учреждения, арестного дома, в местах содержания под стражей, лечебно-трудовом профилактории, в месте проведения массового мероприятия либо заведомо несовершеннолетнему – наказываются лишением свободы на срок от восьми до пятнадцати лет с конфискацией имущества или без конфискации.

4. Действия, предусмотренные частями 2 или 3 настоящей статьи, совершенные организованной группой либо сопряженные с изготовлением или переработкой наркотических средств, психотропных веществ либо их прекурсоров или аналогов с использованием лабораторной посуды или лабораторного оборудования, предназначенных для химического синтеза, – наказываются лишением свободы на срок от десяти до двадцати лет с конфискацией имущества или без конфискации.

5. Действия, предусмотренные частями 2–4 настоящей статьи, повлекшие по неосторожности смерть человека в результате потребления им наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, – наказываются лишением свободы на срок от двенадцати до двадцати пяти лет с конфискацией имущества или без конфискации.

Примечание. Лицо, добровольно сдавшее наркотические средства, психотропные вещества, их прекурсоры или аналоги и активно способствовавшее выявлению или пресечению преступления, связанного с незаконным оборотом этих средств, веществ, изобличению лиц, их совершивших, обнаружению имущества, добытого преступным путем, освобождается от уголовной ответственности за данное преступление.

Статья 328 часть 1 УК РБ предусматривает ответственность с 16 лет. В связи с изменениями статьи 328 УК РБ в 2015 году возраст для привлечения к ответственности за незаконный оборот наркотиков по ч. 2-5 снижен до 14 лет.

Более подробную информацию Вы можете получить на сайтах:

<http://www.pravo.by/> – Эталонный банк данных правовой информации ;

<http://www.minedu.unibel.by/> – Министерство образования Республики Беларусь;

<http://www.isz.minsk.by/> – Институт современных знаний.



Уголок правовых знаний

Выдержки из Уголовного Кодекса Республики Беларусь

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА РАСПРОСТРАНЕНИЕ ПОРНОГРАФИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ

Передача порнографической информации в основном осуществляется по средствам мобильных телефонов и через сеть Интернет. Зачастую лица, передающие указанную информацию, не осведомлены о том, что их действия подпадают под признаки уголовно-наказуемого деяния, предусмотренного статьей 343 Уголовного кодекса Республики Беларусь.

Статья 343. Уголовного кодекса РБ

Изготовление и распространение порнографических материалов или предметов порнографического характера

1. Изготовление либо хранение с целью распространения или рекламирования, либо распространение или рекламирование порнографических материалов или печатных изданий, изображений, иных предметов порнографического характера, либо публичная демонстрация кино- или видеофильмов порнографического содержания – наказываются общественными работами, или штрафом, или исправительными работами на срок до двух лет, или арестом на срок до шести месяцев.

2. Те же действия, совершенные группой лиц по предварительному сговору либо организованной группой или с использованием глобальной компьютерной сети Интернет, иной сети электросвязи общего пользования либо выделенной сети электросвязи, а равно распространение или рекламирование заведомо несовершеннолетнему порнографических материалов или печатных изданий, изображений, иных предметов порнографического характера, совершенные лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, либо демонстрация этим лицом заведомо несовершеннолетнему кино- или видеофильмов порнографического содержания – наказываются лишением свободы на срок от двух до четырех лет.

Более подробную информацию Вы можете получить на сайте <http://www.pravo.by/> –
Эталонный банк данных правовой информации на Национальном правовом Интернет-портале



Уголок правовых знаний

Соблюдение правопорядка

**ПРИКАЗ РЕКТОРА АКАДЕМИИ
№ 113-ОД от 25.05.2011 года
О мерах по поддержанию порядка
на территории УО «БГСХА»**

**СТАТЬЯ 17.3.
КОДЕКСА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
ОБ АДМИНИСТРАТИВНЫХ
ПРАВОНАРУШЕНИЯХ**

Распитие алкогольных, слабоалкогольных напитков или пива, потребление наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов в общественном месте либо появление в общественном месте или на работе в состоянии опьянения

1. Распитие алкогольных, слабоалкогольных напитков или пива на улице, стадионе, в сквере, парке, общественном транспорте или в других общественных местах, кроме мест, предназначенных для употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков или пива, либо появление в общественном месте в состоянии алкогольного опьянения, оскорбляющем человеческое достоинство и общественную нравственность, – влекут наложение штрафа в размере до восьми базовых величин.

2. Нахождение на рабочем месте в рабочее время в состоянии алкогольного опьянения – влечет наложение штрафа в размере от одной до десяти базовых величин.

3. Действия, предусмотренные частями 1 и 2 настоящей статьи, совершенные повторно в течение одного года после наложения административного взыскания за такие же нарушения, – влекут наложение штрафа в размере от двух до пятнадцати базовых величин или административный арест.

4. Появление в общественном месте в состоянии, вызванном потреблением без назначения врача-специалиста наркотических средств или психотропных веществ либо потреблением их аналогов, токсических или других одурманивающих веществ, оскорбляющем человеческое достоинство и общественную нравственность, – влечет наложение штрафа в размере от пяти до десяти базовых величин.

5. Нахождение на рабочем месте в рабочее время в состоянии, вызванном потреблением без назначения врача-специалиста наркотических средств или психотропных веществ либо потреблением их аналогов, токсических или других одурманивающих веществ, – влечет наложение штрафа в размере от восьми до двенадцати базовых величин.

6. Потребление без назначения врача-специалиста наркотических средств или психотропных веществ в общественном месте либо потребление их аналогов в общественном месте – влекут наложение штрафа в размере от десяти до пятнадцати базовых величин.

СТАТЬЯ 17.4. КоАП РБ

Вовлечение несовершеннолетнего в антиобщественное поведение

Вовлечение несовершеннолетнего в антиобщественное поведение путем покупки для него алкогольных напитков, а также иное вовлечение лицом, достигшим восемнадцатилетнего возраста, заведомо несовершеннолетнего в употребление алкогольных напитков либо в немедленное употребление сильнодействующих или других одурманивающих веществ – влекут наложение штрафа в размере от десяти до тридцати базовых величин.

СТАТЬЯ 17.1. КоАП РБ

Мелкое хулиганство

Оскорбительное приставание к гражданам и другие умышленные действия, нарушающие общественный порядок, деятельность организаций или спокойствие граждан и выражающиеся в явном неуважении к обществу, – влекут наложение штрафа в размере от двух до тридцати базовых величин или административный арест.

В целях формирования законопослушного поведения среди студентов и работников, для обеспечения культуры, чистоты и порядка в общежитиях, учебных корпусах, на территории академгородка, укрепления дисциплины, руководствуясь Правилами внутреннего распорядка в студенческих общежитиях УО «БГСХА»:

ПРИКАЗЫВАЮ:

1) Запретить курение в учебных корпусах и общежитиях.

2) Запретить пронос в общежития и учебные корпуса спиртных напитков, в т.ч. и пива.

3) За нарушение п. п. 1 и 2 приказа применять к студентам и работникам академии меры дисциплинарного воздействия:

- За курение в учебных корпусах – выговор;

- За курение в общежитии – лишение койко-места в общежитии с досрочным расторжением договора найма жилого помещения.

- За распитие спиртных напитков в учебных корпусах и общежитиях, появление в нетрезвом состоянии на рабочем (учебном) месте или в рабочее (учебное) время обеспечить немедленное расторжение контракта с работниками, виновные студенты подлежат немедленному отчислению из академии.



Уголок правовых знаний

ОСНОВАНИЯ ДЛЯ ПРИВЛЕЧЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ К ДИСЦИПЛИНАРНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ В СООТВЕТСТВИИ С КОДЕКСОМ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ОБ ОБРАЗОВАНИИ

Статья 126. Основания для привлечения обучающихся к дисциплинарной ответственности

1. Основаниями для привлечения обучающегося к дисциплинарной ответственности являются противоправное, виновное (умышленное или по неосторожности) неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей, возложенных на него актами законодательства, учредительными документами и иными локальными нормативными правовыми актами учреждения образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования, иной организации, которой в соответствии с законодательством предоставлено право осуществлять образовательную деятельность) (дисциплинарный проступок), в виде следующих действий (бездействия):

- 1.1. опоздания или неявки без уважительных причин на учебные занятия (занятия);
- 1.2. нарушения дисциплины в ходе образовательного процесса;
- 1.3. несоблюдения в период прохождения практики (производственного обучения) режима рабочего времени, определенного правилами внутреннего трудового распорядка соответствующей организации;
- 1.4. неисполнения без уважительных причин законного требования педагогического работника;
- 1.5. оскорбления участников образовательного процесса;
- 1.6. распространения информации, наносящей вред здоровью обучающихся;
- 1.7. порчи зданий, сооружений, оборудования или иного имущества учреждения образования;
- 1.8. несоблюдения (нарушения) требований законодательства о здравоохранении, пожарной безопасности;
- 1.9. распития алкогольных напитков, слабоалкогольных напитков, пива, употребления наркотических средств, психотропных, токсических и других одурманивающих веществ в зданиях, общежитиях и на иной территории учреждения образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования, иной организации, которой в соответствии с законодательством предоставлено право осуществлять образовательную деятельность) либо появления в указанных местах в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;
- 1.10. курения (потребления) табачных изделий в зданиях, общежитиях и на иной территории учреждения образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования, иной организации, которой в соответствии с законодательством предоставлено право осуществлять образовательную деятельность);
- 1.11. иных противоправных действий (бездействия).

2. Не признается дисциплинарным проступком деяние, соответствующее критериям, указанным в пункте 1 настоящей статьи, совершенное обучающимся из числа лиц с тяжелыми и (или) множественными физическими и (или) психическими нарушениями.

3. За совершение обучающимся дисциплинарного проступка устанавливается дисциплинарная ответственность, которая выражается в применении к нему мер дисциплинарного взыскания.

Статья 128. Меры дисциплинарного взыскания

1. За совершение дисциплинарного проступка к обучающемуся могут быть применены следующие меры дисциплинарного взыскания:

- 1.1. замечание;
- 1.2. выговор;
- 1.3. отчисление.

2. Отчисление как мера дисциплинарной ответственности может быть применено за:

длительное отсутствие (более тридцати дней, а для лиц, осваивающих содержание образовательных программ дополнительного образования взрослых (за исключением лиц, осваивающих содержание образовательной программы переподготовки руководящих работников и специалистов, имеющих высшее образование, образовательной программы переподготовки руководящих работников и специалистов, имеющих среднее специальное образование), более трех дней) без уважительных причин на учебных занятиях (занятиях) в течение учебного года;

систематическое (повторное в течение учебного года) неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей обучающимся, если к нему ранее применялись меры дисциплинарного взыскания.

Отчисление как мера дисциплинарного взыскания не применяется к:

обучающемуся, не завершившему освоение содержания образовательной программы базового образования, образовательной программы специального образования на уровне общего среднего образования для лиц с интеллектуальной недостаточностью, не прошедшему итоговую аттестацию за период получения общего базового образования при освоении содержания образовательной программы специального образования на уровне общего среднего образования;

обучающемуся, не достигшему возраста шестнадцати лет.

3. Право выбора меры дисциплинарного взыскания принадлежит руководителю учреждения образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования, иной организации, которой в соответствии с законодательством предоставлено право осуществлять образовательную деятельность). При выборе меры дисциплинарного взыскания должны учитываться тяжесть дисциплинарного проступка, причины и обстоятельства, при которых он совершен, предшествующее поведение обучающегося.

Статья 133. Сроки применения мер дисциплинарного взыскания

1. Обучающийся может быть привлечен к дисциплинарной ответственности не позднее одного месяца со дня обнаружения дисциплинарного проступка (день, когда о проступке стало или должно было стать известно педагогическому работнику учреждения образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования, иной организации, которой в соответствии с законодательством предоставлено право осуществлять образовательную деятельность)), не считая времени болезни обучающегося, нахождения его на каникулах, в отпуске. Дисциплинарное взыскание к несовершеннолетнему обучающемуся может быть применено не ранее чем через семь календарных дней после направления уведомления одному из его законных представителей.

2. Меры дисциплинарного взыскания к обучающемуся не могут быть применены позднее шести месяцев со дня совершения дисциплинарного проступка.

Более подробную информацию Вы можете получить на сайтах:

<http://www.pravo.by/> - Эталонный банк данных правовой информации ;

<http://www.minedu.unibel.by/> - Министерство образования Республики Беларусь;

<http://www.isz.minsk.by/> - Институт современных знаний.



УГОЛОК ПРАВОВЫХ ЗНАНИЙ

ОТПУСКА, ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫЕ СТУДЕНТАМ

в соответствии с Кодексом
Республики Беларусь об образовании

СТАТЬЯ 49. ОТПУСКА

1. Лицам, осваивающим содержание образовательных программ основного образования, образовательных программ специального образования, образовательной программы переподготовки руководящих работников и специалистов, имеющих высшее образование, образовательной программы переподготовки руководящих работников и специалистов, имеющих среднее специальное образование, предоставляются следующие отпуска:

- 1.1. академический;
- 1.2. по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет;
- 1.3. для прохождения военной службы.

2. Академический отпуск предоставляется обучающемуся по медицинским показаниям, в связи с призывом на службу в резерве или по иным уважительным причинам. Продолжительность академических отпусков, предоставляемых обучающемуся в период освоения содержания соответствующей образовательной программы, не должна превышать одного года (без учета продолжительности академических отпусков, предоставляемых обучающемуся в связи с призывом на службу в резерве, академических отпусков, предоставляемых в случае, предусмотренном частью третьей пункта 3 настоящей статьи).

По медицинским показаниям академический отпуск обучающемуся предоставляется в случае:

снижения трудоспособности обучающегося в результате нарушения функций организма, обусловленного обострением хронических заболеваний;
продолжительных или частых заболеваний, травм обучающегося;
нормально протекающей беременности сроком с 24 недель и патологически протекающей беременности любого срока.

По иным уважительным причинам академический отпуск обучающемуся предоставляется по договоренности между руководителем учреждения образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования) и обучающимся.

3. Отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет предоставляется матери ребенка по ее желанию после перерыва в учебе, вызванного родами.

Отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет вместо матери ребенка предоставляется отцу ребенка, обучающемуся в учреждении образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования), фактически осуществляющему уход за ребенком.

Отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет может быть использован полностью или по частям любой продолжительности, но не менее учебного года. Если отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет истекает в учебном году, то руководитель учреждения образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования) по заявлению матери ребенка, отца ребенка, фактически осуществляющего уход за ребенком, обязан предоставить академический отпуск до окончания этого учебного года.

4. Отпуск для прохождения военной службы предоставляется обучающимся, призванным на срочную военную службу и направленным для ее прохождения в Вооруженные Силы Республики Беларусь, другие войска и воинские формирования Республики Беларусь. Отпуск для прохождения военной службы предоставляется на весь период ее прохождения. При завершении использования отпуска или его части, а также в течение одного года с даты увольнения со срочной военной службы в запас или отставку обучающиеся имеют право продолжить обучение в том же учреждении образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования) на прежних условиях.

5. Отпуска предоставляются обучающимся на основании их письменных заявлений и оформляются приказом руководителя учреждения образования (организации, реализующей образовательные программы послевузовского образования).

6. Академические отпуска по медицинским показаниям и иным уважительным причинам, а также отпуск по уходу за ребенком до достижения им возраста трех лет предоставляются лицам, получающим образование по специальностям (направлениям специальностей, специализациям) для Вооруженных Сил Республики Беларусь, других войск и воинских формирований Республики Беларусь, органов внутренних дел Республики Беларусь, органов финансовых расследований Комитета государственного контроля Республики Беларусь, органов и подразделений по чрезвычайным ситуациям Республики Беларусь, в соответствии с законодательством о прохождении соответствующей службы.

Более подробную информацию Вы можете получить на сайтах:
<http://www.pravo.by/> – Эталонный банк данных правовой информации на Национальном правовом Интернет-портале;
<http://www.minedu.unibel.by/> – Министерство образования Республики Беларусь;
<http://www.isz.minsk.by/> – Институт современных знаний.

**ОБРАТИТЕ
ВНИМАНИЕ!**

Вы можете обратиться в социально-педагогическую и психологическую службу управления воспитательной работы с молодежью и получить квалифицированную помощь педагога-психолога и педагога социального.



**Мы ждем ВАС
ежедневно
с 8⁰⁰ до 17⁰⁰
перерыв
с 13⁰⁰ до 14⁰⁰
в учебном корпусе
№ 10 ауд. 459,
т. 7-90-05**



**Телефон
экстренной
психологической
помощи
(городской, круг-
лосуточный)
80222-31-20-22**



**«Горячая линия»
психолога
Горецкой ЦРБ
802233-5-50-31**

«Я - СТУДЕНТ!»

Дорогие первокурсники!

На ближайшие годы академия становится Вашим домом, где не только приобретаются профессиональные навыки, но и формируется, развивается и совершенствуется ВАША личность.

Студент – это не равнодушный исполнитель учебных заданий, а инициативный, любознательный исследователь той области знаний, которую он сам выбрал для своей будущей профессии.

Студент имеет право на:

- ✦ получение образования в соответствии с образовательными программами;
- ✦ охрану жизни и здоровья во время обучения;
- ✦ пользование учебниками и учебными пособиями;
- ✦ обеспечение стипендией и другими денежными выплатами;
- ✦ обеспечение местом для проживания;
- ✦ отпуска, каникулы;
- ✦ получение платных услуг в сфере образования;
- ✦ бесплатное пользование библиотекой, учебной, производственной, научной и культурно-спортивной базой академии;
- ✦ получение социально-педагогической и психологической помощи;
- ✦ поощрение за успехи в учебной, спортивно-массовой, общественной, научной деятельности;
- ✦ участие в управлении БГСХА;
- ✦ участие в олимпиадах, конкурсах, туринах, фестивалях, конференциях, семинарах и других образовательных мероприятиях, спортивно-массовой, общественной, научной, экспериментальной, инновационной деятельности;
- ✦ участие в профессиональных союзах, молодежных и иных общественных объединениях, деятельность которых не противоречит законодательству.



Студент обязан:

- ☞ добросовестно и ответственно относиться к учебе;
- ☞ заботиться о своем здоровье, стремиться к нравственному, духовному и физическому развитию и самосовершенствованию;
- ☞ выполнять требования правил внутреннего распорядка академии, правил проживания в общежитиях и других учредительных документов;
- ☞ уважать честь и достоинство других участников образовательного процесса;
- ☞ бережно относиться к имуществу академии.

Удачи Вам и отличной учебы!

ЛИТЕРАТУРА

1. Анн, Л.Ф. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф. Анн. – СПб.: Питер, 2008. – 272 с.
2. Аракелов, Г.Г. Стресс и его механизмы // Г.Г. Аркелов. – Вести Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1995. №4. С. 45-54.
3. Грецов, А.Г. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание / А.Г. Грецов. – СПб.: Питер, 2011. – 416 с.
4. Емельянова, Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге / Г.Б. Моница. – СПб.: Речь, 2008. – 336 с.
5. Занятие с элементами тренинга по первичной профилактике алкогольной зависимости у учащихся «Я выбираю...» [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/psihologu/prochee/zaniatie-s-eliementami-trieningha-po-piervichnoi-profilaktikie-alkoghol-noi-zavisimosti-u-uchashchikhsia-ia-vybiraiu> – Дата доступа: 06.10.2017.
6. Катунин, А. П. Стрессоустойчивость как психологический феномен / А. П. Катунин // Молодой ученый. - 2012. -- №9. - С. 243-246.
7. Крысько, В.Г. Социальная психология: курс лекций / В.Г. Крысько. 3-е изд. М.: Омега-Л, 2006. 352 с.
8. Лозгачева, О.В. Формирование стрессоустойчивости на этапе профессионализации: На примере юридического Вуза / О.В. Лозгачева. – дис. канд. психол. наук: Екатеринбург, 2004. С. 158.
9. Моница, Г.Б. Тренинг взаимодействия с неуспевающим учеником / Г.Б. Моница, Е.В. Панасюк. – СПб.: Издательство «Речь», 2006. – 200 с.
10. Психологический тренинг внутригруппового взаимодействия [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200402904> – Дата доступа: 06.10.2017.
11. Психологический тренинг: учеб. пособие / ред.-сост. Т.Л. Бука, М.Л. Митрофанова. Минск: ЗАО «ВЕДЫ», 2004 – 98 с.
12. Психодиагностика стресса: практикум/сост. Р.В. Куприянов, Ю.М. Кузьмина: М-во образ. и науки РФ, Казан. гос. технол. ун-т. - Казань: КНИТУ, 2012. - 212 с.
13. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье – М.: Изд. Прогресс. 1992 – 124 с.

Сергейчук Ольга Владимировна
Потапенко Ольга Владимировна
Цветкова Тамара Анатольевна
Пузыревская Татьяна Михайловна

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ
СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

Методическая разработка

Отпечатано в отделе издания учебно-методической литературы,
ризографии и художественно-оформительской деятельности БГСХА.
г. Горки, ул. Мичурина, 5