

Информация для педагогов и родителей

Профилактика употребления ПАВ



*Педагог-психолог
Лохнева Л.Н.*

ПАВ –
психо-
активные
вещества

Табак,
сигареты

Алкоголь,
спиртное

Наркотики



В зависимости от частоты употребления ПАВ можно выделить следующие группы молодых людей:

- воздерживающиеся от употребления;***
- случайно употребляющие с целью развлечения (1–2 раза);***
- экспериментирующие с ПАВ время***
- от времени (например, по выходным);***
- регулярно употребляющие (без зависимости, но имеющие проблемы, связанные с употреблением);***
- зависимые от ПАВ.***

В зависимости от уровня проблемы по классификации профилактики делят на следующие виды

- – Первичная (предупредительная) профилактика имеет целью предупредить начало употребления ПАВ молодыми людьми, воздерживающимся от употребления, а также прекратить случайное и экспериментальное употребления. Усилия первичной профилактики направлены на сохранение либо укрепление здоровья.***
- – Вторичная (селективная) профилактика избирательна, она ориентирована на лиц, имеющих регулярный опыт проблемного употребления ПАВ без зависимости, но при этом с высокой вероятностью возникновения заболевания.***
- – Третичная (модификационная) профилактика является преимущественно медицинской, индивидуальной и ориентирована на лиц со сформированной зависимостью от ПАВ. Такая профилактика направлена на предупреждение дальнейшего развития заболевания, уменьшение вредных последствий и на предупреждение рецидива.***

цели первичной профилактической деятельности

- изменение ценностного отношения детей и молодежи к наркотикам, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающее снижение спроса на психоактивные вещества в молодежной среде.**
- сдерживание вовлечения детей и молодежи в прием наркотических средств за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений.**

Цель деятельности классного руководителя:

- создание безопасной образовательной среды, обеспечивающей условия для личностного развития учащихся и их ориентацию на здоровый образ жизни и укрепление физического здоровья.

ЗДОРОВЫМ
БЫТЬ МОДНО!



**МЫ-
ПОКОЛЕНИЕ ЗОЖ!**

Задачи профилактической работы с подростками:

- Научить содержательному проведению досуга, практике самопознания и самовоспитания;***
- Уметь строить реальные жизненные планы и искать пути их реализации;***
- Осознать негативные последствия приема наркотиков, уметь применять способы отказа от наркотиков.***

Организационные принципы профилактики

- **1 принцип - комплексность - подразумевает комплексное взаимодействие органов и учреждений.**
- **2 принцип - дифференцированность профилактических подходов: по возрасту, по степени вовлеченности в наркогенную ситуацию, по степени наличия факторов риска развития наркозависимости.**
- **3 принцип - аксиологичность - предполагает формирование у детей и молодежи представлений о, здоровом образе жизни, законопослушности.**
- **4 принцип - многоаспектность - включает сочетание различных направлений целевой профилактической деятельности (разнообразные формы, методы работы).**
- **5 принцип - непрерывность - профилактическая работа не должна ограничиваться только временем пребывания ребенка в школе, что обеспечивается благодаря привлечению к работе системы дополнительного образования.**

ВЛАДЕЙТЕ АДЕКВАТНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ

- **Виды наиболее употребляемых наркотиков.**
- **Знать опасности, связанные с употреблением наркотиков.**
- **Уметь определять внешние признаки употребления наркотиков.**
- **Быть осведомленными об «уличных» названиях наркотиков.**
- **Распознавать признаки употребления наркотиков, симптомы наркотического опьянения, замечать изменения в поведении, настроении, внешнем виде ребенка.**
- **Знать, как реагировать на употребление ребенком наркотиков, где и как можно быстро получить квалифицированную помощь.**

УЧИМСЯ БЕСЕДОВАТЬ С ДЕТЬМИ О НАРКОТИКАХ

Дети 10-14 лет

- **Ребят в этом возрасте интересует все необычное: как и что работает, где об этом можно узнать.**
- **Значимыми становятся друзья. Интересы и пристрастия в этом возрасте часто определяются увлечениями друзей. Самооценка детей в значительной степени определяется тем, насколько они принимаются — не принимаются друзьями, сверстниками. В этом возрасте ребята зачастую принимают решения под влиянием друзей и сверстников. В этом возрасте некоторые дети начинают принимать токсические и наркотические вещества.**
- **В этом возрасте важно обучать ребенка навыкам отказа - развивать умение говорить «нет»:**
- **Скажи «нет» — твердо сказать «нет» и показать, что это окончательное и неизменное решение. Не соглашаться, не обсуждать.**

УЧИМСЯ БЕСЕДОВАТЬ С ДЕТЬМИ О НАРКОТИКАХ

Дети 10-14 лет

- **Задавай вопросы — если предлагают незнакомые вещества, то спроси: «Что это?», «Где ты взял?». Если приглашают в незнакомое место — «Кто еще придет?», «Где это будет?», «Кто будет из знакомых, родителей?» и т. д.**
- **Объясни причину — объясни отказ причинами: «Я сегодня вечером занят», «Тренер сказал, что наркотики повредят игре», и т. д.**
- **Предложи что-то другое — если наркотик предлагает друг, то сказать «нет» бывает труднее. Предложи сделать что-то другое: посмотреть фильм, послушать музыку, сыграть в футбол и т. д. Ты показываешь, что отвергаешь не друга, а наркотик.**
- **Уходи — когда все указанные способы опробованы и не принесли результата, то немедленно уходи или убегай. Иди домой, к друзьям, в школу, в клуб и т. д. Обязательно обсуди произошедшее со взрослыми.**

ЧТО ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

- ❖ Уметь различать летучие вещества бытовой химии, различные наркотики.**
- ❖ Вредные последствия употребления наркотиков.**
- ❖ Действие наркотиков на различные органы человека, опасность для растущего молодого организма.**
- ❖ Последствия употребления наркотиков для жизни самого человека, его друзей, близких, общества.**

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

- **Выберите время для спокойного общения с ребенком. В это время уделите ему все свое внимание. Совместная прогулка, поход в кафе-мороженое, парк и т. п. сделают ваше общение более естественным.**
- **Поощряйте ребенка за его стремление участвовать в полезных досуговых мероприятиях (спортивные секции, музыкальные или театральные кружки и т. п.). Ребенок сможет обрести уверенность в себе и друзей.**
- **Научите ребенка отличать ложную рекламу (мифы) от реальности.**

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ

- Попросите ребенка прочитать газету и отметить статьи, в которых говорится о проблемах употребления наркотиков. Обсудите с ребенком опасности, подстерегающие человека и изменяющие жизнь его и других людей из-за употребления наркотиков.
- Подружитесь с родителями друзей своего ребенка — вы сможете помогать друг другу в укреплении здорового образа жизни ваших детей.
- Объединитесь с другими родителями для проведения совместных досуговых мероприятий (походы, соревнования, прогулки и т. п.), чтобы сократить свободное время препровождение детей, тем самым — риск наркотизации.
- Покажите ребенку альтернативу наркотикам (спорт, хобби), расскажите, как понравившееся занятие может стать делом жизни.

Подростки 8-9 классов (15-16 лет)

- В этом возрасте для ребят важно общение с группой сверстников. Очень часто в этот период ребята расстаются со старыми друзьями и обретают новых, влияние которых становится значительнее. Дети начинают принимать совершенно новые решения, основанные на новой информации, целях, ценностях.
- Подростки начинают мыслить абстрактно, задумываться о будущем. Они уже понимают, что их действия имеют последствия, а их поведение влияет на окружающих. В этом возрасте неразвитое самовосприятие: чувство неуверенности в том, достаточно ли быстро они взрослеют, ценят ли их. Избыточно самокритичны. Обостряются отношения со взрослыми, возможны конфликты. В этом возрасте подросткам необходимы сильная моральная и эмоциональная поддержка, достойные образцы для подражания среди взрослых.

ЧТО ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

- **Свойства и природу основных наркотических веществ.**
- **Влияние наркотиков на работу внутренних органов человека.**
- **Стадии наркотической зависимости.**
- **Влияние наркотиков на все сферы жизни человека, все социальные уровни.**
- **Экономический ущерб государству от наркотизации.**



РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

- Продолжайте обсуждать в семье проблемы употребления наркотиков. Концентрируйтесь на непосредственном эффекте, а не на отсроченных медицинских последствиях.***
- Усиьте родительское влияние в противовес друзьям и улице. Твердо отстаивайте правила о недопустимости употребления наркотиков. Подростки могут возражать, говоря, что «все так делают» и ничего с ними не происходит плохого. Подчеркните непредсказуемость употребления наркотиков. Расскажите, что иногда бывает достаточно одной пробы вещества, чтобы изменилась жизнь и возникла зависимость.***



РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

- **Найдите друзей своего ребенка и их родителей. Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, приглашайте их чаще домой. Кооперируйтесь с родителями друзей для организации совместного интересного досуга.**
- **Контролируйте местонахождение своего ребенка (вы должны знать, с кем общается, как и где проводит время).**
- **Продолжайте обучать говорить «нет» в различных проблемных ситуациях, например, когда он может оказаться в гостях, где нет взрослых, а ребята предложат наркотики. Проговорите ситуации, в которых ребенку могут предложить наркотики. Учите принимать самостоятельные решения, уверенно использовать навыки отказа.**

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

- Для подростка важно, как его воспринимают другие. Он будет увереннее в себе, если будет хорошо физически развит, аккуратно одет (научите следить за кожей, внешним видом и т. д.).
- Обсуждайте с ним значимые для его возраста темы (внешность, сексуальность, влюбленность и т. д.).
- Пересмотрите семейные правила с учетом изменившегося возраста ребенка (круг его домашних обязанностей, временные рамки прогулок с друзьями и т. д.).
- Говорите о настоящей дружбе. Подчеркните, что настоящие друзья никогда не просят сделать что-то, что может навредить жизни и здоровью.
- Организуйте дома праздники для друзей ребенка, тщательно продумав программу. Покажите, что можно радоваться и получать удовольствия в жизни без употребления химических веществ.
- Помогите ребенку поверить в себя, свои силы.
- Дайте ребенку понять, что с любыми проблемами он может обращаться к вам, что вы выслушаете его, постараетесь понять и принять в любой сложной ситуации.

Молодёжь – 10-11 классы (17-19лет)

- *Старшеклассники ориентированы на будущее. Реалистично воспринимая взрослых, они хотят, чтобы взрослые обсуждали с ними их проблемы, заботы, пути решения проблем и т. д. У вас есть реальная возможность помочь собственному ребенку. В то же время подростки придерживаются групповой ориентации, влияние друзей на модель и стиль их поведения значительно.*

ЧТО ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

- **Непосредственные и отсроченные последствия употребления определенных видов наркотиков.**
- **Сопутствующие заболевания при употреблении наркотиков.**
- **Вредное влияние наркотиков на репродуктивную систему человека, особенно во время беременности.**
- **Влияние наркотиков на возможность работы с техническими приборами, вождения машины, занятия определенными видами деятельности.**
- **Негативное влияние употребления наркотиков на жизнь самого человека, его близких, общества в целом.**
- **Наркотики и государственные законы.**
- **Уметь развенчивать мифы о наркотических веществах, скором и безболезненном избавлении от наркозависимости.**

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

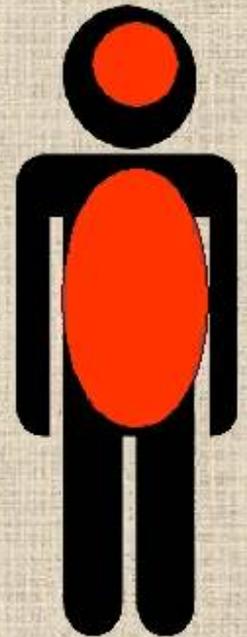
- **Продолжайте беседовать об употреблении наркотиков. Сделайте акцент на возможных отдаленных социально-психологических последствиях употребления их (разрушение шансов поступить в планируемый ВУЗ, устроиться на определенную работу, потеря друзей, одиночество и т. д.).**
- **Постарайтесь ограничить временные отрезки неконтролируемого поведения подростка. Исследования показывают, что подростки чаще экспериментируют с веществами в период с 15 до 18 часов.**
- **Поощряйте участие подростка в какой-то организации по профилактике наркомании (волонтерское движение).**
- **Постарайтесь сориентировать подростка на альтернативные наркотикам виды досуговой деятельности (спорт, музыка, компьютерный клуб, шахматы и т. д.). Чем больше времени подросток будет занят конструктивной деятельностью, тем меньше он будет скучать от безделья и искать забвение в употреблении наркотиков.**

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

- **Обеспечьте доступ к самой полной и свежей информации о негативном влиянии на здоровье человека новых, наиболее часто потребляемых в молодежной среде синтетических наркотических веществ.**
- **Объединяйтесь с другими родителями для совместного отдыха и досуга подростков.**
- **Помогайте организовывать в школе антинаркотические мероприятия (дискотеки, соревнования, спектакли, вечера).**
- **Хотя подростки жаждут свободы и независимости, они должны принимать участие в домашних делах и праздниках, отдыхать вместе с семьей и быть ее частью.**
- **Говорите с ребятами об их будущем, соберите информацию об учебных заведениях, чтобы реально спланировать и конкретно обсуждать будущее образование или работу.**

Последствия употребления СПАЙСОВ

- Поражение и разрушение клеток головного мозга и центральной нервной системы;
- Нарушение психики;
- Постоянные галлюцинации;
- Поражение почек, печени, легких;
- Нарушение работы сердца;
- Нарушение работы половых органов;
- Развитие бесплодия;
- Суицид.



Признаки употребления ПАВ:



- Резкие перепады настроения;
 - Изменения ритма сна;
 - Изменение аппетита;
- Замкнутость, подавленность;
- Появились подозрительные друзья;
- Потеря интереса к любимым занятиям, к хобби;
- Ухудшение памяти, внимания, мышления;
- Снижение успеваемости;
- Увеличение финансовых запросов;

***СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ !***