

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.

Предполагает ознакомление родителей с основными признаками употребления ПАВ у детей.

- **«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.

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.)

Рекомендуемая литература.

1. Ресурсная модель профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. 3 модуль. Методические материалы в помощь педагогам./ науч. редактор Афанасьева Н. В. ООО «Эпатаж», 2011г. - 220 с.
2. Кулинич, Г. Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 5-7 классы: (классные часы, родительские собрания, тесты, анкеты, советы психолога, рекомендации врача) - Москва: ВАКО. - 207, [1] с.
3. Николаева Л. П., Колесов Д. В. Уроки профилактики наркомании в школе; МПСИ, МОДЭК - Москва, 2013. – 294 с.
4. Горбатенко Л. С. Родителям и педагогам: все о наркомании; Феникс-Москва, 2012. - 352 с.
5. Галичкина О. В. Система работы администрации школы по профилактике наркомании. Планирование, комплекс административных и внеклассных мероприятий, координация действий различных структур; Учитель - Москва, 2012. - 160 с.
6. Как помочь страдающим от недуга пьянства и наркомании; Ковчег - Москва, 2013.- 248 с.