

**Методические рекомендации
по организации работы с родителями учащихся
по профилактике наркомании
в целях ее предупреждения распространения
в образовательных учреждениях**

1. Введение

Массовое потребление психоактивных веществ в молодежной среде, в том числе потребление наркотиков остается одной из острейших проблем современности, так как по своим долгосрочным последствиям представляет серьезную угрозу здоровью населения, экономике страны, правопорядку и безопасности государства.

По оценкам экспертов наркомании подвержены в основном подростки и молодежь. По статистике, основными потребителями наркотиков являются люди от 14 до 30 лет. Поэтому проблема распространения и употребления наркотиков в молодежной и образовательной среде приобрела особую актуальность и требует совместных решительных действий, как со стороны государства, так и со стороны общества.

На фоне экономической нестабильности отмечается резкое обострение проблемы социального сиротства несовершеннолетних, что еще больше осложняет проблему подростковой наркомании.

Научно установлено, что склонность к курению, употреблению алкоголя, наркотиков, вообще к нездоровому образу жизни и к асоциальному поведению закладываются в самом раннем детстве. Соответствующие вкусы, потребности и манера поведения формируются на основе автоматически работающих инстинктов ребенка: подражания, ориентировочно-исследовательского (попробовать самому), группового (общение, быть таким же, как другие) самоутверждения (поскорее выйти из подчинения взрослым и делать, что заблагорассудится) и других.

В сложившейся ситуации профилактика наркомании в молодежно-подростковой среде приобретает приоритетное значение, а в число значимых субъектов профилактики наркомании среди детей, подростков и юношества следует отнести их ближайшее окружение: семью, родителей. Большинство эффективных профилактических программ, как отечественных, так и зарубежных, как обязательный компонент в комплексе мероприятий, направленных на предотвращение вовлечения подростков и молодежи в немедицинское употребление психоактивных веществ (далее ПАВ) включает работу с семьей.

С учетом актуальности проблемы наркотизации молодежи и понимания того, что, во-первых, родители составляют первую общественную среду ребенка, закладывают основы его физического и психического здоровья, играют важнейшую роль в формировании жизненных ориентиров; во-вторых, родительская общественность является многочисленной, активной и наиболее заинтересованной в здоровье своих детей частью общества, одним из

перспективных направлений взаимодействия подразделений МВП ФСКН России с системой образования по вопросам профилактики является работа с родителями школьников и студентов.

Поэтому считаем своевременным предложение методических рекомендаций по организации профилактической антинаркотической работы с родительской общественностью, разработанных на основе обобщения научно-практических материалов по указанной проблеме.

2. Основные направления, цели и задачи работы с родителями школьников

Несмотря на понимание большинством родителей их основополагающей роли в воспитании и развитии своих детей, в современном обществе имеют место следующие группы проблем:

1. ***Значительная часть родительской общественности склонна рассматривать наркоманию как сугубо индивидуальную проблему отдельных людей.*** К сожалению, среди населения велика доля равнодушия, позиционной нейтральности и терпимости к происходящим вокруг негативным явлениям, родители очень часто подвержены ошибочной иллюзии, состоящей в уверенности в том, что беда наркомании не может коснуться их ребенка. Это в какой-то степени отражает эффект «привыкания», а в некоторых случаях осознания собственного бессилия в борьбе не просто с наркоманией, а в борьбе за физическое и психическое здоровье конкретного наркомана (знакомого, близкого друга, родственника).

2. Вторая группа проблем связана с ***отсутствием знаний, навыков и современных социально адаптированных стратегий поведения*** у взрослой части населения, не позволяющим им оказывать необходимое воспитательное воздействие, психологическую и социальную поддержку детям.

2.1. По оценкам специалистов большинство современных семей характеризуются неблагоприятным психологическим климатом, неустойчивым типом взаимоотношений, дезориентациями ближайших и перспективных семейных целей, сведением смысла жизни к парадигме прагматичности. К сожалению, значительная часть современных родителей занята, прежде всего, проблемой зарабатывания денег и не уделяет достаточного времени общению со своими детьми, не обладает высоким уровнем психолого-педагогической и правовой культуры, в результате чего, подростки оказываются одинокими и психологически беспомощными в связи с утратой связи со старшим поколением.

2.2. Обращает на себя внимание недостаточная информированность детей и родителей о квалифицированной бесплатной консультативной и лечебно-реабилитационной помощи детям и подросткам, больным наркоманией и превентивной помощи лицам, лишь приобщающимся к употреблению ПАВ. По материалам Центра социологических исследований Минобразования России и ведомственных отчетов о состоянии наркоситуации в молодежной среде в Российской Федерации около 60% опрошенных детей и подростков и 28% взрослых не представляли, куда можно обратиться при появлении наркотических проблем. Непосредственно столкнувшись в семье с

наркотизацией своего ребенка, родители часто дают аффективные или даже панические реакции, не знают, что делать и в результате остаются один на один со своей проблемой.

3. Большинство родителей стремится скрыть факт употребления ребенком наркотиков и решать возникшие проблемы в первую очередь через медицинских специалистов. Причем, в основном, население ориентировано на анонимную наркологическую помощь. Многие при этом стремятся прибегать к услугам частнопрактикующих специалистов, что в целом иногда только загоняет проблему в тупиковое положение. Выявление лиц с наркотическими проблемами и до настоящего времени вызывает большие трудности, в результате чего фактически вся лечебно-профилактическая и реабилитационная работа в области наркологии касается явных, запущенных случаев наркомании, токсикомании и алкоголизма.

Таким образом, родители, даже серьезно обеспокоенные волной ранней наркотизации, являются практически беспомощными и мало организованными в осуществлении конкретных профилактических воздействий и относятся к ним негативно или безучастно, равнодушно.

Профилактика массовой девиации молодого поколения и особенно детской, подростковой и молодежной наркомании требует воспитания, информирования и самих взрослых (родителей, учителей школ, ПТУ, преподавателей колледжей, вузов, руководителей предприятий и образовательных учреждений), так как в советский период с подобными масштабными девиантными явлениями они не сталкивались. В этой связи встает общегосударственная задача повышения уровня культуры здоровья всего российского общества.

На решение указанных проблем направлены усилия государства и общества при организации профилактической антинаркотической работы с семьей.

Основные направления работы с родителями в образовательных учреждениях:

1. Формирование активного отношения родителей к риску наркотизации в той микросреде, в которой растет и общается их ребенок.
2. Предупреждение случаев вовлечения детей в раннюю алкоголизацию, эмоционального отвержения детей, жестокого обращения с ними в семье.
3. Оказание помощи семье, когда ребенок начал злоупотреблять психоактивными веществами.
4. Организация на уровне дома, двора, уличного микросоциума благополучной ненаркотической среды, нетерпимой к антиобщественному поведению детей, распространению среди них алкоголя, наркотиков и иных психоактивных веществ.

В системе образования и здравоохранения к настоящему времени накоплен значительный опыт системной профилактической работы с родителями, которая строится с учетом следующих целей и задач:

Цели работы с родителями:

- формирование у родителей установки на актуальность проблемы наркотизации детей и подростков, непримиримого отношения к употреблению и распространению наркотиков;

- формирование у родителей навыков в оценке факторов риска наркотизации, а также качеств, способствующих эффективному социально поддерживающему и развивающему поведению в семье и в процессе взаимодействия с детьми;

- формирование группы лидеров родителей - активных субъектов наркопрофилактики.

Задачи работы с родителями:

1. Дать знания родителям о психологических особенностях ребенка, подростка, эффектах психоактивных веществ, особенностях семейных взаимоотношений, семейных стрессах и поведении, направленном на их преодоление (семейное проблем-преодолевающее поведение).

2. Помочь осознать собственные личностные, семейные и социально-средовые ресурсы, способствующие преодолению внутрисемейных проблем и проблем взаимоотношения с детьми в семье.

3. Определить направление и стратегии развития личностных, семейных и социально-средовых ресурсов.

4. Определить направления и стратегии развития личностных ресурсов у детей. (Как взаимодействовать с ребенком так, чтобы его личностные и семейные ресурсы развивались, а не подавлялись? Как делать семью социально-поддерживающей, а не социально-подавляющей системой?)

5. Обучить навыкам социально-поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношении с детьми.

6. Выявлять родителей, нуждающихся в профессиональной медико-психологической, психотерапевтической, наркологической и психиатрической помощи.

7. Оказывать профессиональную медико-психологическую и психотерапевтическую помощь, нуждающимся родителям.

8. Выявлять лидеров-родителей, готовых осуществлять консультативную и социальную поддержку другим семьям.

9. Обучить их основам оказания социально-психологической поддержки и консультативной помощи другим родителям.

3. Формы взаимодействия с родительской общественностью, практикуемые в системе образования

Основные формы и средства антинаркотической помощи семье:

Концепцией профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде предусмотрены следующие *формы работы с родителями*:

1. Лекционная - через родительские собрания, семинары, занятия в родительском университете.

2. Индивидуальное семейное консультирование родителей и «проблемных» дисфункциональных и конфликтных семей по предупреждению ранней алкоголизации, наркотизации, безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних и молодежи.

3.Формирование из родительского актива групп родительской поддержки для «проблемных» семей.

4.Выявление родителей группы «риска» алкоголизации и наркотизации и обеспечение им поддержки в оказании социальной и медико-психологической помощи.

5.Социальное вмешательство в семью при асоциальном образе жизни в семье, жестоком обращении с ребенком, при вовлечении его в раннюю алкоголизацию, наркотизацию, безнадзорное существование.

6.Оказание помощи родителям в возвращении ребенка в семью (семейное примирение) в случае ухода ребенка из дома.

Как показывает практика, *в школах* сегодня наиболее активно используются **четыре группы форм работы с родителями:**

1.Интерактивная: анкетирование, диагностика, дискуссии, круглые столы, конференции, вечера вопросов и ответов, консультации специалистов

2.Традиционная: тематические классные часы, родительские собрания (классные, общешкольные, городские, районные, областные), вечера отдыха, семейные спортивные и интеллектуальные состязания, творческие конкурсы.

3.Просветительская: использование СМИ для освещения проблем воспитания и обучения детей, организация родительского всеобуча, выпуск бюллетеней, информационных листов, стенды и уголки для родителей.

4.Государственно-общественная: создание попечительских советов, советов школ, советов отцов, городских и районных советов родителей

Важную роль по консультированию родителей выполняет организация работы телефонов доверия.

Основные задачи, которые призваны решать Телефоны Доверия сегодня в Службах оказания помощи - это помочь человеку преодолеть кризис, вернуть к действительности, оказать экстренную психологическую помощь, помочь сориентироваться в своих действиях для решения проблемы. Направления деятельности существующих служб, с которыми сталкиваются граждане:

- консультирование родителей, детей, подростков, педагогов по вопросам подростковых зависимостей от психоактивных веществ;

- оказание психологической помощи детям и подросткам по разрешению конфликтных ситуаций в семье, школе, ее сверстниками;

- правовая помощь несовершеннолетним и их родителям;

- консультации для переживших любой вид насилия;

- психологическая помощь студентам ВУЗов по проблемам обучения, межличностных взаимоотношений, проблемам студенческой семьи;

- получение оперативной информации о точках распространения наркотиков, наркопритонов;

- получение информации об иных правонарушениях, в т.ч. неправомерных действиях сотрудников силовых ведомств.

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

В связи с тем, что перед сотрудниками подразделений МВП ФСКН России стоят задачи осуществления взаимодействия с органами управления образованием в сфере наркопрофилактики, непосредственного участия в организации и проведении профилактических акций, целесообразно рассмотреть особенности проведения лекционно-информационных мероприятий, проводимых с родительской аудиторией.

Вопросы для обсуждения с родителями проблем профилактики наркомании и информирования родителей по данной проблеме:

- Что нужно знать родителям о возрастных психологических особенностях ребенка? Почему подростки начинают употреблять наркотики?
- Что необходимо сделать для того, чтобы уберечь ребенка от наркотиков?
- Какие изменения в поведении подростка должны насторожить?
- Как вести себя в ситуации, если вы подозреваете, что ребенок употребляет наркотики?
- Где получить достоверные сведения о наркомании?
- Где можно получить квалифицированную психологическую медико-социальную помощь?

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 токсикомании.

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.

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 возбуждения уголовного дела за то или иное правонарушение.

Многие другие темы, кажущиеся убедительными для взрослых, являются малозначимыми с точки зрения антинаркотической профилактической работы. Такими 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 стенических, неустойчивых и возбудимых личностей подобный эффект практически не наблюдается.

В настоящее время при проведении профилактических мероприятий часто нельзя обойтись без применения *аудиовизуальных методик. Наиболее эффективными являются* видеофильмы, хотя их использование связано с техническими трудностями.

При организации и проведении *лекционно-информационных форм антинаркотической и антиалкогольной профилактической работы среди родителей учащихся средних школ и профессионально-технических училищ* Вострокнутов Н.В. рекомендует использование следующего перечня тем:

- 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) Методы профилактики приема ПАВ и лечения зависимости от них.

Особенности диалога с родительской аудиторией на тему: «Наркологическая ситуация в стране и актуальность первичной профилактической работы» описаны выше.

При обсуждении **темы, посвященной личностно-психологическим и психофизическим особенностям подросткового периода, следует в популярной форме дать характеристику психофизиологических особенностей подросткового 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; эмоциональное потемнение, 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 пубертатного 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 **третьей 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 в беседах раскрывать 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 **четвертой 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 **пятой 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 трудового кодекса - деквалификация и потеря работы, вплоть до инвалидности.

В ходе рассмотрения **шестой темы («ПАВ и семья, досуг»)** дается характеристика влияния ПАВ на взаимоотношения несовершеннолетних с родителями и другими родственниками, а также приятелями 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 **седьмой 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, **восьмой 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.

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.

В заключение данного раздела отметим, что при подготовке и проведении лекции-беседы важно учитывать, что

1. ее длительность должна составлять не более одного академического часа;

2. обязательной является «обратная связь» с аудиторией. Чем большую долю времени занимает свободная дискуссия и чем меньшую – изложение специалистом заранее подготовленного материала, - тем выше эффект.

Вообще отступление от рутинных форм лекций-бесед позволяет глубже воздействие. К таким более эффективным типам мероприятий относятся «круглые столы», вечера вопросов и ответов.

Качество педагогического, психологического и правового просвещения родителей зависит

- от актуальности выбранных тем,
- уровня организации и ведения занятий (приглашение на занятия родительского лектория авторитетных специалистов: педагогов, психологов, медиков, деятелей искусства и науки),
- использования технического оснащения.

Значимые для родителей признаки ранней алкоголизации и наркотизации детей

1. Ребенок в семье отстраняется от родителей, часто и надолго исчезает из дома или же запирается в своей комнате. Расспросы, даже самые деликатные, вызывают у него вспышку гнева.

2. У него меняется круг общения, прежние друзья исчезают, новые предпочитают как можно меньше контактировать с Вами, почти ничего не сообщают о себе.

3. Ваш «семейный» дом постепенно превращается в «штаб-квартиру» - часто звонит телефон, Ваш ребенок в присутствии посторонних не разговаривает открыто, а использует намеки, жаргон, условные «коды».

4. Меняется характер ребенка. Его не интересует то, что раньше имело значение: семья, учеба, увлечения. Появляется раздражительность, вспыльчивость, капризность, эгоизм, лживость.

5. Его состояние немотивированно меняется: он то полон энергии, весел, шутит, то становится пассивен, вял, иногда угрюм, плаксив.

6. У ребенка появляются финансовые проблемы. Он часто просит у Вас деньги, но объяснить, на что они ему нужны, не может, или объяснения малоубедительны. Из дома постепенно исчезают деньги и вещи. Сначала это может быть незаметно, пропажи в семье объясняются случайностью (потеряли, забыли куда положили). Потом уже исчезновение (видеотехники, например) трудно скрыть.

7. Иногда Вы наблюдаете необычное состояние Вашего ребенка: оно может быть похоже на опьянение, но без запаха алкоголя. Может быть нарушена координация движений, речь, появляется нелепый смех, зрачки расширены или сужены. Конкретные признаки опьянения зависят от вида вещества.

Для большей убедительности в начале первых проб с наркотиками можно использовать так называемые «стрип-тесты», которые продаются в аптеках и представляют собой полоски, типа лакмусовой бумаги. Их надо погрузить с исследуемую мочу, результат проявится через 5 минут в виде изменения окраски. Одни тесты рассчитаны на один вид наркотика, другие выявляют пять видов. Чувствительность метода достаточно высока: наркотик выявляется даже спустя три дня после прекращения его приема.

НЕСКОЛЬКО ПРАВИЛ ПРЕДОТВРАТИТЬ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПАВ ВАШИМ РЕБЕНКОМ:

1. Общайтесь друг с другом

Общение — основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить. Но кто они и что посоветуют Вашему ребенку? Помните об этом, старайтесь быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком

2. Выслушивайте друг друга

Умение слушать — основа эффективного общения, но делать это не так легко, как может показаться со стороны.

Умение слушать означает:

- * быть внимательным к ребенку;
- * выслушивать его точку зрения;
- * уделять внимание взглядам и чувствам ребенка;

не надо настаивать, чтобы ребенок выслушивал и принимал ваши представления о чем-либо. Важно знать, чем именно занят ваш ребенок. Иногда внешнее отсутствие каких-либо не желательных действий скрывает за собой вредное занятие. Например, подросток ведет себя тихо, не грубит, не пропускает уроков. Ну, а чем он занимается? Ведь употребляющие наркотические вещества и являются "тихими" в отличие от тех, кто употребляет алкоголь. Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон "говорит" не менее ясно, чем ваши слова. Он не должен быть насмешливым или снисходительным.

Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: "А что было дальше?" или "Расскажи мне об этом..." или «Что ты об этом думаешь?»

3. Ставьте себя на его место

Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам всегда интересно, что с ним происходит. Если Вам удастся стать своему ребенку другом, вы будете самым счастливым родителем!

4. Проводите время вместе

Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. *Это* необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или просто совместный просмотр телевизионных передач. Для ребенка важно иметь интересы, которые будут самым действенным средством защиты от табака, алкоголя и наркотиков. Поддерживая его увлечения, вы делаете очень важный шаг в предупреждении от их употребления.

5. Дружите с его друзьями

Очень часто ребенок впервые пробует ПАВ в кругу друзей. Порой друзья оказывают огромное влияние на ПОСТУПКИ вашего ребенка. Он может испытывать очень сильное давление со стороны друзей и поддаваться чувству единения с толпой. Именно от окружения во многом зависит поведение детей, их отношение к старшим, к своим обязанностям, к школе и так далее. Кроме того: в этом возрасте весьма велика тяга к разного рода экспериментам. Дети пробуют курить, пить. У многих в будущем это может стать привычкой.

Поэтому важно в этот период — постараться принять участие в организации досуга друзей своего ребенка, то есть их тоже привлечь к занятиям спортом либо творчеством, даже путем внесения денежной платы за таких ребят, если они из неблагополучных семей. Таким образом, вы окажете помощь не только другим детям, но в первую очередь --- своему-ребенку.

6. Помните, что ваш ребенок уникален

Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки. И это, в свою очередь, заставляет ребенка заниматься более полезными и важными делами, чем употребление наркотиков. Представьте, что будет с вами, если 37 раз в сутки к вам будут обращаться в повелительном тоне, 42 раза — в увещательном, 50 — в обвинительном?...

Цифры не преувеличены: таковы они в среднем у родителей, дети которых имеют наибольшие шансы стать невротиками и психопатами. Ребенку нужен отдых от приказаний, распоряжений, уговоров, похвал, порицаний. Нужен отдых и от каких бы то ни было воздействий и обращений!

Нужно время от времени распоряжаться собой полностью — т. е. нужна своя доля свободы. Без неё — задохнется дух.

7. Подавайте пример

Алкоголь, табак и медицинские препараты используются многими людьми. Конечно, употребление любого из вышеуказанных веществ законно, но здесь очень важен * родительский пример. Родительское пристрастие к алкоголю и декларируемый запрет на него для детей дает повод обвинить вас в неискренности, в "двойной морали". Помните, что ваше употребление, так называемых, "разрешенных" психоактивных веществ открывает дверь детям и для "запрещенных". Несовершенные, мы не можем вырастить совершенных Детей- Ну не можем, не можем, не бывает этого — и с вами не будет, если вы стремитесь к идеалу в ребенке, а не в себе!