Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»

Профилактика употребления наркотических веществ несовершеннолетними

методические рекомендации

Тамбов

2013

УДК 159.943
ББК 74.200.55
П84

Рецензенты:

кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и психологии ТОГОАУ ДПО «Институт повышения квалификации работников образования»

Е.Л.Чичканова

заведующая организационно-методическим отделением ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»

Н.В. Мощенко

П84 Профилактика употребления наркотических веществ несовершеннолетними: методические рекомендации / сост.: О.А. Токарев. – Тамбов, 2013. – 17 с.

Методические рекомендации предназначены для педагогических работников, осуществляющих профилактику употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних, а также для родителей в целях предупреждения зависимого поведения детей.

© Токарев О.А., автор-составитель, 2013
© ТОГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения», 2013

Оглавление

Введение 4

Организация профилактической работы с родителями 5

Рекомендации педагогу при подозрении на употребление подростками наркотиков 9

Передозировка психоактивных веществ. 10

Что можно и нужно обсуждать с детьми 11

Несколько правил для родителей, позволяющих предотвратить потребление психоактивных веществ вашим ребенком 12

Умение сказать «Нет!» 15

Основные признаки и симптомы употребления психоактивных веществ 17

Литература 19

Введение

Данные статистических исследований показывают, что проблема наркомании и токсикомании остается одной из наиболее острых и актуальных не только в нашей стране, но и в мире. Вместе с тем, большинство хронических наркозависимых начинают употреблять наркотики будучи подростками. Средний возраст начала употребления наркотических веществ в нашей стране сократился до 14 лет. Тогда как для курения и употребления алкоголя эти цифры ещё ниже – 11,5 и 13 лет соответственно. Большинство наркозависимых, прежде чем попробовать наркотики, начинали именно с алкоголя и табака. Перечисленные факты говорят об актуальности ранней профилактики употребления психоактивных веществ (далее – ПАВ).

Предупреждение зависимого поведения среди несовершеннолетних является наиболее значимой задачей воспитательной работы в образовательном учреждении. Опыт показывает, что принудительная профилактика зависимого поведения, как и лечение наркомании, неэффективно, поскольку добровольное желание человека вести здоровый образ жизни является обязательным условием для отказа от употребления ПАВ. В связи с этим особую значимость для профилактики зависимого поведения среди несовершеннолетних приобретает работа по мотивации ребенка.

Только убедив ребенка в необходимости отказа от употребления ПАВ, мы можем надеяться на успешный итог профилактической работы – формирование антинаркотической устойчивости несовершеннолетнего и его приверженности здоровому образу жизни.

Педагогическая практика по работе с зависимыми людьми свидетельствует, что для мотивационной работы с данным контингентом необходима опора на значимых для зависимого человека других людей. Это утверждение справедливо и для первичной профилактики зависимого поведения.

Среди значимых других людей наибольшее значение для человека имеют его родители, семья. Именно родители способны сформировать у ребенка правильные убеждения, ориентировать его на ведение здорового образа жизни. Родители служат для ребенка примером, образцом поведения. От того, какой образ жизни они ведут, во многом зависит поведение самого ребенка. Поэтому работа с семьей имеет особое значение в профилактике зависимого поведения несовершеннолетних.

В данном сборнике обобщены рекомендации для педагогов по организации работы с родителями, а также информация для родителей, которая может помочь им в профилактике зависимого поведения своих детей.

Организация профилактической работы с родителями

(выдержки из проекта государственного стандарта первичной профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде)

Стандарт первичной профилактической работы с целевой группой «члены семей несовершеннолетних учащихся» включает следующие *виды деятельности*:

- формирование знаний, отношений и установок через предоставление неспецифической информации о семье и семейных взаимоотношениях;
- формирование знаний, отношений и установок через предоставление специфической информации о ПАВ и семейной патологии;
- тренинг родительских навыков;
- выявление и помощь проблемным семьям;
- формирование актива и вовлечение его в профилактическую деятельность.

По каждому направлению деятельности определен состав исполнителей, основные цели (тип воздействия), способы реализации (инструменты воздействия), предполагаемые результаты воздействия, критерии и инструменты оценки достигнутых результатов, а также учебно-методический комплекс (методические сборники, пособия, руководства).

Профилактическая работа с семьей должна быть дифференцирована в зависимости от степени вовлеченности несовершеннолетнего в проблему злоупотребления психоактивными веществами.

Профилактическая деятельность до столкновения ребенка с психоактивными веществами - первый уровень первичной антинаркотической профилактической работы. Включает следующие основные формы:

- наличие в превентивных образовательных программах тем по формированию ценностей здорового образа жизни, развитию личностных ресурсов, препятствующих употреблению психоактивных веществ, а также развитию у несовершеннолетних жизненных навыков противостояния агрессивной среде, которая провоцирует потребление наркотиков (разработка комплекса дифференцированных обучающих программ профилактики употребления наркотиков среди детей и подростков);
- наличие превентивных образовательных программ по подготовке специалистов в области профилактики употребления психоактивных веществ из числа педагогов, школьных психологов, социальных педагогов,
- организация обучающих семинаров для учителей, школьных психологов, социальных педагогов образовательных учреждений, социальных работников по формам предупреждения злоупотребления наркотическими средствами в детско-подростковой среде.

Формы организации:

- проведение бесед, чтение лекций специалистами в родительской аудитории (лекционно-информационная форма);

- семейное консультирование по воспитательным, психологическим проблемам развития и поведения ребенка (проблемно-ориентированная индивидуальная форма первичной профилактической помощи);

- организация родительских семинаров по проблемам семьи и антинаркотической профилактической работы;

- организация родителей, готовых участвовать в оказании социальной поддержки другим семьям, создание из таких, действенно настроенных родителей групп родительской поддержки для "трудных" семей данной школы;

- документы планирования и отчетности: план профилактической антинаркотической (внутришкольной) работы для проведения семейного консультирования, программа обучающего семинара;

- тренинг по особенностям семейного консультирования в программе антинаркотической профилактической помощи.

Проводит группа специалистов образовательной среды: зам. директора образовательного учреждения по воспитательной работе; педагоги (классный руководитель); социальные педагоги.

Второй уровень профилактической деятельности - *предупреждение вовлечения в прием ПАВ детей из групп повышенного риска* Оптимальные формы для реализации такой работы:

- работа с конфликтными (дисфункциональными) семьями, включая данные о случаях семейного консультирования, социального вмешательства со стороны службы социальной помощи;

- координация и направление такой работы обеспечивается зам. директора по воспитательной работе. Оптимальные формы для реализации такой работы:

- родительский семинар, тематика занятий которого ориентирована на освоение родителями положениями о путях преодоления внутрисемейных проблем;

- организация родителей, готовых участвовать в оказании социальной поддержки другим семьям, создание из таких, действенно настроенных родителей групп родительской поддержки для "трудных" семей;

- налаживание через работу групп родительской поддержки постоянных контактов с взрослыми членами дисфункциональных семей, выявление родителей с "риском" алкоголизации и наркотизации;

- организация через группы родительской поддержки социально-психологической помощи или консультирования по наркологическим проблемам у специалистов наркологической службы.

Третий уровень профилактической деятельности - *поддержка семьи, когда ребенок начал употреблять ПАВ*:

- организация форм взаимодействия школы с районными комиссиями по делам несовершеннолетних и защите их прав, отделениями профилактики

правонарушений несовершеннолетних для разъединения в районе школы групп наркотизирующихся подростков, которые могут вовлекать в наркотизацию все новых детей и подростков;

- первичная профилактическая помощь семье, в которой ребенок "вступил на путь первых проб", с привлечением медицинских специалистов, а именно, медицинской сестры и школьного врача;

- организация и постоянная работа внутришкольного наркопоста;

- организация первичного профилактического учета детей и подростков, замеченных в приеме токсико-наркотических средств;

- организация и подготовка родителей в обеспечении случаев доклинической диагностики состояний токсико-наркотического опьянения у учащихся в школе (диагностические бесприборные экспресс-тесты для выявления наркотиков);

- подготовка медицинских специалистов образовательных учреждений района по проблемам активной профилактической работы.

Реализуется такое взаимодействие первичной профилактической и социально-профилактической помощи семье по следующим направлениям:

- организация и направление работы группы родительской поддержки для семей, в которых дети начали наркотизироваться;

- координация работы групп родительской поддержки со школьными медицинскими работниками при школьном медицинском кабинете, а также координация работы медицинских специалистов школы и школьного психолога, социального педагога со специалистами муниципальных и областных организаций, осуществляющих социально-психологическую поддержку и реабилитацию несовершеннолетних, склонных к употреблению психоактивных веществ и зависимых от них.

Четвертый уровень профилактической деятельности – *помощь семье, когда ребенок - член семьи – прошел лечение по поводу зависимости от психоактивных веществ и вернулся к обучению, находится на стадии реабилитации*:

- семейное консультирование по проблемам взаимоотношений с ребенком, который находится на стадии реабилитации;

- психологическая поддержка семье со стороны школьного психолога, социального педагога;

- взаимодействие школы со специалистом наркологической службы. Именно он через зам. директора школы по воспитательной работе может привлечь школьного психолога, социального педагога, мед. сестру и школьного врача к оказанию социально-психологической поддержки подростку-наркоману, находящемуся на стадии реабилитации, а также его семье;

- оказание через внутришкольный наркопост при школьном медицинском кабинете помощи родителям в проведении в семье тестового контроля вероятных случаев токсико-наркотического опьянения;

- консультирование родителей по особенностям взаимоотношений с

ребенком, который прошел лечение и находится на стадии реабилитации;

- формирование на основе добровольности групп из родителей, дети которых находятся на стадии реабилитации, для оказания им психокоррекционной помощи по программе обучающего семинара-тренинга (школьный психолог с привлечением членов группы родительской поддержки).

В профилактический стандарт включаются следующие *воздействия*:

3.1. *Формирование неспецифических знаний, отношений и установок.*

3.1.1. Тип воздействия. Предоставление неспецифической информации членам семьи (знания в отношении детей, себя, о семейных отношениях, семейных мифах и стереотипах).

3.1.1.2. Инструмент воздействия. Чтение лекций по проблемам современной семьи в родительской аудитории - родительские собрания (лекционно-информационная форма).

Субъекты воздействия: педагоги (классные руководители, классные воспитатели), школьные психологи, специалисты – превентологи, подготовленный актив участников профилактической программы.

3.1.1.3. Результаты воздействия. Повышение уровня воспитательного семейного потенциала в целях формирования у детей в семье позитивного ценностного отношения к жизни и в решении возникающих личностных проблем;

3.1.1.4. Инструменты и критерии оценки воздействия. Документы планирования и отчетности: планы социально-профилактической и антинаркотической профилактической работы образовательного учреждения, учет работы специалистов.

3.2. *Формирование специфических знаний, отношений и установок.*

3.2.1.1. Тип воздействия. Предоставление специфической информации (специальные сведения о ПАВ, семейной патологии, конфликтных, дисфункциональных, асоциальных семьях и их проблемах).

3.2.1.2. Инструмент воздействия. Организация при образовательном учреждении организационных форм и структур, обеспечивающих семейное консультирование по воспитательным, психологическим проблемам развития и поведения ребенка (проблемно-ориентированная индивидуальная форма первичной профилактической помощи).

Субъекты воздействия: педагоги (классные руководители, классные воспитатели), школьные психологи, специалисты – превентологи, подготовленный актив участников профилактической программы.

3.2.1.3. Результаты воздействия.

а. Знания о ПАВ, ранних признаках употребления;

б. Знания о собственных семейных проблемах, о проблемах конфликтных, дисфункциональных, асоциальных семей. Выявление и учет "трудных" семей, нуждающихся в профилактической помощи и в социально-психологической поддержке;

в. Организация и сопровождение индивидуальных форм семейного консультирования.

3.2.1.4. Инструменты и критерии оценки воздействия. Документы планирования и отчетности: планы социально-профилактической и антинаркотической профилактической работы образовательного учреждения, учет работы специалистов.

3.3. *Волонтерская деятельность.*

3.3.1.1. Тип воздействия. Формирование актива родителей.

3.3.1.2. Инструмент воздействия.

а. Организация и проведение родительских семинаров по проблемам семьи, как формы целенаправленной работы по формированию групп родительской поддержки среди социально ориентированных и личностно активных родителей, членов родительского комитета образовательного учреждения.

б. Организация родителей, готовых участвовать в оказании социальной поддержки другим семьям, создание и обеспечение деятельности групп "родительской поддержки" для "трудных" семей данного образовательного учреждения

в. Организация действующих по специальным программам обучающих семинаров-тренингов для групп "родительской поддержки" в рамках внутришкольной социальной и антинаркотической профилактической помощи.

Субъекты воздействия: школьные психологи, социальные педагоги, специалисты - превентологи. Организационное обеспечение и координация - зам. директора образовательного учреждения по воспитательной работе, подготовленный актив участников профилактической программы.

3.3.1.3. Результаты воздействия. Формирование актива, групп "родительской поддержки", способных участвовать в социальных воздействиях

3.3.1.4. Инструменты и критерии оценки воздействия.

а. Документы планирования и отчетности.

Критерии:

б. Анкетирование.

Критерии:

Рекомендации педагогу при подозрении на употребление подростками наркотиков

Основные правила:

1. Целесообразно при первом контакте избегать репрессивной и осуждающей тактики, постараться убедить ребенка в необходимости обращения за медицинской помощью. Указать на недопустимость появления в школе в состоянии одурманивания, вовлечения

сверстников в потребление психоактивных веществ, сообщить, что в этом случае администрация школы будет действовать в установленном для такой ситуации порядке.

2. Предложение помощи подростку должно быть корректным и, если ситуация позволяет – ненавязчивым.
3. Недопустимо разглашение информации о заболевании подростка, поскольку это приводит к полному прекращению продуктивного контакта.
4. Необходимым представляется информировать педагогов об учреждениях, оказывающих наркологическую помощь несовершеннолетним и основах организации их учёбы. Особо следует знать о возможности анонимного лечения. Целесообразна информация о реально работающих с этой проблемой общественных организациях.
5. При работе с подростком, употребляющим психоактивные вещества, надо точно знать, какова ситуация в семье подростка, могут ли родители реально влиять на поведение своего ребенка, каково его микросоциальное окружение по месту жительства.

Если у Вас возникли подозрения, что подросток употребляет наркотики, то наиболее оправданы следующие действия:

1. Корректно сообщить о своих подозрениях родителям (законным представителям) ребенка.
2. При подозрении на групповое потребление наркотиков необходимо провести повторные беседы с родителями всех членов «наркоманической» группы. В ряде случаев, это целесообразно осуществить в виде собраний с приглашением специалиста, занимающегося вопросами подростковой наркологии.
3. Предоставить подросткам и их родителям информацию о возможности анонимного обследования и лечения, указать адреса и телефоны организаций, работающих в таком режиме.

Если у вас возникли подозрения в том, что подросток находится в состоянии наркотического опьянения, то в таком случае необходимо:

1. Удалить учащегося из класса, отделить его от одноклассников.
2. Срочно вызвать медицинского работника школы.
3. Немедленно поставить в известность руководителей школы.
4. В случае если состояние подростка может быть расценено как состояние наркотического или алкогольного опьянения, немедленно известить о случившемся родителей (законных представителей) подростка.
5. Нецелесообразно проведение немедленного разбирательства причин и обстоятельств употребления алкоголя или наркотиков.

Передозировка психоактивных веществ.

Самым грозным осложнением употребления наркотиков и токсических

средств является передозировка. В этом случае может наступить смерть от остановки дыхания, сердца или перекрытие рвотными массами дыхательных путей. Важно вовремя оказать первую помощь и вызвать «скорую медицинскую помощь». Признаками передозировки являются: потеря сознания, резкая бледность, неглубокое и редкое дыхание, плохо прощупываемый пульс, отсутствие реакции на внешние раздражители, рвота.

Этапы оказания первой помощи при передозировке наркотиков:

1. Вызвать скорую помощь.
2. Уложить, повернуть на бок.
3. Очистить дыхательные пути от рвотных масс.
4. Следить за характером дыхания до прибытия врачей.
5. При частоте дыхательных движений 8-10 в минуту – искусственное дыхание «изо рта в рот».

Что можно и нужно обсуждать с детьми

Наверное, у каждого взрослого есть неистребимое искушение как можно лучше напугать подростка, когда речь заходит о наркотиках. Стоит ли пугать? Во-первых, сами подростки очень точно и с взвешенной иронией обозначают такие беседы и лекции словосочетанием «нагнали жути». Это ясно показывает, что молодёжь при таком подходе к обсуждению вопросов, связанных с наркотиком, улавливает лукавство. А если это так, то эффективность любых разумных доводов будет нулевая. Кроме того, расчёт на эмоциональный ответ в виде страха или ужаса перед наркотиком таит одну очень интересную психологическую ловушку. Дело вот в чём: если старательно культивировать страх у подростков перед каким-либо явлением, то это, безусловно, может на какой-то период предотвратить приближение молодого человека к этому объекту или явлению. Однако старательно сформированный воспитателем очаг страха, тревоги в психике подростка через некоторое время может заставить подростка попробовать наркотик. Это связано с тем, что к небезусловно опасным объектам человек всегда стремится приблизиться для того, чтобы снизить свои страхи и тревогу. А наркотики в представлении подростка, конечно же, являются не такими безусловно опасными, как ядовитые вещества, удар электротоком или падение с высоты, потому что помимо информации, полученной от воспитателя, он пользуется большим массивом информации, полученной от потребителя наркотика и от сверстников.

Интересные наблюдения были сделаны в Австрии: они показали, что тактика запугивания при антинаркотическом воспитании оказалась безусловно полезной для школьных работников, так как позволила отодвинуть сроки приобщения к наркотикам до окончания школы. И в то же время эта тактика привела к значительному повышению наркотизма среди молодёжи после окончания школы. По аналогии можно себе представить, что родитель, использующий тактику запугивания, ориентируется не на долгую

перспективу, а на сиюминутную.

В связи со всем этим, наверное, более продуктивным видится такой подход, когда пытаются своих детей снабдить взвешенной, сбалансированной информацией, в которой они могут представить реалистичную картину деструктивного воздействия наркотиков. Немаловажно и то, что каждый возрастной период требует своей тактики.

Так, на Западе и в Америке детей дошкольного возраста обучают эффективным поведенческим актам отказа от предложения попробовать наркотик, обучают разрывать контакты с человеком, предложившим нечто похожее. В раннем школьном возрасте делается акцент на формировании отрицательного эмоционального отклика по отношению к наркотикам и снабжение детей доступной для понимания в этом возрасте информацией. Естественно, недопустимо информировать подростков о способах приготовления, способах употребления наркотиков, местах распространения, способах маскировки опьянения.

Отрицательную информацию о наркотиках целесообразно давать взвешенную, спокойную и реалистичную.

Наверное, следует иметь в виду одно обстоятельство: многие родители пытаются сделать акцент на вредных последствиях наркотизации, на функции отдельных органов и систем организма. Чаще всего апелляция к заботе о физическом здоровье является ненадежной, так как подростки оптимистичны, не имеют опыта физических болезней и какие-то отдаленные проблемы с печенью и почками не очень для них убедительны. Вероятно, разумнее делать акцент на социальных последствиях наркотизации.

Думается, что успешности этой работы взрослых может способствовать чувство меры, уместности и взвешенности.

Несколько правил для родителей, позволяющих предотвратить потребление психоактивных веществ вашим ребенком

1. Общайтесь друг с другом

Общение - основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. **Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку?** Помните об этом, старайтесь быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком.

2. Выслушивайте друг друга

Умение слушать - основа эффективного общения, но делать это не так легко, как может показаться со стороны. Умение слушать означает:

- быть внимательным к ребенку;
- выслушивать его точку зрения;
- уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним;

Не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо. Важно знать, чем именно занят ваш ребенок.

Иногда внешнее отсутствие каких-либо не желательных действий скрывает за собой вредное занятие. Например, подросток ведет себя тихо, не грубит, не пропускает уроков. Ну, а чем он занимается? Ведь употребляющие наркотические вещества и являются "тихими" в отличие от тех, кто употребляет алкоголь. Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон "говорит" не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым или снисходительным.

Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: "А что было дальше?" или "Расскажи мне об этом..." или «Что ты об этом думаешь?»

3. Ставьте себя на его место

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит. Если Вам удастся стать своему ребенку **другом,** вы будете самым счастливым родителем!

4. Проводите время вместе

Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Это необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или просто совместный просмотр телевизионных передач. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков. Поддерживая его увлечения, вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления.

5. Дружите с его друзьями

Очень часто ребенок впервые пробует ПАВ в кругу друзей. Порой друзья оказывают огромное влияние на поступки вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Дети пробуют курить, пить. У многих в будущем это может стать привычкой.

Поэтому важно в этот период - постараться принять участие в организации досуга друзей своего ребенка, то есть их тоже привлечь к занятиям спортом либо творчеством, даже путем внесения денежной платы за таких ребят, если они из неблагополучных семей. Таким образом, вы окажете помощь не только другим детям, но в первую очередь - своему ребенку.

6. Помните, что ваш ребенок уникален

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества

и в дальнейшем опираться на них. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. А это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезным и важными делами, чем употребление наркотиков. Представьте, что будет с вами, если к вам 37 раз в сутки будут обращаться в повелительном тоне, 42 раза - в увещевательном, 50 - в обвинительном?..

Цифры не преувеличены: таковы они в среднем у родителей, дети которых имеют наибольшие шансы стать невротиками и психопатами. Ребенку нужен отдых от приказаний, распоряжений, уговоров, похвал, порицаний. Нужен отдых и от каких бы то ни было воздействий и обращений!

Нужно время от времени распоряжаться собой полностью - т. е. нужна своя доля свободы. Без неё - задохнется дух.

7. Подавайте пример

Алкоголь, табак и медицинские препараты используются многими людьми. Конечно, употребление любого из вышеуказанных веществ законно, но здесь очень важен родительский пример. Родительское пристрастие к алкоголю и декларируемый запрет на него для детей дает повод обвинить вас в неискренности, в "двойной морали". Помните, что ваше употребление, так называемых, "разрешенных" психоактивных веществ открывает дверь детям и для "запрещенных". Несовершенные, мы не можем вырастить совершенных детей. Ну не можем, не можем, не бывает этого - и с вами не будет, если вы стремитесь к идеалу в ребенке, а не в себе!

СОВЕТЫ:

Когда человеку не подходит климат, он начинает болеть. Психологический климат в семье для ребенка еще важнее. Если такой климат становится непереносимым для ребенка, деваться ему некуда: не уедешь, родителей не сменишь... Хрупкая неустойчивая психика ребенка не выдерживает: он срывается в депрессию, уличную тусовку, алкоголь, наркотики. Поэтому, даже ребенок далек от идеала и совсем не похож на Вас, БУДЬТЕ МУДРЫ:

- - когда скандал уже разгорелся, сумейте остановиться, заставьте себя замолчать - даже если Вы тысячу раз правы. Опасайтесь! В состоянии аффекта ребенок крайне импульсивен. Та агрессия, которую он проявлял по отношению к Вам, обернется против него самого. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в Вашей аптечке - всё станет реально опасным, угрожающим его жизни;
- - не кричите, не распускайтесь. Ведь ребенок действительно может подумать, ЧТО ВЫ ЕГО НЕНАВИДИТЕ. Он будет в отчаянии, а Вы, оглохнув от собственного крика, **его крика о помощи не услышите.**
- - похвалите своего ребенка с утра, и как можно раньше, и как можно доходчивее, теплее! Не бойтесь и не скупитесь, даже если собственное настроение никуда (кстати, это и средство его улучшить!) Ваше доброе слово, объятие, поцелуй, ласковый взгляд - подпитка душевная на весь

долгий и трудный день, не забудьте! И на ночь - не отпускайте во тьму без живого знака живой любви.

Умение сказать «Нет!»

Важно создать у подростка уверенность, подкреплённую опытом, что в любой ситуации, в том числе и при приглашении попробовать наркотическое или токсическое вещество, он будет в состоянии преодолеть робость, ложное чувство товарищества без ущерба для своего имиджа, самосознания. Умение сказать «нет» является выражением признания своей автономности подростком, уверенности в себе, своей идентичности. «Нет» подростка звучит убедительно, когда этот отказ – результат обдуманного решения, а не «натренированности». Для того чтобы подросток смог отказать в ситуациях, когда ему предлагается членами группы, другом, значимыми людьми наркотик, алкоголь, сигарета, он должен знать, что отказ в этой ситуации – только лишь часть присущей ему свободы выбора.

В зависимости от того, с представителями какой социальной группы происходит взаимодействие, должны быть и разные стили и стратегии поведения. Все возможные варианты отказов можно разделить на несколько блоков:

Здоровье

Я не собираюсь загрязнять организм.

Нет, спасибо, у меня на это бывает аллергическая реакция.

Нет, спасибо, это опасно для жизни.

Я пытаюсь сколотить легкоатлетическую команду и слышал, что дым вредит лёгким.

Нет, спасибо, я только что прочёл статью о вредных эффектах этого.

Я хочу быть здоровым.

Влияние на психику

Нет, спасибо, у меня и так ужасные оценки.

Нет, спасибо, у меня завтра проверочная работа за четверть, и мне сегодня вечером надо подготовиться.

Нет, мне понадобятся все мозги, какие есть.

У меня завтра большая контрольная, и я хочу хорошо запомнить то, что сегодня буду учить.

Угроза последствий употребления планируемому будущему

Я таких вещей боюсь.

Мне не хочется умереть молодым.

Нет, когда-нибудь я могу захотеть иметь здоровую семью.

Не хочу быть наркоманом.

Контроль со стороны семьи

Нет, я не хочу неприятностей.

Сейчас не могу. Моя мать нюхает меня, когда я прихожу домой

Мои родители меня убьют.

В последний раз, когда мать застала меня за курением, мне не давали денег шесть месяцев (два года, неделю).

Нет, спасибо, у меня и так хватает неприятностей с родителями.

Ты надо мной смеёшься. Меня не выпускают из дома, даже если от меня пахнет сигаретным дымом после того, как я был рядом с курящими людьми.

Нет, я и так много воюю со своими родителями.

Меня до сих пор контролируют с тех пор, как мама в последний раз поймала меня за этим, а это было два года назад.

Контроль со стороны среды

Если тренер узнает, он заставит меня бежать 20 кругов.

Я вчера поздно лёг спать, и у меня и без того красные глаза.

Сейчас аллергический сезон, и у меня и без того все время красные глаза.

Нет, спасибо, я слышал, что от этого глаза краснеют.

За это можно попасть в полицию.

Откладывание на неопределенное время

Спасибо. Я буду рад этим воспользоваться, как только мне это понадобится.

Я не в настроении, поэтому не хочу сегодня это пробовать.

Не сегодня и не сейчас.

Я не думаю, что мне стоит это начинать до тех пор, пока я не буду иметь своих денег.

Когда мне понадобится это, я дам тебе знать.

Когда-нибудь в другой раз.

Отказ в связи с отрицательным опытом прошлого

Я больше в этом не нуждаюсь.

Нет, я это пробовал, и мне это не понравилось.

Я начинаю вести себя глупо, когда курю (пью и т. п.)

Уход от объяснений

Я не курю.

Не похоже, чтобы мне сегодня от этого стало хорошо.

Нет, спасибо.

Нет, спасибо, препаратов не хочу.

Нет, я за рулём.

Это мне ничего не даёт.

Агрессивный ответ

Я за витамины!

Эта дрянь не для меня.

Эти химические радости не для меня.

А почему, как ты думаешь, эту штуку называют дурманом?

Я и без того себя прекрасно чувствую.

Ты с ума сошёл? Я даже не курю сигарет.

Необходимо обучить подростков гибко использовать варианты отказов

в зависимости от обстоятельств и среды общения. В данном случае для подростков очень важно сохранить свой статус в микрогруппе, и неверно выбранная стратегия отказа может нарушить его взаимоотношения со значимыми лицами. При этом нужно предъявлять оппонентам отказ таким образом, чтобы он не прозвучал как приглашение к дискуссии, а являлся разрывом отношений в данный момент.

Основные признаки и симптомы употребления психоактивных веществ

I. Основные признаки:

1. следы от уколов (особенно на руках)
2. наличие у ребенка (подростка) ложек и/или узких полых трубочек, шприцев и/или игл от них
3. наличие капсул, таблеток, порошков, пузырьков из-под лекарственных или химических препаратов
4. расширенные или суженные зрачки
5. нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя
6. покраснение склер

II. Дополнительные признаки

1. лживость, изворотливость
2. проведение времени в компаниях асоциального типа
3. вымогательство и/или кража денег у окружающих
4. нарушения сна
5. телефонные разговоры (особенно «зашифрованные») с незнакомыми лицами
6. частые беспричинные смены настроения
7. внешняя неопрятность
8. снижение успеваемости в учебном заведении
9. пропажа из дома ценных вещей
10. сужение круга интересов
11. частый беспричинный кашель
12. снижение аппетита
13. запоры
14. изменение пищевых пристрастий (предпочтение сладких кондитерских изделий, постоянный отказ от жирной и мясной пищи)
15. похудание
16. гнойничковые поражения кожи, флегмоны, абсцессы по ходу вен
17. появление денежных долгов с не очень убедительным объяснением их происхождения
18. регулярные в одно и то же время отлучки из дома на не очень продолжительное время
19. стремление избегать одежды с короткими рукавами даже в

жаркие дни

20. прожженная сигаретами одежда, обивка мебели, ковры
21. чрезмерно длительное пребывание утром в ванной, туалете

Литература

1. Ли В. А., Ли К. В. Наркотики – трагедия для родителей, беда для общества. (Краткая грамматика профилактики подростковой наркомании). М.: Информэлектро, 2001. – 152 с.

2. Памятка для родителей, подготовленная Управлением Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков.

3. Руководство по профилактике злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними и молодежью / Под науч. ред. Л. М. Шипициной и Л. С. Шпилени / СПб., 2003. – 464 с.

4. Хасан Б. И. Образование в области профилактики наркозависимости и других аддикций: Организационно-методическое пособие / Б. И. Хасан, Н.И. Дюндик, Е.Ю. Федоренко, И.А. Кухаренко, Т.И. Привалихина.; Красноярский государственный университет – Красноярск, 2003. – 335 с.