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 из-за сверх заботы 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, 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. так же *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.2. Неспособность рассказать Вам о том, как протекает общественная жизнь в школе.3. Потерю интереса к спортивным и иным внеклассным мероприятиям.4. Частую, непредсказуемую смену поведения.5. Частые синяки, порезы, причины появления которых он не может объяснить.6. Частые простудные заболевания.7. Потерю аппетита, похудание.8. Частое выпрашивание у Вас или у родственников денег.9. Понижение настроения, негативизм, критическое отношение к обычным вещам и событиям.10. Самоизоляцию, уход от участия в семейной жизни.11. Скрытность, уединённость, задумчивость, длительное прослушивание магнитофонных записей.12. Позицию самозащиты в разговоре об особенностях поведения.13. Гневность, агрессивность, вспыльчивость.14. Нарастающее безразличие, потерю энтузиазма.15. Резкое снижение успеваемости.16. Татуировки, следы ожогов сигаретой, порезы на предплечьях.17. Бессонницу, повышенную утомляемость, сменяющуюся необъяснимой энергией.18. Нарушение памяти, неспособность мыслить логически.19. Отказ от утреннего туалета, не заинтересованность в смене одежды и т. п.20. Нарастающую лживость.                                                                                                                  21. Чрезмерно расширенные или суженные зрачки.                                                                        22. Значительные суммы денег без известного источника дохода.                                                                                      23. Частый запах спиртного или появление запаха гашиша от одежды.24. Потерю памяти на события, происходившие в период опьянения.                                              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.                                                                                                                                                27.Состояние опьянения без запаха спиртного.                                                                                  28. Покраснение глазных яблок, коричневый налет на языке, следы от уколов.***2. Слышали ли Вы от ребенка:***1.Высказывания о бессмысленности жизни.                                                                                      2.Разговоры о наркотиках.                                                                                                                    3.Отстаивание своего права на употребление наркотиков.                                                              ***3. Сталкивались ли Вы со следующим:***1.Пропажей лекарств из домашней аптечки.                                                                                        2. Пропажей из дома денег, ценностей, книг, одежды и т. д.                                                                           ***4. Случалось ли с Вашим ребенком:***1. Задержание в связи с употреблением опьяняющих средств на дискотеках, вечерах и т. п.2. Задержание в связи с вождением автомототранспорта 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).                                                                                                                                                           | 5050505050505050505050505010010010010010010010020030030030030030030030050100200100100100100100300100 |

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; сохраннненные, 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 разъединенными, 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  разъединение,   неприязнь,  взаим-ное  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 ситуацией2.Контролирует свои эмоции в критической ситуации3.Умеет обратиться за помощью в трудной ситуации4.Умеет оказать поддержку сверстникам5.Поддерживает дружеские отношения с большинством сверстников в группе6.Имеет свое мнение в ситуациях общения со сверстниками7.Объективно оценивает себя8.Поддерживает дружеские отношения с противоположным полом9.Учитывает, ориентируется на мнение педагогов10.Не зависит от мнения педагогов11.Имеет теплые, дружеские отношения с родителями12.Успешен в учебной деятельности13.Имеет четкое представление о своих целях и намерениях14.Использует доступные возможности для укрепления своего здоровья (физкультура, гигиена, питание)15. Не имеет вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики)16. Редко болеет17.Соблюдает нормы поведения в учреждении | 7  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  17  6  5  4  3  2  1 | Пасует перед трудной ситуациейНе контролируетНе умеет (не хочет)Не умеет (не хочет)Не имеет дружеских отношений в группе сверстниковНе имеет своего мнения (зависит от них)Не объективно оценивает себяИмеет конфликтные отношения с противоположным полом (избегает их)Игнорирует, не учитываетЗависит от мнения педагоговПроблемные отношения с родителямиНеуспешенОтсутствует четкое представление о своих целях и намеренияхНе используетИмеет вредные привычкиЧасто болеетНарушает нормы поведения в учреждении |

*Приложение №4*

**Анкета для оценки проблем взросления детьми.**

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| В учебнойдеятельности | 1. Отношение к учёбе. |  |
|  | 2. Усвоение знаний. |  |
| В социальныхконтактах | 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 усвоении школьных норм поведения | 1. Поведение на уроке. |  |
|  | 2. Поведение вне урока. |  |

**С Уважением, ваш педагог – психолог Семякина Виктория Анатольевна, отделение социальной помощи семьи и детям КГБУ СО КЦСОН «Пировский»**

Любите своих детей!