

Профилактика ПАВ.
Методические рекомендации для работы с родителями.

Сегодня зависимость представляет собой основную часть всех поведенческих и личностных расстройств и является основным фактором, разрушающим физическое и психическое здоровье нации. К тому же зависимость, особенно наркомания и алкоголизм, лежит в основе проявления асоциального и преступного поведения, вандализма и терроризма среди всех возрастных групп населения, особенно среди молодежи. Наркомания - это тяжелое заболевание, характеризующееся физической и психической зависимостью от наркотика. Беда может прийти в любую семью. Заболевают подростки со сверхзаботой со стороны родителей и в семьях, имеющих материальные и психологические проблемы. Именно поэтому важно в профилактической работе акцент сделать на работу с семьей ребенка.

Данные методические рекомендации смогут помочь родителям в общении с детьми, педагогам построить правильную работу с родителями. Рекомендации включают в себя: правила эффективного общения; памятки для родителей по прямой и непрямой профилактике, организация работы с родителями.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ !

Сегодня алкоголь и наркотики стали частью молодежной среды. Это реальность, в которой живут наши дети. Невозможно изолировать ребенка от этой реальности, просто запретив употреблять наркотики, посещать дискотеки и гулять в определенных местах.

КАК ЖЕ УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ ЭТОГО ЗЛА?

Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.

- **Научитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте, свой первый контакт с алкоголем, табаком.**
- **Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.**
- **Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе.**
- **Не запрещайте безапелляционно. Задавайте вопросы. Выражайте свое мнение. Выслушайте мнение ребенка, ведите диалог.**

- **Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.**
- **Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.**

ДОРОГИЕ МАМЫ И ПАПЫ!

Мы растем, и растут вместе с нами вопросы, которые мы задаем Вам и всему миру взрослых:

- Что такое наркотики?
- Как они меняют состояние сознания? Как развивается зависимость?
- Зачем люди их употребляют (между прочим, уже в течение нескольких десятилетий)?
- И почему не употребляют?
- И как нам сделать правильный выбор?

Если мы не получаем от Вас ответа, который помог бы нам разобраться в этом вопросе, мы исследуем эту реальность сами.

ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

- Бледность кожи
- Расширенные или суженные зрачки
- Покрасневшие или мутные глаза
- Замедленная речь
- Плохая координация движений
- Следы от уколов
- Свернутые в трубочку бумажки
- Шприцы, маленькие ложечки, капсулы. Бутылочки
- Нарастающее безразличие
- Уходы из дома и прогулы в школе
- Ухудшение памяти
- Невозможность сосредоточиться
- Частая и резкая смена настроения
- Нарастающая скрытность и лживость
- Неряшливость

Эти симптомы являются косвенными. Для подтверждения злоупотребления наркотиками и зависимости от них необходима консультация врача-нарколога.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ?

1. Не отрицайте Ваши подозрения.
2. Не паникуйте. Если даже Ваш ребенок попробовал наркотик, это еще не значит, что он наркоман.
3. Не набрасывайтесь на ребенка с обвинениями.
4. Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока Вы не справились с Вашими чувствами.
5. Если ребенок не склонен обсуждать с Вами этот вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о Ваших переживаниях и опасениях. Предложите помощь.
6. Важно, чтобы Вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок видит ежедневно, как Вы справляетесь сами с Вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотик.
7. Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу. Если ваш ребенок отказывается идти вместе с вами, придите вы.

Основные блоки профилактической деятельности с родителями.

- **Выявление.** Предполагает ознакомление родителей с основными признаками употребления ПАВ у детей. Первичную диагностику ситуации с использованием анкеты (см. *Приложение №1*). Кроме того, обязательное информирование родителей о службах помощи в ситуации подозрения на употребление ПАВ или установление факта потребления. Информирование родителей о фактах распространения или употребления ребенком ПАВ (см. также *Приложение № 2* к занятию №5).
- **«Непрямая профилактика».** Представляет основную часть в системе профилактики. Главная задача профилактики – это обсуждение условий семейного воспитания для увеличения личностных ресурсов ребенка. В содержание этого блока входят основные темы коррекционно-развивающей части Ресурсной программы, которые проектируются применительно к семейному воспитанию.
К примеру, коммуникативный блок может быть представлен в следующей тематике:
 - «Конфликт с ребенком, причины и способы разрешения»;
 - «Негативизм ребенка – источники и способ поведения родителей»;

- «Когда в семье конфликт»;
- «Ребенок не слушает меня»;

Тематика лекций может быть составлена на основании предварительной диагностики проблем семейного воспитания (можно использовать методику в *Приложении*).

Предполагается работа с проблемными ситуациями семейного воспитания, обмен опытом семейного воспитания, обсуждение семейных традиций и т.п.

Важна и организация совместных с детьми мероприятий (досуговых, классных часов, походов, экскурсий, спортивных мероприятий и т.п.)

- **«Прямая профилактика».** Реализация информационной модели в работе с родителями. Информирование родителей о факторах риска, медицинских, правовых и иных последствиях злоупотребления ПАВ. Обсуждение семейных факторов риска злоупотребления ПАВ.

Основная тематика занятий:

1. Факторы риска, способствующие употреблению наркотиков и токсических веществ детьми и подростками.

2. Мотивы употребления наркотиков, токсических веществ и алкоголя детьми и подростками.

3. Как противостоять наркомании.

4. Поиск внутренних ресурсов при риске формирования зависимости.

5. Как отказаться от наркотика.

6. Как защитить своих детей.

7. Информационная лекция «Что такое наркотики?».

(Желательно не останавливаться на традиционной форме лекций, а после небольшого информирования обращаться к интерактивным формам – групповым дискуссиям, практикумам и т.п.)

- **Адресная работа** с родителями детей группы риска имеет специальное содержание. С родителями и детьми из первой группы риска (см. классификацию к занятию), где определены единичные случаи употребления ПАВ, при соответствующей подготовке могут заниматься школьные специалисты. В остальных случаях содержание работы, по всей видимости, может выходить за рамки педагогической профилактики. Речь идет о консультациях и работе тренинговых групп для созависимых, особенно в случае систематического употребления детьми ПАВ. Осуществить подобную помощь могут особым образом подготовленные специалисты (психологи, медики, социальные педагоги). Не всегда подобную работу уместно разворачивать в условиях школы.

Приложение №1

Анкета для определения подростковой наркомании*:

1. Обнаружили ли Вы у ребёнка:	
1. Снижение успеваемости в школе в течение последнего года.	50 50
2. Неспособность рассказать Вам о том, как протекает общественная жизнь в школе.	50
3. Потерю интереса к спортивным и иным внеклассным мероприятиям.	50 50
4. Частую, непредсказуемую смену поведения.	
5. Частые синяки, порезы, причины появления которых он не может объяснить.	50 50
6. Частые простудные заболевания.	50
7. Потерю аппетита, похудание.	50
8. Частое выпрашивание у Вас или у родственников денег.	
9. Понижение настроения, негативизм, критическое отношение к обычным вещам и событиям.	50 50

10. Самоизоляцию, уход от участия в семейной жизни.	
11. Скрытность, уединённость, задумчивость, длительное прослушивание магнитофонных записей.	50
12. Позицию самозащиты в разговоре об особенностях поведения.	50
13. Гневность, агрессивность, вспыльчивость.	100
14. Нарастающее безразличие, потерю энтузиазма.	100
15. Резкое снижение успеваемости.	100
16. Татуировки, следы ожогов сигаретой, порезы на предплечьях.	100
17. Бессонницу, повышенную утомляемость, сменяющуюся необъяснимой энергией.	100
18. Нарушение памяти, неспособность мыслить логически.	200
19. Отказ от утреннего туалета, не заинтересованность в смене одежды и т. п.	300
20. Нарастающую лживость.	300
21. Чрезмерно расширенные или суженные зрачки.	300
22. Значительные суммы денег без известного источника дохода.	300
23. Частый запах спиртного или появление запаха гашиша от одежды.	300
24. Потерю памяти на события, происходившие в период опьянения.	300
25. Наличие шприца, игл, флаконов, закопченной посуды, марганца, уксусной кислоты, ацетона, растворителей.	
26. Наличие неизвестных таблеток, порошков, соломы, травы и т.п., особенно если их скрывают.	50
27. Состояние опьянения без запаха спиртного.	100
28. Покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке, следы от уколов.	200
	100
2. Слышали ли Вы от ребенка:	100
1. Высказывания о бессмысленности жизни.	
2. Разговоры о наркотиках.	
3. Отстаивание своего права на употребление наркотиков.	100
3. Сталкивались ли Вы со следующим:	100
1. Пропажей лекарств из домашней аптечки.	
2. Пропажей из дома денег, ценностей, книг, одежды и т. д.	100
	300
4. Случалось ли с Вашим ребенком:	
1. Задержание в связи с употреблением опьяняющих средств на дискотеках, вечерах и т. п.	100
2. Задержание в связи с вождением автотранспорта в состоянии опьянения.	
3. Совершение кражи.	
4. Арест, в связи с хранением, перевозкой, приобретением или сбытом наркотиков.	
5. Другие противоправные действия, происходящие в состоянии опьянения (в том числе и алкогольного).	

Если Вы нашли для констатации более чем 10 признаков и их суммарная оценка превышает 2000 баллов, Вам необходимо обратиться за консультацией к врачу психиатру-наркологу.

Приложение №2

Признаки функциональной и дисфункциональной семьи.

Перед решением вопросов, связанных с обращением к семье для оказания помощи, необходимо ориентироваться в таких базовых понятиях как здоровая (функциональная) семья, конфликтная (дисфункциональная) семья асоциальная семья с наркологическими проблемами и противоправным поведением членов семьи, распавшаяся семья.

Для здоровой семьи характерна сильная родительская позиция с ясными семейными правилами; гибкие, открытые взаимоотношения между младшими и взрослыми членами семьи с четкими "образцами" отношений и поведения; сохраненные, эмоционально теплые связи между поколениями, которые составляют основу «семейной памяти». Друзья семьи – родителей и детей – свободно входят во внутрисемейное пространство, принимаются в нем без риска «быть отвергнутыми». Опору семьи создают взаимно солидарные и поддерживающие друг друга родители. Они же обеспечивают и чувство безопасности для детей.

Семейные условия, связанные с формированием успешного, «хорошего» поведения:

- уметь разделять самого ребенка и его проступки: «Я люблю тебя, но не принимаю того, что ты сделал (а)»;
- уметь активно слушать и понимать переживания и потребности своего ребенка;
- не вмешиваться в занятия, с которыми он справляется, и заниматься вместе, помогать, когда он просит;
- стремиться разрешать возникающие конфликты с ребенком без угроз и наказаний, доверять его пониманию и делиться своими чувствами, которые возникли из-за конфликта, объяснять их;
- постоянно поддерживать успехи ребенка, в повседневном общении использовать любые формы выражения своих теплых чувств и отношения: «Мне хорошо с тобой... Я рад (а) тебя видеть... Я по тебе соскучился (лась)... Мне нравится как ты... Ты мой хороший (ая)... Ты, конечно, справишься...».
- стремиться выражать свои теплые чувства и поддержку не только словами, но и лаской, голосом, прикосновением.

Для конфликтной (дисфункциональной) семьи типичны «запутанные отношения» между членами семьи. Например, семья с разьединенными, конфликтно существующими родителями; семья с хронической неприязнью между отдельными членами семьи, старшим и средним поколениями, между родственниками по материнской и отцовской линиям. В такой семье у членов семьи наблюдаются проблемы с алкоголем; у женщин часто встречаются психосоматические, т.е. связанные с психогенными причинами, нарушения со стороны здоровья.

Характерные черты поведения взрослых и детей в такой семье:

- общение между ними находится на низком уровне, в нем отсутствуют забота, юмор, радость от общения;
- в межличностных отношениях доминируют разьединение, неприязнь, взаимное перекладывание вины;
- для членов семьи характерно нежелание обсуждать внутрисемейные проблемы с кем-либо из окружающих, поэтому семья активно избегает поддержки со стороны школы, служб социальной защиты, просто соседей;

- по отношению к семейным проблемам легко возникают состояния тревоги и паники; часто наблюдается тенденция разрешать возникающие проблемы на эмоциональном уровне;

В конфликтной (дисфункциональной) или дисгармоничной семье проявляется несоответствие между словами и действиями; между одними посланиями со стороны родителей типа: «Я тебя люблю» и другими – отталкивающими: «Уйди, надоел, не мешай», что вызывает противоречивость чувств и реакций со стороны ребенка. Дети переживают тревогу перед неопределенностью будущего, они могут тяготиться домом. Нередко дети проецируют причину ссор на себя, что приводит к формированию заниженной самооценки, ещё более тревожной является ситуация, когда при семейном разладе дети начинают выступать с одним из родителей против другого. Ребенок становится дезориентированным в выборе эмоциональных отношений и это надолго определяет его последующие установки.

Семейные условия, определяющие формирование аддиктивного поведения детей с высоким риском злоупотребления наркотиками:

- неопределенные распоряжения без четких границ (часто достаточно одного раза, чтобы донести до ребенка в неадекватной форме важную информацию о том как получить то, что хочешь. В следующий раз ребенок думает: «Может быть, я поднял недостаточно шума, чтобы получить то, что хочу? Я подниму еще больше шума»);
- отсутствие у родителей между собой содружества и четкой позиции по отношению к детям; например, один из родителей не хочет быть авторитарным и, в результате, оказывается настолько уступчивым и услужливым, что теряет авторитет у ребенка, который начинает использовать слабости родителя, чтобы добиться желаемого;
- игнорирование родителями хорошего поведения одновременно с наказанием плохого (чаще такой оказывается позиция отца);
- неполный контроль, когда родители не знают, где находятся их дети;
- непоследовательные дисциплинарные требования и пустые угрозы; постоянное выражение недовольства ребенком;
- стойкий или затяжной конфликт между родителями и остальными членами семьи;
- «блоки» внутри семьи, неспособность испытывать общие для всей семьи радости;
- неспособность родителей понимать и сочувствовать потребностям своего ребенка;
- нереальные родительские ожидания по отношению к нему, то есть те случаи, когда родители ожидают от ребенка удовлетворения своих собственных, нереализованных эмоциональных потребностей;
- вера родителей в воспитательное значение физических и других наказаний;

Приложение №3

Анкета для родителей (педагогов). Проблемы взросления

Уважаемые педагоги (родители), Вам предлагается оценить, насколько выражены те или иные особенности у конкретного ребенка (подростка, юноши). Обведите цифру, которая соответствует выраженности качества между его крайними вариантами.

ФИО ребенка (или код) _____

1. Умеет справляться с трудной ситуацией	7 6 5 4 3 2 1	Пасует перед трудной ситуацией
2. Контролирует свои эмоции в критической ситуации	7 6 5 4 3 2 1	Не контролирует
3. Умеет обратиться за	7 6 5 4 3 2 1	Не умеет (не хочет)

помощью в трудной ситуации		
4. Умеет оказать поддержку сверстникам	7 6 5 4 3 2 1	Не умеет (не хочет)
5. Поддерживает дружеские отношения с большинством сверстников в группе	7 6 5 4 3 2 1	Не имеет дружеских отношений в группе сверстников
6. Имеет свое мнение в ситуациях общения со сверстниками	7 6 5 4 3 2 1	Не имеет своего мнения (зависит от них)
7. Объективно оценивает себя	7 6 5 4 3 2 1	Не объективно оценивает себя
8. Поддерживает дружеские отношения с противоположным полом	7 6 5 4 3 2 1	Имеет конфликтные отношения с противоположным полом (избегает их)
9. Учитывает, ориентируется на мнение педагогов	7 6 5 4 3 2 1	Игнорирует, не учитывает
10. Не зависит от мнения педагогов	7 6 5 4 3 2 1	Зависит от мнения педагогов
11. Имеет теплые, дружеские отношения с родителями	7 6 5 4 3 2 1	Проблемные отношения с родителями
12. Успешен в учебной деятельности	7 6 5 4 3 2 1	Неуспешен
13. Имеет четкое представление о своих целях и намерениях	7 6 5 4 3 2 1	Отсутствует четкое представление о своих целях и намерениях
14. Использует доступные возможности для укрепления своего здоровья (физкультура, гигиена, питание)	7 6 5 4 3 2 1	Не использует
15. Не имеет вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики)	7 6 5 4 3 2 1	Имеет вредные привычки

16. Редко болеет		Часто болеет
17. Соблюдает нормы поведения в учреждении		Нарушает нормы поведения в учреждении

Приложение №4

Анкета для оценки проблем взросления детьми.

Какие проблемы с твоей точки зрения наиболее характерны для твоих сверстников?

В учебной деятельности	1. Отношение к учёбе.	
	2. Усвоение знаний.	
В социальных контактах	1. В общении с преподавателями и другими взрослыми.	
	2. В общении с родителями.	
	3. В общении со сверстниками.	
В эмоциональной сфере	1. Преобладающее настроение.	
	2. Особенности реагирования на значимые ситуации (тревога, агрессия, уход, молчание, депрессия).	
В поведении	1. Поведение на уроке.	

	2. Поведение вне урока.	
--	-------------------------	--

**Мероприятие для родителей
подростков по профилактике наркозависимого поведения.
Занятие 1.**

Цель: Способствовать расширению знаний у родителей о вреде употребления ПАВ.

Задачи:

1. Информировать родителей о положении дел, связанных с употреблением ПАВ в г. Вологодской области.
2. Рассмотреть с родителями причины употребления ПАВ детьми и подростками и возможные последствия.

Ход занятия.

Перед началом занятия родителям предлагается сесть в круг.

Ведущий: предлагаю прослушать монолог матери наркомана.

Я отупела от вечного страха, безысходности, нескончаемого горя и боли. Вот уже 1,5 года я ложусь с одной мыслью: «Господи, дай мне смерть», - а, просыпаясь, думаю: «Зачем, зачем эта жизнь – горе, боль, слезы?».

Мой сын – наркоман, ему 18 лет, больше двух лет он «колется». Через две недели после того, как я узнала об этом, положила его в больницу, у меня даже мысли не возникло, что я ничего не смогу сделать, потеряю единственного сына. Не описать того ада, что я с ним прошла, а сегодня он в тюрьме. Он у меня единственный сын, но мне легче было бы похоронить его один раз. Не спешите меня осуждать, понять меня может только тот, кто был в таком положении. Где я могу взять 5 тыс. рублей и выше, чтобы пройти курс лечения.

Прослушав ситуацию, предлагается аудитории следующие вопросы:

Что вы хотите сказать? Что вы чувствуете, думаете по поводу услышанного?

Обратите внимание на тяжесть последствий не только для подростков, но и для близких.

Последствия не только для здоровья, но и мешают жизни.

1. Информационная справка о положении дел, связанных с употреблением ПАВ в г. Вологде.(Приложение № 1)
2. Причины употребления.
 - * Предлагается работа в малых группах по 5 – 7 человек. Выдаются листы ватмана, на которых члены группы прописывают возможные причины, побуждающие к употреблению ПАВ. Нарботки вывешиваются на доску и анализируются ведущим. Итогом работы является попытка классифицировать причины. Например, социальные, психологические, биологические, внешние, внутренние и т.д.

При всем разнообразии причин – общей является проблемы, трудности связанные с ситуациями, с которыми ребенок не справляется. Проблемы в значимых для ребенка сферах: в общении со сверстниками, с родителями, с учителями.

3. Игра «Клубок»

Цель: осознание общности проблем и возможностей взаимоподдержки.

Инструкция: каждый из вас, держа в руках клубок, будет говорить о том, как его лично коснулось обсуждение проблемы. Затем наматывает на палец нитку и отдает другому, кто хочет высказать свое мнение. Готовую паутинку можно скомкать, а можно распутать.

Мероприятие для родителей подростков по профилактике зависимости от ПАВ. Занятие 2.

Цель: определить пути эффективного взаимодействия родителей с детьми для профилактики наркозависимого поведения.

Задачи мероприятия:

1. Акцентировать внимание родителей на создание и развитие благоприятных условий для роста и развития детей в семье.
2. Провести диагностику с родителями определения подростковой наркомании.
3. Дать родителям адреса помощи.

Ход занятия.

- Вступительное слово ведущего:

Сегодня у нас очередное занятие по профилактике зависимости от ПАВ. На прошлом занятии мы затронули вопрос об актуальности данной проблемы и рассмотрели возможные причины и последствия употребления ПАВ. На сегодняшнем занятии мы поговорим о роли семьи в профилактике наркозависимого поведения. Что вы, родители, сможете конкретно сделать для своего ребенка, чтобы у него не появилось желание употреблять ПАВ.

- Родителям предлагается поделиться на малые группы.
- Каждая группа получает заготовку таблицы:

Какие условия способствуют оптимальному росту и развитию детей в семье.

Условия (факторы), способствующие развитию личности	Как родители могут создать эти благоприятные условия.

Наработки групп вывешиваются на доску, зачитываются и обсуждаются.

- Родителям предлагается обыграть ролевую ситуацию.

Ситуация: дочь приходит домой поздно. Мать узнает, что у ее ребенка появился подозрительный, по ее мнению, друг. Дочь проводит с ним много времени и замечена в прогуливании школьных занятий.

Каковы действия членов семьи (мамы, папы) при серьезном разговоре с дочерью?
Дается возможность обыграть тактику построения разговора, поведения родителей (2 раза).

Обсуждение:

- Все ли в этой семье созданы условия для благоприятного развития личности?
- Как бы вы поступили в сложившейся ситуации?
- Что понравилось в действиях, что бы вы сделали по-другому?

! Обратите внимание на необходимость сохранения доверительных отношений, контакта с ребенком, как важный фактор противодействия злоупотреблению ПАВ.

Работа по заполнению анкеты «Анкета для определения подростковой наркомании». Каждый заполняет анкету индивидуально.

Рекомендуемая литература.

1. Ресурсная модель профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. 1 модуль. Методические материалы в помощь педагогам./ науч. редактор Афанасьева Н. В. –Вологда: Издательский центр ВИРО, 2007. -216с.
2. Ресурсная модель профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. 3 модуль. Методические материалы в помощь педагогам./ науч. редактор Афанасьева Н. В. – Вологда, 2005. -158с.
3. Ресурсная модель профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. 3 модуль. Методические материалы в помощь педагогам./ науч. редактор Афанасьева Н. В. ООО «Эпатаж», 2011г. -220с.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как?. – М.: ЧеРо, 2002.
3. Баярд Р., Баярд Дж., Ваш беспокойный подросток. Практическое руководство для отчаявшихся родителей. – М.; Академический проект, 2003
4. Популярная психология для родителей / Под ред. А. Бодалева. М, 1998.
5. Руководство по профилактике злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними и молодежью. – М.: 2003
6. Семья и дети в антинаркотических программах профилактики, коррекции, реабилитации. – М.: 2003
7. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. М., 1998.
8. Хасан Б.И. и др. образование в области профилактики наркозависимости и других аддикций. Организационно-методическое пособие. – М.: 2003