

Государственное бюджетное учреждение Рязанской области
«Областной клинический наркологический диспансер»

Родительский всеобуч
«КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ»
(методическая разработка)

Разработано специалистом по социальной работе
отделения профилактики наркологических расстройств Юдиной Ю.Ю.

Рязань

2019

Родительский всеобуч.

Тема: «КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ НАРКОТИКОВ».

Цели:

1. Пополнить знания родителей о причинах и признаках употребления подростками наркотических веществ;
2. Убедить родителей в необходимости обсуждения этой проблемы в семье.

Целевая аудитория: 18+.

Время: 25 минут.

План беседы:

- 1.1. Вступительная часть.
- 1.2. Степень риска.
- 2.1. Физиологические признаки.
- 2.2. Изменения в поведении.
- 2.3. Очевидные признаки.
- 3.1. Заключение.
- 3.2. Ответы на вопросы.

Оформление доски

1) Наркоман – не человек, ибо он потерял то, что отличает человека от скотины – разум» Т. Пен.

2) Цвет лица землист. А он не старый...

В доме холод, грязь...

И тишина.

Дети – в школе умственно отсталых,

И в психиатрической – жена...

Слаб и вял он, словно из мочала

Сотворён... А он при всём при том,

Человеком был сначала,

Тенью человека стал потом. С. Викулов.

1.1. Вступительная часть.

Сегодня мы затронем одну из главных тем безопасности жизни человека – это проблема наркомании. О детской наркомании пишут газеты и журналы, этой теме посвящаются радио-и телепередачи, снимаются фильмы. Пристальное внимание к проблеме вполне объяснимо – рост числа наркоманов не может не тревожить. По официальным данным число детей, систематически использующих наркотики, более 50 тысяч. Обычно первый раз одурманивающее вещество предлагают подростку его знакомые - приятели, одноклассники. Происходит это не только в каких-то укромных, малолюдных местах, но и почти на глазах у взрослых – в тех местах, где по идее

должен быть организован строгий антинаркотический контроль (в школе, загородном лагере, на дискотеке).

Подростки признаются, что найти одурманивающее вещество не составляет труда. Для получения наркотика уже не нужны какие-то специфические, «личные» взаимоотношения, всё сводится к простой схеме «продавец – покупатель». Да и денег для того, чтобы пережить кайф, порой нужно совсем немного. Дело в том, что ассортимент веществ, используемых молодыми людьми, сегодня оказался очень широким и значительную его часть занимают не настоящие наркотики, а токсические вещества. В ход идёт содержимое бабушкиных и маминых аптечек, и средство бытовой химии.

К сожалению, большинство родителей и не подозревают об «увлечении» молодых людей. Начальные этапы опасного знакомства подростка с наркотиками оказываются незамеченными ими. Мамы и папы с уверенностью отвечают, что проблема молодёжной наркомании для них неактуальна, хотя результаты опросов самих подростков демонстрируют совсем иную картину.

Выделяются следующие мотивы «первого знакомства» с наркотиками:

1. Бесплатное предложение попробовать наркотики.
2. Из любопытства.
3. Подросток не осознаёт пагубности и вредности привычки, реакция на которую в 15-20 раз выше, чем на алкоголь.
4. Низкая самооценка подростка.
5. Стремление уйти от тоски и одиночества.

Учёные и практики, занимающиеся проблемами наркомании. Выделяют специфические факторы, способствующие вовлечению подростков в компанию употребляющих наркотики. Родителям это тоже надо знать и иметь в виду:

- к наркотикам приводит сложность взаимоотношений со старшими или отсутствие контроля со стороны родителей;
- отдельные подростки стремятся проявить себя или выделиться в коллективе сверстников любой ценой – из-за того, что привыкли к повышенному вниманию в семье. У них возникает потребность удивить, сделать то, чего не делали другие;
- нередко используется сила принуждения, особенно к слабовольным, либо к подросткам, лишённым внимания взрослых.

Чтобы противостоять вовлечению в компанию употребляющих наркотики, важно уметь отказаться. Это важно уметь даже тем, кто не собирается знакомиться с одурманивающим веществом. Дело в том, что от столь опасного предложения далеко не всегда легко отказаться. Любой отказ – это сопротивление внешнему давлению, в отличие от соглашения, когда человек просто подчиняется окружающим. Подчиняться всегда легче, чем сопротивляться. Но, естественно, уметь отказываться нужно, особенно в ситуациях, связанных с риском для здоровья, в том числе и в ситуациях наркотического предложения. Важно не просто ответить «нет!», но и повести себя таким образом, чтобы у предлагавшего не возникло желания настаивать на пробе психоактивного вещества, по возможности избежать ссоры, скандала.

В разных ситуациях мы можем использовать разные виды отказа. Вот приятели приглашают поехать с ними отдохнуть за пределы села. «Спасибо, но, боюсь, у вас в машине места не хватит», — можно ответить.

Это отказ-соглашение. В принципе вы ничего не имеете против предложения, но по каким-то причинам не решаетесь сразу дать согласие. Здесь вы явно не обидите предлагающего, так как очевидно, что, если он будет настаивать, вы уступите уговорам.

Можно ответить и иначе: «С удовольствием, но завтра у меня контрольная, нужно готовиться». Это отказ-обещание. Таким образом вы даёте понять, что в принципе согласны с предложением, но из-за каких-то внешних обстоятельств не можете его принять. Здесь также нет почвы для конфликта с предлагающим, ведь он понимает, что в другой ситуации предложение было бы принято.

«А давайте вместо поездки сходим в кино» - это уже отказ-альтернатива. Вы даёте понять, что ничего не имеете против предлагающего, но выдвигаете альтернативное предложение. Трудность здесь заключается в том, что вам нужно придумать достойную альтернативу, которая могла бы привлечь вашего оппонента.

«Нет, я не поеду с вами, так как я не люблю развлечения», это отказ-отрицание. Он направлен на само предложение и может затронуть чувства предлагающего (вам не нравится то, что нравится ему). Вы даёте понять, что ни при каких обстоятельствах не согласитесь на предложение. Велика вероятность того, что с подобным предложением к вам обращаться уже не будут.

У каждого из этих вариантов есть свои плюсы и минусы. Которые нужно учитывать. Но никогда не используйте формальный отказ. Отказ-обещание, если вы твёрдо решили отказаться от предложения (это касается предложения попробовать наркотическое вещество!). В таком случае лучше использовать отказ-альтернативу или отказ-отрицание. Помните, что вы никому не должны подробно объяснять, почему отказываетесь от пробы (достаточно просто сказать: «Не хочу лишних проблем»), а тем более оправдываться. И никто не имеет права давить на вас.

1.2. Степень риска.

Наркологи выделяют такие биологические и социальные факторы, которые повышают риск приобщения ребенка к наркотикам:

- Тяжёлая беременность матери и сложные роды.
- Сотрясения головного мозга (особенно многократные).
- Неполная семья.
- Сильная занятость родителей (постоянные командировки, разъезды).
- Отсутствие родных братьев и сестер.
- Алкоголизм или наркомания у кого-либо из близких родственников.
- Психические заболевания в роду, тяжелый характер или частые нарушения общепринятых правил поведения у кого-либо из близких родственников.
- Раннее (12–13 лет) начало самостоятельной жизни и преждевременное освобождение от опеки родителей.
- Гиперопека со стороны родителей.

- Искаженные отношения в семье, которые могут привести к неправильному освоению социальных ролей.
- Лёгкий и неконтролируемый доступ к деньгам и непонимание того, как они достаются.

2.1. Физиологические признаки:

- бледность кожи;
- расширенные или суженные зрачки;
- покрасневшие или мутные глаза;
- замедленная несвязная речь;
- потеря аппетита, похудение или чрезмерное употребление пищи;
- хронический кашель;
- плохая координация движений (пошатывание или спотыкание).

2.2. Изменения в поведении:

- нарастающее безразличие ко всему;
- уход из дома и прогулы в школе по непонятным причинам;
- бессонница;
- болезненная реакция на критику;
- частая и резкая смена настроения;
- избегание общения с людьми, с которыми раньше был близок (резкая смена друзей);
- постоянные просьбы денег;
- частые телефонные звонки;
- самоизоляция. Уход от участия в семейных делах;
- непривычная лживость.

2.3. Очевидные признаки:

- следы от уколов, порезы, синяки;
- бумажки, свёрнутые в трубочки;
- маленькие ложечки;
- капсулы, пузырьки, жестяные банки;
- лекарства снотворного или успокоительного действия.

Поверьте, наркомания — одно из самых тяжелых испытаний, которое может выпасть на долю родителей. Когда взрослые и дети конфликтуют и не замечают друг друга, в семьях царит непонимание, тогда очень трудно разговаривать о проблемах, связанных с наркотиками. Но решать проблему надо. Беседуйте с детьми о проблемах, связанных с наркотиками, обсуждайте статьи из газет, затрагивайте и обсуждайте эпизоды из фильмов, литературных источников. В этом вопросе не забывайте о терпении, понимании, тактичности и деликатности. Всегда все анализируйте и пытайтесь поставить себя на место ребёнка. Контроль обязателен, но он должен быть гибким, ненавязчивым. Постарайтесь все сделать так, чтобы ребёнка не угнетать, а

поддерживать его. Всегда подбирайте и сохраняйте научные факты и статистические данные о наркотиках.

3.1. Заключение.

Ищите повод поговорить с ребёнком об этой проблеме. Если смотрите по телевизору сюжет о смерти от наркотиков, надо расставить акценты, обсудить, какие действия ведут к таким последствиям.

Но говорить следует без описания притягательных свойств наркотических веществ, без конкретных названий.

Ограничьтесь информацией – есть такое явление и люди от этого погибают. Информация плюс последствия – необходимое звено любой профилактической работы.

Объясните ребёнку, что спорт, физическая сила, хорошая фигура и наркотики – вещи несовместимые.

Поддерживайте здоровые увлечения ребёнка: хочет заниматься борьбой – пусть будет борьба, хочет футболом – пусть будет футбол.

Довод для девочек – их красота, привлекательность, которые растают, если употреблять наркотики.

Поддерживайте хорошие отношения с детьми, чтобы видеть, чем они интересуются, что с ними происходит.

Проводите больше времени вместе. Совместные походы в театры и музеи, совместные занятия спортом, путешествия и хобби будут настраивать ребенка на то, что жизнь увлекательна и без одурманивающих средств.

Как мы видим, дети в целом против наркотиков и понимают их вред. Наша с вами задача закрепить это и не дать возможности пристраститься к наркотикам. Вместе – мы сила. Так давайте же заботиться о здоровье детей сообща! А сейчас хотелось бы узнать ваше мнение о наркотиках.

3.2. Ответы на вопросы родителей.

Заведующий отделением профилактики наркологических расстройств ГБУ РО ОКНД

Тарасов А.В.