**ПОМОГИ РЕБЕНКУ**

**Информационно-методические материалы для родителей по профилактике употребления психоактивных веществ**

**Уже десятилетие проблема злоупотребления психоактивными веществами в детско-подростковой среде перестала быть сугубо медицинской. Состояние здоровья подростков является одной из острых медико - социальных проблем и на сегодняшний день признано фактором национальной безопасности. Отмечаемая в последнее время деформация социального портрета современного подростка: большая распространенность курения (36,4%), употребление алкоголя (17.3 %) и наркотиков (4,7 %), раннее начало половой жизни, увеличение инфекций, передающихся половым путём, - ведет к росту заболеваемости ВИЧ/СПИДом. За последние 10 лет наблюдается омоложение контингента наркоманов и токсикоманов. По данным Министерства здравоохранения РБ, 20,3 % мальчиков-подростков пробовали наркотики. Средний возраст приобщения к употреблению наркотиков для мальчиков - 14,2 года, для девочек - 14,5 лет. Сегодня около 90 % всех новых случаев заражения ВИЧ происходит среди потребителей инъекционных наркотиков. Эти пугающие цифры заставляют обратиться к решению проблемы не только медицинских работников и работников правоохранительных органов, но и специалистов образования и родителей. На педагогов и родителей возлагается наиболее трудная и ответственная миссия – первичная профилактика вредных зависимостей в детско-подростковой среде. Лишь семья и школа могут стать тем профилактическим полем, в котором возможно воспитать здоровое поколение.**

**Как часто приходится слышать заявления тех родителей, в семьи которых пришла беда в виде употребления наркотиков их детьми: « Ах, если бы мы знали раньше, что надо было делать, как вести себя, как строить взаимоотношения с детьми, чтобы предупредить это несчастье, мы бы все для этого сделали!». Кто же может дать родителям эти так необходимые для них знания? Важная роль в просветительской деятельности принадлежит педагогам и специалистам образовательных учреждений.**

**Исходя из мирового опыта антинаркотической профилактической деятельности, можно выделить несколько основных подходов профилактики, к которым прибегают специалисты образовательной среды. Это:**

**- информация о негативных последствиях употребления наркотиков;**

**- обоснование наркотизации как следствия несостоятельности и неразвитости эмоциональной сферы;**

**- обоснование наркотизации как следствия неразвитости жизненных навыков, коммуникативных возможностей, неумения решать конфликты и справляться с проблемами;**

**- трактовка наркотизации как следствия влияния социальных факторов, неумения противостоять негативному влиянию неблагоприятного социального окружения;**

**- формирование у несовершеннолетних и молодежи потребностей здорового образа жизни и духовно-нравственных ценностей;**

**- приобщение молодежи к деятельности, несовместимой с употреблением наркотических веществ.**

**Практика профилактической работы в образовательной среде показывает наибольшую распространенностью, к сожалению, наименьшую эффективность так называемой негативной профилактики, то есть информации о негативных последствиях употребления табака, алкоголя, наркотиков. Наибольшей эффективностью обладают подходы, основанные на выработке у несовершеннолетних уверенности в себе, эффективной коммуникабельности, умения действовать в неопределенных ситуациях, продуктивно решать конфликты, навыков саморегуляции поведения и эмоционального состояния. Именно такие методы отвечают адекватным потребностям несовершеннолетних: повышению своего статуса в глазах сверстников, развитию уверенности в себе, умению решать конфликты, как со сверстниками, так и с взрослыми, стремлению сделать свою жизнь более насыщенной и интересной. Причем профилактическая работа в этих направлениях должна проводиться с учетом психологических особенностей несовершеннолетних и, прежде всего, подростков, для которых характерен целый ряд психологических предпосылок к употреблению наркотиков. Среди таких предпосылок, в первую очередь, следует назвать такие, как склонность к имитации, потребность в принадлежности к группе, потребность быть взрослым, любопытство, стремление исследовать свои возможности и возможности других, в том числе необходимость знания границ родительской любви и заботы, пониженное чувство собственного достоинства, склонность к скуке и потребность в возбуждении, стремление ухода от действительности, следование моде и стремление быть особенным, склонность к риску, опасности, уверенность в неуязвимости, недоверие информации, особенно, если она исходит от взрослых. Вот далеко не полный перечень индивидуально-психологических особенностей подростков, которые необходимо учитывать, если мы хотим добиться эффективности в наших антинаркотических профилактических усилиях, чтобы направить эти особенности во благо физического, психического и духовного становления личности.**

**Наиболее эффективными с этих позиций профилактическими программами в образовательной среде считаются так называемые программы обучения жизненным навыкам. Внедрение этих программ в образовательную практику, с одновременным активным приобщением молодежи к здоровому образу жизни и к видам деятельности и ценностям, несовместимым с употреблением наркотиков, – вот основная и первостепенная задача, как родителей, так и специалистов образовательных учреждений в деле эффективной профилактики употребления наркотических веществ.**

**Главными основами антинаркотической профилактической деятельности родителей в отношении своих детей являются искренняя любовь, доверительные и уважительные отношения с детьми, внимание к их интересам и склонностям, организация совместного времяпрепровождения, учет огромного влияния собственного примера, стремление и забота о формировании у детей здоровых увлечений, интересов и духовных ценностей.**

**Основной формой взаимодействия между педагогом и родителем является родительское собрание, в рамках которого обсуждаются, как правило, вопросы успеваемости и административно-хозяйственные проблемы. Попытка педагога привлечь родителей на какой-либо тренинг, лекторий по проблемам профилактики, скорее всего, обречена на неудачу. Что же делать? Наверное, стоит исходить из потребностей родителей. Родители, прежде всего, думают о безопасном будущем своих детей. Зачастую искренне желая оградить подростка от влияния улицы, употребления наркотиков, родители просто не знают, как это делать правильно, не чувствуют и не понимают своих детей.**

**Предлагаемая в информационно-методических материалах информация для педагогов может являться основополагающей для проведения родительских лекториев, родительских собраний, тематических консультаций, которые условно называются «Уроки здоровья». Родители же найдут ответы на волнующие их вопросы: «Как разговаривать с ребенком на «важные» темы?», «Как воспитать в ребенке качества, которые помогли бы ему справиться с соблазном вредных привычек?», «Что делать, если есть подозрения, что ребенок употребляет наркотические вещества. Когда пора бить тревогу?» и другие.**

**Меры по профилактике наркомании.**

***Целью* профилактики является предупреждение возникновения и распространения наркомании и формирование в обществе негативного отношения к наркомании.**

 **В формировании системы профилактики наркомании и правонарушений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, участвуют все органы государственной власти, органы местного самоуправления муниципальных образований, общественные организации и объединения, а также родители (иные законные представители), специалисты образовательных и культурно-просветительских учреждений, волонтеры молодежных организаций.**

**Всемирная организация здравоохранения разделяет профилактику на первичную, вторичную и третичную, а в современной терминологии -универсальную, селективную, индикативную.**

**Первичная (универсальная) профилактика наркомании направлена на предупреждение начала употребления наркотиков лицами, ранее их не употреблявшими. Она ориентирована на общую популяцию населения, включая детей, подростков и молодежь, и носит социальный характер. В задачи первичной профилактики входит:**

**- уменьшение числа лиц, у которых может сформироваться наркомания;- формирование способности сохранить или укрепить здоровье;**

**- формирование негативного отношения детей, подростков и молодежи к наркотикам;**

**- формирование личной ответственности за свое поведение, обусловливающее снижение спроса на наркотики;**

**- формирование мотивации на ведение здорового образа жизни;**

**- формирование гигиенически целесообразных навыков и привычек поведения.**

**Вторичная (селективная) профилактика наркомании носит избирательный характер и ориентирована на лиц, эпизодически употребляющих наркотики, а также на лиц, употребляющих наркотики с вредными последствиями, то есть с признаками формирования наркомании. Она направлена на сокращение продолжительности воздействия наркотиков на организм человека, полное прекращение дальнейшего употребления наркотиков, предотвращение формирования хронического заболевания, а также восстановление личностного и социального статуса индивидуума. В задачи вторичной профилактики входит:**

**- своевременное выявление потребителей наркотиков;- обеспечение доступности и качества оказания наркологической медицинской помощи;**

**- оказание квалифицированной психологической, педагогической и социальной помощи.**

**Третичная (индикативная) профилактика наркомании - ориентирована на больных наркоманией и носит преимущественно медицинский характер. Она направлена на предупреждение дальнейшего употребления наркотиков, уменьшение вреда от их употребления, оказание помощи больным в преодолении заболевания, а также предупреждение рецидива заболевания у больных наркоманией, прекративших употребление наркотиков. По сути, третичная профилактика наркомании - это медико-социальная реабилитация.**

 **Мероприятия первичной профилактики должны быть направлены на:**

* **детей, подростков и молодежь в целом;**
* **детей и подростков, склонных к потреблению наркотиков или находящихся в неблагоприятных семейных или социальных условиях;**

**граждан уже имеющих опыт первых проб наркотиков, либо имеющих друзей, употребляющих наркотики.**

**Мероприятия вторичной профилактики должны быть направлены на детей и подростков, группы повышенного риска и граждан, употребляющих наркотики.**

**Мероприятия третичной профилактики должны быть направлены на группу лиц, имеющих зависимость от наркотиков и желающих прекратить их употребление.**

**При проведении профилактических мероприятий следует отдавать предпочтение сочетанию индивидуальных и групповых методов работы, а также методам косвенного и опосредованного воздействия на лиц, склонных к наркомании, обучать детей и подростков умению отказаться от первой пробы наркотиков.**

**Основные усилия профилактической деятельности необходимо направлять на профилактику наркомании и предупреждение наркопреступности в образовательных учреждениях, местах досуга молодёжи, летних лагерях отдыха детей и подростков.**