

Сборник методических рекомендаций
по использованию в работе образовательного
учреждения информационной модели
антинаркотической профилактики

2015

Содержание

Введение

Существующие основные модели и направления профилактики употребления ПАВ

Формы и методы антинаркотической профилактической работы с несовершеннолетними

Методические рекомендации для педагогов по использованию в работе с несовершеннолетними информационной модели профилактики злоупотребления психоактивных веществ

Особенности в проведении антинаркотических профилактических бесед с несовершеннолетними с учётом их возрастных особенностей

Рекомендации по проведению лекционно-информационных форм работы с родителями в аспекте первичной профилактики употребления ПАВ несовершеннолетними

Памятка по созданию стенда, посвященного здоровому жизненному стилю (профилактике употребления ПАВ)

Введение

Организация антинаркотической профилактической работы с несовершеннолетними является одной из основных задач образовательного учреждения. Но если работа организована неправильно, то она способна причинить непоправимый вред тем, для кого она проводилась.

Широко используемый в образовании традиционный проблемно-ориентированный подход к профилактике выступает как «борьба», недопущение, «противодействие» чему-либо. Результаты исследований показали, что данный подход не обеспечивает достижения желаемых целей. Таким образом, проблема предупреждения употребления психоактивных веществ (далее - ПАВ) не может быть решена, так как не устраняются причины побуждающие детей и молодежь обращаться к ним.

Необходимо создание системы позитивной (конструктивной) профилактики, которая ориентируется не на патологию, не на болезнь и ее последствия, а на человека, его ресурсы, его выбор и обеспечивает поддержку и помощь в реализации собственного жизненного предназначения.

Антинаркотическая профилактика для детей и молодежи — это не обсуждение вредности отдаленных печальных последствий курения, алкоголизма и наркомании, не запугивание их страшными сюжетами, а прежде всего помощь в освоении навыков эффективной социальной адаптации—умения общаться, строить свои отношения со сверстниками и взрослыми, в развитии способности оценивать свое эмоциональное состояние и управлять им. Особое значение имеет формирование у детей и молодежи культуры здоровья — понимания ценности здоровья и здорового образа жизни. Только осознание личностной ценности здоровья позволяет человеку понять, чем для него опасно знакомство с наркотиком или ПАВ.

В данном сборнике представлены существующие модели, направления, формы и методы организации антинаркотической профилактики в образовательной среде. Акцент сделан на использовании информационной модели. С одной стороны это позволит педагогу строить свою работу с учётом требований (по принципу "Не навреди!") к организации бесед, встреч, лекций и т.д. С другой стороны - усложнит задачу «правильного выбора» - поиска наиболее эффективных методов подготовки и передачи информации с целью антинаркотической профилактики среди детей и молодежи.

Существующие основные модели и направления профилактики злоупотребления ПАВ

Информационная модель - наиболее ранняя и известная модель профилактической работы. В ее основе - представление о том, что информирование человека о негативных последствиях приема психоактивных веществ для здоровья и социального благополучия позволяет предотвратить их употребление. Однако, получение неверной информации или недостаток (отсутствие) информирования в некоторых сферах рассматривается как основа большинства эмоциональных и поведенческих проблем человека.

Модель психолого-медико-социального сопровождения ориентирует на: создание условий для нормального развития ребенка (в соответствии с нормой развития в соответствующем возрасте), профилактику отклонений в развитии как фактора риска злоупотребления ПАВ.

Модель предоставления альтернативы предполагает необходимость развития альтернативных социальных программ, в которых молодые люди могли бы реализовать такие возрастные мотивы и потребности (потребность в общении, самоутверждении, автономии от взрослых, самореализации, идентификации, стремление к риску, поиск острых ощущений, удовольствия и др.), которые могли бы до этого удовлетворяться в асоциальной форме, в том числе через злоупотребление ПАВ.

Психосоциальная модель своей главной целью утверждает развитие социальной и личностной компетентности человека, формирование определенного типа поведения (безопасного поведения, здорового жизненного стиля и т.п.), выработку навыков, обеспечивающих решение психоэмоциональных проблем, адаптацию в динамичной жизненной ситуации и противодействие негативному средовому влиянию (формирование жизненных навыков).

Одно из важных направлений реализации модели - работа с лидерами - подростками, желающими пройти обучение с целью осуществления профилактической антинаркотической работы в среде сверстников (волонтерское движение, инициативы «равный-равному»).

Привлечение подростков к профилактике одновременно решает несколько задач: позволяет охватить этой работой достаточно большую подростковую аудиторию, что важно при дефиците специально подготовленных психолого-педагогических кадров; сформировать устойчивые социальные установки, как у самих волонтеров, так и у тех ребят, с кем они занимаются, развить у ребят чувство самоуважения и ответственности; через общественно полезное дело сформировать навыки, важные для взрослой жизни,

Направления антинаркотической профилактической работы в образовательной среде

Направление профилактики	Формы реализации
Антинаркотическое просвещение учащихся	Социальная реклама (плакаты, газеты, листовки, ролики, передачи), лекции, беседы, дискуссии, «круглые столы», встречи со специалистами ОВД и медицинских учреждений, излечившимися наркоманами, «лидерами мнений».

<p>Обучение здоровью - разработка и модификация образовательных программ, ориентированных на формирование ценностей здорового образа жизни и предупреждение употребления ПАВ</p>	<p>Обучение и воспитание через предмет - валеология, ОБЖ, физическая культура, литература, история, биология, химия и др.; программы обучения жизненным навыкам; специализированные социально-психологические тренинги.</p>
<p>Психолого-медико-социальное сопровождение учащихся специалистами службы практической психологии в системе образования</p>	<p>Разработка и внедрение программ диагностики и коррекции отклоняющегося развития и поведения, технологии педагогической поддержки учащихся, программ личностного роста и развития психосоциальной компетентности, ресоциализация и реабилитация подростков «группы риска».</p>
<p>Проведение профилактических мероприятий-акций</p>	<p>Конкурсы, фестивали, концерты и др.</p>
<p>Воспитательная работа</p>	<p>Поддержка индивидуальной и коллективной творческой деятельности детей и подростков в контексте профилактики: КТД (коллективные творческие дела), детские мастерские, концерты, спектакли, конкурсы, сочинения, выпуск газет, подготовка радио- и телепередач, съемка видеороликов и фильмов, разработка компьютерных иф, программ, оформление сайтов. Поддержка и развитие детских и молодежных просоциальных организаций (объединений) и движений, поддержка субкультурных сообществ антинаркотической направленности, развитие лидерских программ, создание клубных объединений. Формирование волонтерских групп из подростков с лидерскими установками для ведения профилактической работы и оказания поддержки сверстникам с проблемами зависимости от ПАВ. Развитие различных форм внешкольной детской и юношеской инициативы по осуществлению социально значимой деятельности: благоустройство территорий, оказание поддержки инвалидам, престарелым, многодетным семьям, патронаж детей и др.</p>
<p>Программы сохранения и укрепления здоровья, развития физкультуры и спорта</p>	<p>Внедрение здоровьесберегающих технологий. Организация летних оздоровительных лагерей. Реализация модели «школа здоровья». Организация систематических занятий детей физкультурой и спортом (секции, фитнес-клубы, соревнования).</p>

Раннее выявление и сопровождение детей группы риска наркотизации и злоупотребляющих ПАВ	Создание внутришкольного наркопоста при школьном медицинском кабинете или кабинета профилактики, решающих задачи учета обучающихся с «риском» наркотизации и проблемами наркозависимости; проведение при информированном согласии обучающихся тестовой доврачебной диагностики наркотизации; консультирование родителей по проблемам взаимоотношений с наркотизирующимся ребенком.
Развитие инфраструктуры и содержания дополнительного образования детей	Кружковая и студийная работа; программы досуговой деятельности (музыкально-развлекательные мероприятия, дискотека, КВН, "Что? Где? Когда?", викторины, конкурсы, интернет-кафе).
Работа с педагогами по формированию установок здорового образа жизни, навыков саморегуляции и стрессоустойчивости психологической компетентности,	Тренинги, консультации, семинары, проектная работа.
Работа с родителями	Родительский всеобуч, родительский университет, организация групп родительской поддержки для «проблемных» семей, семейное консультирование, социально-педагогическая поддержка и помощь «проблемной» семье, тренинги по развитию социально-психологической компетентности.

Формы и методы антинаркотической профилактической работы с несовершеннолетними

Для работы с подростками эффективнее использовать групповые методы. Участвуя в групповых формах, подросток учится:

- устанавливать доверительные отношения со сверстниками,
- преодолевать конфликты, жизненные трудности безопасными путями,
- чувствовать эмоциональное состояние другого человека, раскрывать свои индивидуальные и творческие возможности,
- действовать в критических ситуациях, сотрудничать, работая в коллективе.

Групповые методы помогают детскому коллективу:

- создать зону эмоционального комфорта,
- установить доверительную, дружелюбную атмосферу,
- найти каждому свое место в группе сверстников.

Человек усваивает информацию быстрее, если обучение проходит интерактивно: когда он имеет возможность одновременно с получением информации обсуждать неясные моменты, задавать вопросы, тут же закреплять полученные знания, формировать навыки поведения. Такой метод вовлекает участников в процесс обучения, а сам процесс становится легче и интереснее.

Существует так называемая «пирамида познания», которая показывает, что чем больше степень участия обучаемых в процессе познания, тем больше информации и навыков усваивается участниками.

Чем активнее форма передачи информации, чем активнее вовлечены в этот процесс слушатели, чем больше каналов восприятия задействовано в процессе обучения, тем выше уровень усвоения знания, приобретения навыков, овладения умениями, формирования отношения, установок, мотивов к деятельности.

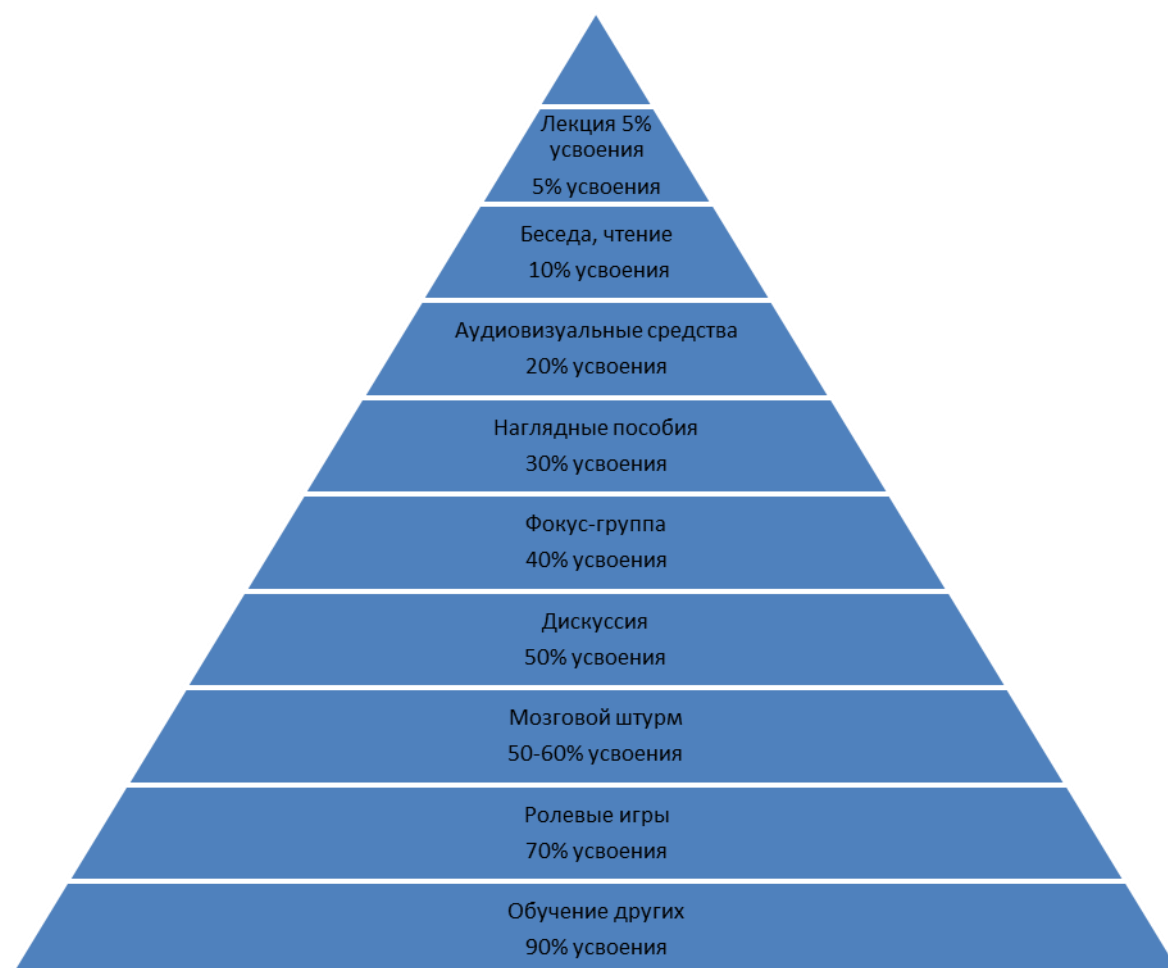
Интерактивные формы универсальны в профилактической работе, как с детьми, так и с родителями и педагогами.

Лекция наиболее быстрый способ предоставления необходимой информации неограниченному количеству слушателей. Лекция позволяет обеспечить целостность и логичность изложения, сжато дать информацию о проблеме. Недостатком этого метода является то, что лекция ставит участника в пассивную позицию слушателя. Во время чтения лекций трудно учесть потребности, мнения, чувства слушателей и степень их готовности к восприятию информации; невозможно развить какой-либо новый навык, умение. Необходимо помнить, что из услышанного усваивается только 5 % информации.

Беседа предполагает, что ведущий задает участникам вопросы, а не просто излагает информацию. Таким образом, свой рассказ ведущий строит на встроеноответном методе: вопрос ведущего - ответ слушателей - комментарии и корректировка ведущего. Это позволяет сделать процесс информирования преемственным опирающимся на имеющиеся знания слушателей, но изучаемому вопросу. Кроме того, комментарии ведущего позволяют удерживать внимание слушателей, тем самым процент усвоения информации при использовании этого метода повышается.

Чтение - хорошо забытое многими молодыми людьми занятие. Может происходить в одиночку или в компании, но не позволяет достичь глубокого усвоения информации. Можно прочитать о том, как преодолевать стресс, но не суметь этим методом воспользоваться. Необходимую на занятии информацию лучше размещать на карточках для индивидуальной или групповой работы.

Аудиовизуальные средства. Люди любят смотреть кино, слушать радио. Поэтому просмотр или прослушивание интересного материала - замечательный способ для



эмоционального переживания информации. Чтобы повысить степень усвоения, нужно обязательно подготовить вопросы, обсудить просмотренный фильм. Видеоматериалы (фильмы, мультфильмы) программы «Здоровое будущее детей» используются как стимул для дискуссий и упражнений.

Использование **наглядных пособий**. Применение наглядных пособий помогает участникам запоминать и усваивать информацию всеми каналами восприятия: зрением, слухом, осязанием и обонянием. Наглядные пособия для занятий могут быть самого разного рода: диаграммы, слайды, макеты, модели, раздаточный материал, буклеты, плакаты.

«**Фокус-группа**» - это форма рассчитана на работу с группами. Она дает возможность исследовать мнения, настроения, установки участников, степень понимания проблемы и пути ее решения.

Результаты таких исследований важны для ведущего. Но в такой же мере они важны и для самих участников, потому что позволяют им прояснить свои мнения и суждения, их причины, а также понять других.

Дискуссия - эта форма рассчитана на работу с группами (учащиеся одного класса). Дискуссия возникает тогда, когда каждый участник высказывает свое мнение по той или иной теме на основании своих знаний и опыта. Это обмен мнениями.

Часто дискуссия принимает острый характер (когда заявляемая проблема касается жизненных принципов и личных переживаний участников), и стороны не достигают единодушия. Но такая дискуссия может подвигнуть человека задуматься, изменить или пересмотреть свои установки. У подростков эти споры проходят более жарко, чем у взрослых, но и свое мнение они меняют более легко. Чтобы спор не вышел за пределы тренинга, ведущему нужно подытожить рассуждения всех сторон и обсудить сходство и различие позиций.

Дискуссия подразумевает руководство ведущего, принятие правил и следование определенным шагам.

Правила проведения дискуссии:

1. *Правило активности.* Каждый должен участвовать, высказываться, реагировать на чужие высказывания.
2. *Правило очередности.* Когда один говорит, другие слушают.
3. *Правило внимательности.* Не отклоняться от темы дискуссии.
4. *Правило открытости.* Каждый открыто высказывает свое мнение и свои чувства.
5. *Правило проблемы.* Обсуждаются мнения о теме, а не об участниках.
6. *Правило уважения друг к другу.* Нельзя оскорбительно отзываться о ком-то, навешивать ярлыки, давать оценочные суждения.
7. *Правило времени.* Каждый берет на себя обязательство говорить коротко и по существу.

С правилами дискуссии знакомит ведущий. Желательно написать правила на доске или отпечатать на листе бумаги крупными буквами так, чтобы видели все участники.

Мозговой штурм - это форма группового мышления и эффективный способ решения проблем. Может проводиться и в малых, и в больших группах. Этот метод хорош тем, что помогает демократично и ненавязчиво обсуждать многие проблемы. Он также помогает определить уровень знаний и основные направления интересов участников группы. Собранный информация может служить основой для более глубокой содержательной работы и дискуссий. Если дискуссия отвечает на вопросы: Что происходит? Почему? Зачем?, то мозговой штурм дает возможность ответить на вопросы: Что именно делать? Как? Когда? Кто?

Цель - выдвинуть как можно больше идей в ограниченный интервал времени, спланировать их осуществление.

Люди поддерживают те проекты и решения, в которые вложили собственные идеи, творчество и воодушевление.

Ролевые игры представляют собой небольшие, произвольного характера сценки, отражающие варианты жизненных ситуаций, в которых участники играют роль какого-то персонажа. Люди меньше смущаются, когда нужно высказаться по тем или иным вопросам или выразить свои чувства от лица выдуманного героя.

Полезная сторона ролевой игры - тренировка вариантов поведения в тех ситуациях, в которых могут оказаться участники. Например, неплохо попробовать обыграть вариант покупки презервативов в аптеке или ситуацию, когда компания «друзей» уговаривает попробовать наркотик. Подготовка молодых людей к встрече с подобными ситуациями в жизни позволит им заранее обрести ряд навыков, помочь ответить отказом на реально опасное предложение.

Обучение других - это эффективная форма обучения, позволяющая усвоить максимум знаний и навыков. Именно такая форма обучения в большей мере формирует мировоззрение и приверженности обучающегося. Обучение других - самая активная форма передачи и усвоения знаний, навыков, умений, потому что транслируется и сам механизм «передачи усвоения».

Методические рекомендации для педагогов по использованию в работе с несовершеннолетними информационной модели профилактики злоупотребления психоактивных веществ

Информационная модель. Основа - представление о том, что информирование человека о негативных последствиях приема психоактивных веществ для здоровья и социального благополучия позволяет предотвратить их употребление. Предполагается, что, если человек знает об опасности для здоровья определенного стиля поведения, он начнет относиться к такому поведению отрицательно и стремиться от него воздерживаться. Соответственно, если человеку известно, что определенный образ поведения полезен для здоровья и благополучия, то знание об этом с необходимостью сформирует положительное отношение к данному образу поведения, мотивацию к сохранению здоровья и безопасному поведению, позволит в случае необходимости изменить поведение. В информационной модели также широко используются трагические примеры из жизни людей, злоупотреблявших алкоголем и наркотиками, описания фактов деградации их личности и разрушения здоровья.

Информационная модель традиционно реализуется с опорой на эффект запугивания, сознательного вызывания страха. Однако, данный эффект имеет как существенные ограничения, так и негативные последствия:

1. Эффективность сильного страха, если и может быть высокой, то всегда кратковременна.
2. Трансляция знаний о ПАВ может стимулировать интерес к ним, подтолкнуть к пробам.
3. Получение неверной информации или недостаток (отсутствие) информирования в некоторых сферах рассматривается как основа большинства эмоциональных и поведенческих проблем человека, поэтому предпочтительнее обсуждать проблемы, связанные с употреблением ПАВ, с медицинскими работниками и психологами, которые лучше владеют информацией по данной теме.

Изучение возможностей использования феномена страха для деструкции нежелательных и формирования желательных установок выявило, что слабая и средняя интенсивность запугивающей информации больше влияет на поведение, чем сильная, которая способствует принижению значимости или даже отрицанию угрозы. Эффективность сильного страха если и может быть высокой, то всегда кратковременна. Запугивание может вызвать некоторые аффекты (тревога, депрессия и т.д.), которые в свою очередь рассматриваются как факторы индивидуального риска приобщения к злоупотреблению ПАВ.

Другое ограничение информационного подхода связано с содержанием и объемом информации. Трансляция знаний о психоактивных веществах может стимулировать интерес к ним, подтолкнуть к пробам.

Несмотря на все ограничения, значение информации для формирования поведения человека огромно. Получение неверной информации или недостаток (отсутствие) информирования в некоторой сфере рассматривается как основа большинства эмоциональных и поведенческих проблем человека. Своевременно полученная информация может мотивировать человека на приобретение новых жизненно важных навыков и выступить основой принятия решений об изменении поведения.

Теоретические основания информационной модели:

- Когнитивная модель изменения поведения (А. Бек).
- Модель убеждения в области здоровья (Розенсток-Беккер).
- Теория мотивированного действия (И. Айзенк, М. Фишбейн).
- Теория защитной мотивации (Р. Роджерс).
- Теории социального влияния и убеждающей коммуникации (К. Левин, Ф. Зимбардо и др.).

Содержание информационных сообщений, направленных на профилактику злоупотребления ПАВ, включает в себя несколько блоков. Целесообразность и объем включения того или иного блока определяются, исходя из анализа целостной ситуации профилактического воздействия: вид профилактики, ее уровень, адресат (целевая группа), источник информации и др.

Первый блок: информация о ПАВ (только для специалистов, осуществляющих антинаркотическую профилактическую работу): группы (виды), способ изготовления, способ употребления, эффекты употребления.

Второй блок: информация о формировании зависимости, о токсикомании, алкоголизме и наркоманиях как заболеваниях, их последствиях для здоровья и личностного благополучия.

Третий блок: информация о факторах риска злоупотребления ПАВ.

Четвертый блок: информация о навыках и способах, позволяющих избежать вовлечения в злоупотребление ПАВ, возможностях альтернативного удовлетворения мотивов, приводящих к употреблению ПАВ.

Пятый блок: информация об организациях, службах, которые могут оказать помощь в решении проблем, связанных со злоупотреблением ПАВ (консультативную, социальную, реабилитационную).

Эффективное использование информационной модели в антинаркотической профилактике, помимо серьезного отбора содержания информационного профилактического сообщения, требует проработки еще ряда важных аспектов:

- кто является источником информации? (источник информации, коммуникатор);
- на что должна быть ориентирована информация? (уровни, эффекты и последствия информационного влияния);
- как должен быть организован процесс информационного влияния? (принципы и технологии убеждающей коммуникации);
- кого информировать? (адресат, целевая группа, ее возрастные особенности, представления, стереотипы).

Примерные требования к эффективным профилактическим информационным сообщениям:

1. Информация должна быть объективной, научной, правдивой.
2. Информационные сообщения должны демонстрировать, что риск быть втянутым в употребление наркотиков, риск формирования зависимости существует не для каких-либо особых категорий людей, а для каждого конкретного учащегося (это личный риск, а не риск «вообще»).
3. Информация имеет непосредственную и очевидную для молодых людей связь с реально существующими у них потребностями (отношения со сверстниками, лицами противоположного пола, повышение социального статуса, достижение материального благополучия др.).
4. Информация позволяет пересмотреть старые и сформировать новые правильные представления о здоровом образе жизни и отношении к ним.
5. Информация носит упреждающий характер, т.е. информирование должно опережать на 2-3 года возрастное столкновение проблемой.
6. Информация не носит чрезмерно запугивающий характер. Запугивающая информация должна сопровождаться рекомендациями по целесообразным практическим действиям: каким образом может быть изменено поведение, чтобы избежать опасности.
7. Информационные сообщения должны выделять не столько отдаленные опасности и негативные следствия употребления ПАВ, сколько непосредственные, сразу заметные и лично значимые.
8. Акцент следует делать не столько на негативных последствиях неправильного образа поведения, сколько на тех преимуществах, которые приносят конкретные формы здорового образа жизни, целесообразно описывать «правильные» (здоровые) модели поведения.
9. Информационные материалы должны укреплять у учащегося уверенность в эффективности использования рекомендуемых форм поведения и собственных возможностей их освоения и реализации.
10. Информация должна быть изложена на языке, доступном людям соответствующего возраста и культурного уровня.
11. Информация должна излагаться авторитетным (компетентным) в рассматриваемой проблеме специалистом.
12. В информационном воздействии следует избегать морализаторства и назидательности.

Эффекты информационного влияния:

- изменение представлений аудитории, формирование более пристального внимания к

- проблеме;
- обеспечение большей восприимчивости аудитории и более серьезного отношения к аналогичным сообщениям в дальнейшем;
 - пробуждение интереса к информации на данную тему и поиск этой информации; стимулирование обсуждения данной темы с близкими людьми, обращения к специалисту; подкрепление уже существующих позитивных установок и поведения, поддержка уверенности в правильности выбранного образа поведения, формирование иммунитета к негативному влиянию.

Особенности в проведении антинаркотических профилактических бесед с несовершеннолетними с учётом их возрастных особенностей

Злоупотребление психоактивными веществами является одной из наиболее острых социальных проблем современного российского общества. Среди основных тенденций, характеризующих наркологическую ситуацию в России, наибольшую тревогу вызывает неуклонное омоложение потребителей психоактивных веществ. Основным возрастом первого знакомства с наркотиками - 11-17 лет. Участились случаи приобщения к наркотическим и другим психоактивным веществам детей 8-10 лет.

Установлено, что чем раньше произошло приобщение к наркотику, тем быстрее формируется наркозависимость, тем тяжелее течение наркомании как болезни, тем серьезнее последствия ее негативного воздействия (безнадзорность, преступность, рост сопутствующих наркомании заболеваний), и тем меньше эффективность реабилитационных программ. Поэтому профилактическую работу необходимо проводить до наступления критического возраста, то есть не позднее чем в младшем школьном возрасте.

Зачастую взрослые считают, что их дети ничего не знают об одурманивающих веществах – алкоголе, никотине и тем более о наркотиках. «У нас в семье никто не пьет, не курит, поэтому нашему сыну (дочери) это не грозит» - так порой рассуждают папы и мамы. Нередко и педагоги «благополучных» школ убеждены, что их воспитанники ограждены от вредных влияний. Но так ли это на самом деле? К сожалению, сегодня нельзя защитить детей от подобного рода информации - они видят на улице и по телевидению как употребляют одурманивающие вещества, слышат разговоры взрослых, видят курящих и выпивающих (пусть по праздникам) родителей. Поэтому очень важно дать им правильную установку, представление о том, что «хорошо», а что «плохо» задолго до того, как возникает опасность первого опыта или реального знакомства ребенка с одурманивающими веществами.

Многие взрослые – учителя, родители опасаются, не вызовет ли столь раннее обращение к этой теме нездоровый интерес у ребенка, сумеют ли дети разобраться в далеко не простых вопросах. Действительно, очень важно, чтобы эта работа соответствовала возрасту ребенка и социальной ситуации его развития. Как же строить такой непростой разговор с ребенком - **разговор о наркотиках**. Попробуем разобраться?

**Общение с детьми 4-5 лет.
Психологические особенности возраста:**

Взгляды и привычки, которые формируются в этом возрасте у детей, оказывают важное влияние на решения, которые они будут принимать, став старше.

В этом возрасте они стремятся узнать и запоминать правила и хотят услышать ваше мнение о том, что такое хорошо и что такое плохо.

Хотя они уже достаточно большие для того, чтобы понимать, что курение для них плохо, они еще не готовы к восприятию сложных фактов об алкоголе, табаке и других наркотиках.

В разговоре:

- расскажите, почему детям нужна здоровая пища. Попросите ребенка назвать несколько любимых продуктов и разъясните, как эта пища способствует поддержанию здоровья и силы.
- Выделите регулярное время, когда вы можете все свое внимание уделять вашему ребенку. Сядьте на пол и поиграйте с ребенком, узнайте о том, что ему нравится и не нравится, дайте ему понять, что вы любите его. Тем самым вы создадите прочные отношения доверия и привязанности, которые позволят облегчить решение не употреблять наркотики в грядущие годы.
- Установите такие принципы, как необходимость играть честно, делиться игрушками и говорить правду, чтобы дети знали, какого рода поведения вы от них ожидаете.
- Поощряйте вашего ребенка следовать указаниям и задавать вопросы, если он не понимает указания.
- Если у вашего ребенка что-то не получается в процессе игры, воспользуйтесь этим для развития навыков преодоления проблем. К примеру, если башня из кубиков все время падает, проработайте вместе, чтобы найти возможные решения. Превращение негативной ситуации в успешную укрепляет уверенность ребенка в собственных силах.
- По возможности разрешайте вашему ребенку выбирать, что одевать. Даже если одежда не совсем выдержана в цветовой гамме, вы развиваете способности ребенка к принятию решений.
- Укажите на ядовитые и вредные вещества, которые обычно находятся дома, и прочитайте вслух предупреждающие этикетки на продуктах. Поясните детям, что на всех «плохих» лекарствах имеются предупреждения об опасности попадания их внутрь организма человека, а потому можно есть или нюхать только пищу или прописанное лекарство, которое ему дают родители. Разъясните, что лекарства могут помочь тому, для кого они предназначены, и повредить любому другому, особенно детям.

Общение с детьми 6-8 лет.

Психологические особенности возраста:

В этом возрасте ребенок обычно демонстрирует растущий интерес к миру, находящемуся за пределами семьи и дома.

Изменяется его социальный статус – он становится сначала дошкольником, а потом школьником.

Авторитетом для него теперь является учитель, воспитатель, тренер.

В разговоре:

- Расскажите, что любое вещество, которое человек принимает внутрь, отличное от пищи, может быть крайне вредным.
- Поясните, как наркотики мешают работе организма и могут привести к очень плохому самочувствию человека или даже вызвать смерть.

- Разъясните понятие привыкания - что употребление наркотика может стать вредной привычкой, от которой трудно избавиться. Похвалите ваших детей за хороший уход за своим телом и неупотребление того, что им может повредить.

Дети должны понимать:

- как отличаются друг от друга продукты питания, яды, лекарства и наркотики;
- что лекарства, прописанные врачом и принимаемые под руководством взрослого, могут помогать в период болезни, но могут быть вредными при неправильном употреблении, и поэтому детям нужно держаться подальше от неизвестного вещества или емкости;
- почему взрослые могут пить алкоголь, а дети не могут, причем даже в небольших количествах.

Общение с детьми 9-11 лет.

Психологические особенности возраста:

С детьми этого возраста можно провести более сложное обсуждение того, почему людей привлекают наркотики.

Вы можете воспользоваться их любопытством по поводу серьезных травмирующих событий жизни людей (типа автомобильной аварии или развода), чтобы обсудить вопрос о том, что наркотики могут стать причиной этих событий.

Кроме того, дети этого возраста любят узнавать различные факты, особенно странного рода. Дети этой возрастной группы могут сильно заинтересоваться тем, как наркотики действуют на мозг или организм наркомана. Поясните, как любое вещество, принятое в излишнем количестве, может быть опасным.

В это время крайне важное значение приобретают друзья, а также надлежащее положение в группе и восприятие себя другими как «нормального». Дети покидают свое узкое и лучшее защищающее окружение и вступают в более многочисленную и более разобщенную группу детей.

Более старшие дети могут познакомить вашего ребенка с алкоголем, табаком и наркотиками. Исследования показывают, что чем раньше дети начинают употреблять эти вещества, тем больше вероятность возникновения серьезных проблем.

Ребенок должен знать:

- непосредственное воздействие приема алкоголя, табака и наркотика на организм, включая опасность наступления комы или смертельной передозировки;
- как и почему может возникать привыкание к наркотикам и как они могут приводить к потере наркоманами контроля над своей жизнью;
- причины того, почему наркотики особенно опасны для растущего организма;
- проблемы, которые алкоголь и другие наркотики создают не только для того, кто их употребляет, но и для его семьи и мира в целом.

В разговоре:

- отрепетируйте возможные сценарии, при которых друзья предлагают наркотики, пусть ваши дети поучатся произносить с чувством: «Это очень вредно!»
- разрешите им сослаться на вас: «Моя мама убьет меня, если я выпью пива!» «Не хочу расстраивать родителей» - вот одна из главных причин отказа от употребления наркотиков, которую приводят дети этого возраста.
- обсудите, как реклама, песенная лирика и телепередачи бомбардируют их идеями о том, что употребление наркотиков выглядит шикарно. Убедитесь, что дети способны отделять мифы от реалий и похвалите их за умение мыслить самостоятельно.

- ребенок, все друзья которого употребляют наркотики, скорее всего также начнет их употреблять. Познакомьтесь с друзьями ваших детей, узнайте, где они проводят время и чем им нравится заниматься.
- подружитесь с родителями друзей ваших детей.

Общение с подростком 12 –14 лет.

Психологические особенности возраста:

В психическом развитии подростка 12-14 лет основная роль принадлежит устанавливающейся системе социальных взаимоотношений с окружающими. В подростковом возрасте особо возрастает ценность дружбы и друга, ценность коллектива сверстников. Хотя учение остается для него главным видом деятельности, но основные новообразования в психике подростка связаны с общественно-полезной деятельностью, которая удовлетворяет потребности в общении со сверстниками и потребности в самоутверждении. Потребность в самоутверждении настолько сильна в этом возрасте, что во имя признания ровесников подросток готов на многое: он может даже поступиться своими взглядами и убеждениями, совершить действия, которые расходятся с его моральными установками. Потерять авторитет в глазах друзей, уронить свою честь и достоинство - это самая большая трагедия для подростка. Вот почему подросток бурно реагирует на нетактичные замечания, которые ему делают взрослые в присутствии ровесников. На этой основе нередко возникают конфликты между подростком и родителями, подростком и учителями, и подросток становится «трудным».

Время «конфликта поколений». Подростки руководствуются мнением ровесников и их привлекают опасности, хотя подростки и в самом деле часто не воспринимают речей родителей, борясь за свою независимость, они нуждаются в поддержке, участии и руководстве родителей больше, чем когда-либо.

Подростки отличаются большой страстностью и вспыльчивостью. С этим связано неумение сдерживать себя, слабость самоконтроля, резкость поведения. Эмоциональная возбудимость подростка проявляется и в страстных спорах, доказательствах, выражении возмущения. Но не обладая достаточным жизненным опытом и отличаясь повышенной эмоциональной возбудимостью, подростки легко могут попасть под дурное влияние, поскольку внешний эффект оказывает порой сильное влияние.

Ребенок должен знать и уметь:

- о последствиях незаконного употребления вредных веществ;
- развивать навыки оказания сопротивления при склонении к употреблению вредных веществ;
- понимать взаимосвязи между принимаемым решением и его возможными последствиями в будущем;
- позитивно воспринимать собственную личность;
- понимать важность и необходимость продолжения собственного образования;
- определять источники получения помощи и информации в случае возникновения проблем.

В разговоре:

- необходимо быть открытым и честным в общении с ребенком для того, чтобы он ясно понимал, что ожидают от него родители;
- говорить ребенку о том, что обращение за помощью является признаком силы характера;

- родители должны показывать хороший пример собственным поведением и объяснять ребенку, каким образом они принимают решения и решают проблемы;
- родители должны знать информацию о вредных веществах, в том числе уличные названия вредных веществ, каким образом их продают и каким образом их употребляют, для того чтобы самим понимать, о чем говорить с ребенком;
- родители не должны судить, осуждать или относиться к своему ребенку, как к маленькому, особенно в присутствии других ребят;
- поощряйте в детях желание задавать вопросы, особенно вам, и научите выбирать надежные источники информации;
- укрепляйте в детях чувство собственного достоинства, признавая их таланты, достижения, успехи, а также положительные личные качества.

Общение с подростком 15- 17 лет

Психологические особенности возраста:

В этом возрасте дружба становится особо важным фактором для подростков, а друзья становятся источником информации для принятия иногда важных решений. Старшие подростки в большей степени способны иметь дело с абстрактными концепциями такими, как «правда» и «справедливость». Эта способность думать и рассуждать в абстрактных категориях позволяет им оценить материальную стоимость употребления вредных веществ; результаты подростковой беременности; причины, по которым необходимо соблюдать законы; влияние употребления вредных веществ на системы здравоохранения, реабилитации и соблюдения законодательства. Следовательно, образование в области профилактики употребления вредных веществ должно меньше быть сконцентрировано на самих вредных веществах и их употреблении, а больше внимания надо уделять тому, каким образом употребление этих веществ наносит урон обществу.

В этом возрасте молодежь очень интересуется своим будущим. Они в состоянии понять, что поиск сиюминутного удовлетворения может привести к событиям, которые полностью перевернут их жизнь: беременность; арест за хранение наркотиков; исключение из спортивной команды за употребление наркотиков.

Нынешние подростки многое знают о наркотиках, проводя различия не только между разными наркотиками и их последствиями, но и между пробным, случайным употреблением и привыканием.

Ребенок должен знать и уметь:

- что выбор определенных ценностей в настоящее время может ограничить их возможности впоследствии.
- что употребление вредных веществ снижает способность иммунной системы;
- знать влияние употребления вредных веществ на возможность продолжения образования, на получение интересной и хорошо оплачиваемой работы, на здоровье, на будущее потомство;
- должны иметь навыки по оказанию сопротивления влиянию ровесников и понимать, почему им необходимо сказать «нет»;
- должны уметь критически оценивать людей, которые их окружают и которым они хотят подражать;
- иметь собственную шкалу моральных и этических принципов;
- понимать важность их собственного ответственного поведения перед обществом;
- развивать способность преодолевать стресс;
- развивать позитивное чувство собственного достоинства

В разговоре:

- в этом возрасте целесообразно рассказать подросткам о том, как употребление алкоголя, табака, и прочих наркотиков во время беременности связано с появлением дефектов у новорожденных;
- говорить о том, что любой человек может стать наркоманом и что даже несистематическое употребление наркотиков может привести к серьезным последствиям;
- расскажите своим детям о том, что употребление наркотиков – это «не преступление без жертвы», и добейтесь понимания того влияния, которое оказывает употребление наркотиков на общество;
- хвалите и поощряйте ребенка за все то, что он делает хорошо, и за правильные решения, которые он принимает. Когда вы испытываете гордость за сына или дочь, скажите им об этом. Знание того, что их замечают и высоко ценят окружающие взрослые, оказывает мощное стимулирующее воздействие.
- побольше общайтесь с собственным ребенком, периодически интересуйтесь тем, чем занимается ваш ребенок, о чем он думает и что он чувствует;
- делитесь своей жизнью, в том числе и чувствами, с вашим ребенком;
- всегда спрашивайте, где и с кем проводит время ваш ребенок;
- имейте представление о признаках употребления вредных веществ, наблюдайте за своим ребенком, чтобы вовремя помочь ему;
- позвольте вашему дому быть контролируемым пристанищем для молодежи с вашим непосредственным позитивным и здоровым участием;
- помогите вашему ребенку установить реалистичные кратко- и долгосрочные цели;
- реагируйте вовремя на все сообщения о проблемах или просьбы о сотрудничестве, поступающие из школы в связи с вашим ребенком;
- гордитесь достижениями вашего ребенка и давайте знать вашему ребенку, что его оценивают заслуженно.

Необходимо знать!

Необходимо знать о том, что тактика запугивания подростка тяжелыми осложнениями при употреблении ПАВ не приводит к желаемым результатам - отказу от приема наркотиков, а, наоборот, в некоторых случаях усиливает к ним интерес.

Эффект запугивания может срабатывать у детей и подростков, отличающихся такими характерологическими чертами, как тревожность, неуверенность; в то же время у неустойчивых и возбудимых личностей подобный эффект практически не наблюдается.

Дискуссионное обсуждение мотивов злоупотребления детьми наркотиков

В настоящее время профилактика потребления психоактивных веществ во многих школьных коллективах представлена чаще всего тематическими лекциями школьных психологов, врачей психиатров-наркологов, либо работников органов внутренних дел, а также тематическими учебными занятиями, которые иногда проводятся по типу дискуссии на заданную тему. Подобный подход не отвечает основным требованиям к предупреждению употребления психоактивных веществ в связи с тем, что в нем отсутствует последовательность, непрерывность, учет реальной ситуации.

Дискуссионное обсуждение мотивов злоупотребления детьми наркотиков - это обсуждение того, что дает ребенку алкоголь или наркотик. Возможные варианты мотивов употребления.

- Снятие отрицательных эмоций, таких как страх, тревога, беспокойство, возникающих вследствие неуверенности в себе, нарушении способности общения. Основной задачей в этом случае будет *повышение самооценки*.

- Давление среды: ближайшего окружения или традиций. Например, ребенок хочет быть принят в компанию, в которой все курят, употребляют алкоголь. В этом случае надо поддерживать ребенка в его стремлениях *отстаивать право на собственное мнение*.
- Протестное поведение - часто это стремление обратить на себя внимание, отомстить или шантажировать близких, для того чтобы добиться выполнения своих требований. На такой шантаж ни в коем случае нельзя поддаваться. Следует *открыто обсуждать возникающие проблемы*.
- Стремление получить удовольствие. Если человек не научен получать удовольствие от высших видов деятельности (от занятия искусством, спортом и др.), то алкоголь и наркотики предоставляют ему самый простой способ получить наслаждение. К сожалению, научить ребенка получать удовольствие без вреда для здоровья, если он втянулся в употребление наркотиков, чрезвычайно сложно, поскольку все остальные способы требуют личных усилий, к которым он не привык. Попытаться, однако, следует. Помните, что привлекало его раньше, что доставляло удовольствие. Попробуйте *оживить его прежние увлечения*.
- Любопытство. Как правило, из любопытства алкоголь или наркотик пробуют первый раз. В дальнейшем появляются другие мотивы.
- Стремление расслабиться является одним из частых мотивов употребления алкоголя у взрослых. В последние годы подобный мотив звучит и у подростков: интенсивный ритм жизни и их часто выбивает из колеи. Обратите внимание, *не перегружен ли Ваш ребенок дополнительными занятиями, секциями и репетиторами*. Аутогенная тренировка и другие методы релаксации помогают снять напряжение.

Рекомендации по проведению лекционно-информационных форм работы с родителями в аспекте первичной профилактики употребления ПАВ несовершеннолетними

При проведении с родительской аудиторией профилактических лекций-бесед по предупреждению употребления ПАВ несовершеннолетними требуется соблюдение особых предосторожностей, так как не вся имеющаяся информация о наркотиках и токсических веществах может быть через родителей передана детям и подросткам. Ни в коем случае не следует приводить описание путей получения, изготовления и применения наркотических средств, с тем, чтобы беседа не могла служить справочным материалом для использования наркотиков. При проведении бесед нецелесообразно выходить за рамки представлений о наркотиках, которые практически не встречаются в регионе проживания, т.е. рассказывать о тех наркотиках (токсических веществах), которые мало известны. Обязательным является условие исключения описаний клинической картины наркотического (токсического) опьянения, переживаемых под влиянием наркотика (токсического вещества) эйфорических ощущений, включая использование позитивно воспринимаемых эпитетов и определений, таких как "непередаваемые ощущения", "состояние неизъяснимого блаженства, подобное экстазу", "состояние особенного блаженства и покоя". Следует исключить из бесед ссылок на примеры исторических личностей, политических деятелей, известных артистов, певцов, журналистов, употреблявших наркотики, даже если приводятся негативные последствия от их приема.

При беседах с родителями нецелесообразно пользоваться специальными медицинскими терминами при описании клинических проявлений зависимости от ПАВ, а также "жаргоном наркоманов".

В беседах следует специально останавливаться на способах диагностики состояний наркотического и токсического опьянения, а также нарко- или токсикоманий.

Нужно достаточно твердо и настойчиво утверждать, что подросток, "экспериментирующий" с наркотиками или злоупотребляющий ими, верит в то, что ему удастся успешно скрывать свои эпизоды наркотизации от родителей. Необходимо настойчиво убеждать в том, что в настоящее время с помощью современных лабораторных методов возможна точная диагностика, предусматривающая определение конкретного наркотического вещества.

Следует также говорить о большой вероятности заражения потребителей наркотиков и больных наркоманиями и токсикоманиями ВИЧ-инфекцией, гепатитами В и С, венерическими заболеваниями, другими заразными болезнями мочеполовой сферы, а также роли в этом случайных половых контактах и не стерильных шприцев.

В профилактических беседах столь же актуальным является обсуждение последствий правового характера: задержание милицией за употребление в общественных местах спиртных напитков или ПАВ; поведение, повлекшее за собой дорожно-транспортное происшествие; угроза заведения уголовного дела за то или иное правонарушение.

Многие другие темы, кажущиеся убедительными для взрослых, являются малозначимыми с точки зрения антинаркотической профилактической работы. Такими темами являются темы, относящиеся к угрозе возникновения тяжелых соматических заболеваний, рождению неполноценных детей. Малоэффективными также являются аргументы, связанные с тем, что употребляя алкоголь или наркотики (токсические вещества), дети и подростки доставляют огорчения родителям или подвергают риску свою будущую жизнь и служебную карьеру.

Необходимо доносить до сознания родителей, тезис о том, что тактика запугивания несовершеннолетних тяжелыми осложнениями при употреблении ПАВ не приводит к желаемым результатам - отказу от приема наркотиков, а, наоборот, в некоторых случаях усиливает к ним интерес.

Эффект запугивания может срабатывать у детей и подростков, отличающихся такими характерологическими чертами, как тревожность, неуверенность; в то же время у, неустойчивых и возбудимых личностей подобный эффект практически не наблюдается.

Одной из форм проведения профилактических мероприятий являются лекции-беседы. Естественно, что чем меньше численность группы, тем лучшим оказывается контакт и выше эффективность воздействия. Длительность лекции-беседы должна составлять не более одного академического часа. Обязательной является "обратная связь" с аудиторией. Чем большую долю времени занимает свободная дискуссия и чем меньшую - изложение специалистом или педагогом-психологом заранее подготовленного материала, тем выше эффект.

Вообще отступление от рутинных форм лекций-бесед позволяет углубить воздействие. К таким более эффективным типам мероприятий относятся "круглые столы", вечера вопросов и ответов. В настоящее время при проведении профилактических мероприятий нельзя обойтись без применения аудиовизуальных методик. Наиболее эффективными являются видеofilмы, хотя их использование связано с техническими трудностями.

Рекомендуемый перечень тем анти-наркотической и антиалкогольной профилактической работы среди родителей учащихся средних школ и профессионально-технических училищ:

- 1) наркологическая ситуация в стране и актуальность первичной профилактической работы;
- 2) психофизиологические особенности подросткового возраста;
- 3) отрицательное влияние на организм разовых приемов психоактивных веществ (ПАВ);
- 4) отрицательное влияние на организм систематического употребления ПАВ;
- 5) ПАВ и учеба, работа;
- 6) ПАВ и семья, досуг;
- 7) правовые последствия приема ПАВ;
- 8) приемы профилактики приема ПАВ.

При обсуждении темы, посвященной личностно-психологическим и психофизическим особенностям подросткового периода следует в популярной форме дать характеристику психофизиологических особенностей данного возраста. Важно донести до родителей объяснение некоторых мотивов поступков детей и подростков, осуждаемых окружающими взрослыми: стремление быстрее утвердить себя как взрослого человека, отмежевание от всего детского; эмоциональность и аффектация в поведении; нарочитая независимость в суждениях, негативное отношение к любым формам опеки; стремление обратить на себя внимание, демонстративность и театральность в поведении.

Следует подчеркивать, что, стремясь приобщиться к взрослой жизни, подростки легко перенимают и необходимые, с их точки зрения, но в действительности не обязательные, атрибуты поведения взрослых: употребление алкоголя и табака, интерес к сексуальным проблемам и другие особенности. Одновременно можно отметить характерные физиологические сдвиги этого периода: усиленную и несбалансированную гормональную активность, неустойчивость нервной системы, восприимчивость к различным заболеваниям, включая психические и наркологические расстройства. Постоянно подчеркивается, что взрослым необходимо уметь обращаться к характерному для подростков чувству взрослости, поддерживать у подростков стремление самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои поступки.

При рассмотрении второй темы, посвященной отрицательному влиянию на организм разовых, однократных приемов ПАВ, целесообразно рассмотреть мотивацию единичных случаев употребления несовершеннолетними ПАВ, что, как правило, связано с влиянием компании сверстников либо со стремлением изменить свое душевное состояние, например, вызвать у себя повышенное настроение. В беседах следует обращать внимание на то, что спровоцированное алкоголем или наркотиком (токсическим веществом) повышение настроения обязательно сопровождается заметными нарушениями мышления, внимания, утратой критичности поведения. Кроме того, всякая стимуляция положительных эмоций неизбежно влечет за собой последующее снижение настроения, сопровождающееся понижением жизненного тонуса, падением работоспособности (эффект маятника). Существенно раскрывать в беседах опасность даже однократного приема алкоголя или иного ПАВ, могущего привести к передозировке, требующей неотложных лечебных мер, а в некоторых случаях заканчивающейся смертельным исходом.

При проведении беседы особое внимание следует уделять токсическому влиянию ПАВ на головной мозг. Поскольку для части подростков одним из мотивов употребления ПАВ является снятие "внутреннего напряжения", такой эффект ПАВ надо прокомментировать. Состояние внутреннего напряжения, тревожность свойственны

определенной части детей и подростков и обычно отражают наличие внутреннего психологического конфликта. Психоактивные вещества, обладая расслабляющими свойствами, способны в ряде случаев приносить временное облегчение, за которое в последующем человек расплачивается еще большим углублением внутреннего конфликта. Привычка снимать напряжение алкоголем или наркотическим средством препятствует формированию навыков разрешения психологических конфликтов адекватными способами и несет опасность возникновения пристрастия к ПАВ.

При обсуждении **третьей темы**, посвященной **отрицательному влиянию на организм систематического употребления ПАВ**, следует говорить о формах поведения подростков, наиболее опасных с точки зрения формирования зависимости от ПАВ (учащение приемов, увеличение доз, учащение выраженных опьянений и др.). Следует подчеркивать, что на начальных этапах своего развития алкоголизм или наркомания (токсикомания) проявляются скрыто, их признаки незаметны или не выражены. В популярной форме можно рассказывать о таких тяжелых проявлениях зависимости от ПАВ, как о синдроме зависимости, судорожных припадках, расстройствах личности и психозах.

Важную часть лекции-беседы рекомендуется посвящать описаниям поражения различных органов и систем при систематическом употреблении ПАВ (печени, поджелудочной железы, сердца, почек, сексуальной сферы и других). Необходимо особо подчеркивать особенности формирования наркологических заболеваний в детском и подростковом возрасте: укороченные сроки формирования их основных проявлений, задержанное умственное и физическое развитие, ухудшение состояния здоровья, особенно тяжелые социальные последствия.

При обсуждении четвертой темы ("ПАВ и учеба, работа") следует давать описание, связанных с приемом ПАВ, отрицательных последствий: снижение успехов в учебе, угасание интереса к спорту, крушение планов, касающихся различных целей.

При этом можно подчеркивать характеристику типичной для зависимости от ПАВ цепочки последствий для служебной карьеры: снижение качества работы - вынужденные смены мест работы - увольнения по соответствующим статьям КЗОТ - деквалификация и потеря работы, вплоть до инвалидности.

В ходе рассмотрения **пятой темы ("ПАВ и семья, досуг")** дается характеристика влияния ПАВ на взаимоотношения несовершеннолетних с родителями и другими родственниками, а также друзьями и приятельницами, не разделяющими их склонности к употреблению алкоголя и наркотиков (токсических веществ). Можно приводить примеры утраты подростками, склонными к приему ПАВ, интересов и увлечений, прежде заполнявших их досуг; можно анализировать влияние асоциальных компаний сверстников, складывающихся по месту жительства, возможности противостоять влиянию таких компаний.

В беседе следует определенное место отводить обсуждению неблагоприятной роли, которую сыграет употребление ПАВ в будущей семейной жизни подростка. При этом можно дать характеристику нарушений эмоциональной, воспитательной функций семьи, показать нарастающие в семье наркомана процессы дезорганизации семьи: одинокий, неустроенный образ жизни потребителей ПАВ. Здесь же можно давать информацию о законодательстве, направленном на охрану прав семьи от одного из ее членов, употребляющего ПАВ.

При обсуждении **шестой темы ("Правовые последствия приема ПАВ")** родителей следует информировать о таких возможных правовых мерах, как задержание подростка за употребление алкоголя и других ПАВ в общественных местах, доставление таких несовершеннолетних, особенно в случаях выраженного опьянения, в отделение милиции. Одновременно можно дать представление о принципах проведения экспертизы алкогольного

и наркотического опьянения, о праве на увольнения с работы в случаях злоупотребления ПАВ, об ограничении дееспособности, направлении на принудительное лечение.

При рассмотрении последней, **седьмой темы ("Методы профилактики приема ПАВ и лечения зависимости от них")** до сведения родителей доводится информация о возможностях получения детьми и подростками, столкнувшимися с наркотиками, профилактической и реабилитационной помощи в случае возникновения наркологических проблем. Предлагается давать характеристику учреждений наркологической и другой медицинской помощи, находящихся в районе проживания, и существующих методов профилактики, лечения и реабилитации. Родители должны также информироваться об общественных организациях, оказывающих помощь лицам, склонным к употреблению ПАВ.

При проведении бесед по данной тематике всегда необходимо формировать представления об эффективности своевременно предпринятого лечения. Необходимо подчеркивать такую важную особенность, что зачастую среди родственников несовершеннолетних, вовлеченных в наркотизацию, встречается скептическое отношение к терапии больных наркотоксикоманиями, да и алкоголизмом в том числе.

В отличие от подростков, которым сообщение сведений о технологии изготовления наркотиков является совершенно недопустимым, родители должны иметь определенные знания в этом вопросе, поскольку встречались случаи, когда старшие школьники занимались изготовлением наркотических веществ в присутствии и едва ли не с помощью ничего не подозревающих родителей, выдавая свои занятия за выполнение домашних заданий по химии.

В лекциях для родителей необходимо также рассмотреть способы и возможности диагностики наркомании и токсикомании, причем не столько сформировавшейся болезни, сколько начальных ее проявлений. Следует обратить их внимание на изменение внешнего вида подростка, употребляющего наркотики, его поведения, характера, привычек, общения, круга знакомых, среди которых появляются наркоманы, и др.

Результаты профилактической антинаркотической и антиалкогольной работы среди родителей учащихся образовательных учреждений показывают ее эффективность в плане:

- уменьшения частоты приемов ПАВ подростками;
- уменьшения доли выраженных опьянений со сдвигом в сторону более легких случаев;
- уменьшения агрессивных тенденций в опьянении;
- улучшения климата в семье;
- улучшения успеваемости, повышения трудовой дисциплины;
- улучшения (своевременности) обращения за профилактической и лечебной помощью;
- большей доступности детей и подростков с наркологическими проблемами для психотерапевтического контакта;
- лучшего настроения на лечение с последующей трезвостью.

Памятка по созданию стенда, посвященного здоровому жизненному стилю (профилактике употребления ПАВ)

- Стенд должен быть современен и интересен (например, в стиле граффити, комиксов)
- *Должен затрагивать ценности важные для подростков (семья, друзья, любовь, карьера, досуг и т.д.)*
- Не должен быть формальным.
- *Хорошо, если в изложении материала присутствует дискуссия.*

- Хорошо, если материал несет конкретную информацию (что где расположено, что где происходило или будет происходить, куда и к кому можно обратиться)
- *Должен висеть на доступном месте.*
- Ответственность за выпуск и содержание стенда может быть возложена на самих учащихся (под руководством взрослого).
- *Материалы должны меняться с четкой регулярностью* (установленной инициативной группой).
- Материал не должен содержать скрытой рекламы ПАВ и сомнительных ценностей.

Практический эффект от стенда будет выше, если он будет способствовать решению четырех типов проблем: учебных, личностно – социальных, выбора профессии и рода занятости и психоэмоционального здоровья.

Работа инициативной группы, взявшей на себя ответственность за оформление стенда, может начаться с коллегиального поиска ответов на вопросы:

- **Где лучше всего расположить стенд?**
- **Какие рубрики будет содержать стенд?** (например, «Куда обратиться за помощью?», «Советы психолога», «Кружки и секции нашего района», «Красота, сила, здоровье» - о способах обретения красоты (гимнастика, режим питания и др.), развития силы (циклы физических упражнений по возрастам и степени подготовленности), созидания здоровья (необходимость отказа от вредных привычек на убедительных примерах), «Человек, на которого хочется быть похожим» - о достойных людях школы, района, города, страны и мира, «Школьные новости» - репортажи о событиях школьной жизни, влияющих на выбор учащимися здорового стиля жизни).
- **Как часто будет обновляться материал?** (Часть материала должна обновляться не реже раза в месяц, для каждой рубрики разумно выбрать свой график).
- **Какими основными принципами должны руководствоваться создатели стенда?** – компетентности, конкретности, доступности, долгосрочности и т.д.
- **Каких материалов не должно быть на стенде?**
- **Какие художественные приемы и способы оформления будут наиболее интересны и актуальны?**