Департамент по спорту и молодежной политике Тюменской области

Государственное автономное учреждение Тюменской области

«Областной центр профилактики и реабилитации»

 Селиванова О.А., д.п.н., профессор ТюмГУ

 Малярчук Н.Н., д.м.н., профессор ТюмГУ

 Старцева Н.Г., к.пс.н., директор ГАУ ТО «ОЦПР»

 Мариинских Н.В., педагог-психолог высшей категории

**Информационно-разъяснительный профилактический проект «Предупрежден – значит вооружен!»**

**Методические рекомендации для педагогов учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики по организации профилактической работы среди родителей воспитанников**

Тюмень

2010

**Введение**

Во второй половине 90-х гг. 20 века в список «вредных привычек», профилактикой которых традиционно занималась школа, была добавлена еще одна «новая» - ***наркомания***.

Ведущую современную концепцию информационно-профилактической работы в отношении детей и молодежи можно свести к следующим составным элементам: *Знания — Отношения — Поведение*. Следствием популярности данной концепции является широкое распространение в образовательных учреждениях, учреждениях дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики, центров досуговой занятости подростков по всему миру программ информационно-образовательного характера (программы достижения социально-психологической компетентности, здоровьесбережения и обучения жизненным навыкам).

Профилактика потребления психоактивных веществ во многих учреждениях представлена тематическими лекциями психологов, врачей психиатров-наркологов, работников органов внутренних дел, а также тематическими учебными занятиями, которые иногда проводятся по типу дискуссии на заданную тему. Помимо разовых акций, элементы профилактики наркомании становятся предметом обсуждения в рамках специальных предметов в образовательных учреждениях. В некоторых учреждениях, в том числе дополнительного образования детей и молодежи, есть опыты публичного разыгрывания и обсуждения жизненных ситуаций, связанных с наркотиками, по примеру телевизионных ток-шоу (наподобие «Человек в маске»), организации агитбригад, постановки спектаклей на тему наркомании, подготовки лекторских групп и пр.

Однако, несмотря на достаточно широкое распространение различного рода профилактических программ в образовательных учреждениях, многообразие методических разработок, проектов, мероприятий, и, казалось бы, хорошую информированность учащихся и их родителей об опасности употребления психоактивных веществ, важно поддерживать эту информационно-профилактическую среду и вне образовательных учреждений.

Большую воспитательную роль в профилактике асоциального поведения подростков могут и должны играть родители на уровне включения в систему обучения и дополнительного образования, досуговой занятости детей и молодежи. Родители не должны терять бдительность и более того, должны быть «хорошо подкованными» в данном вопросе, владеть «правильной» информацией и уметь донести ее до подростка. Это делает актуальным обращение к проблеме содержания и структуры информационного компонента профилактической деятельности.Особенно актуальна названная проблема в учреждениях дополнительного образования детей и молодежи сферы спорта и молодежной политики, пространство которых является развивающим, информационным, профилактическим.

Представленный проект направлен на системное решение проблем профилактики деструктивного поведения несовершеннолетних посредством организации комплексной информационно-разъяснительной работы с родительской общественностью на базе учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики. Большое внимание в проекте уделено рассмотрению форм профилактической работы с родителями и способам их информирования.

Приложением к проекту являются методические рекомендации для педагогов учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики по организации профилактической работы среди родителей воспитанников.

Информационно-методические материалы проекта собраны авторами из самых разных источников (в т.ч. из Интернет-ресурсов), большинство из них апробированы в практической деятельности ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации».

**Целевая группа проекта:** родители воспитанников учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики муниципальных районов (городских округов) Тюменской области.

**Участники проекта:** педагоги дополнительного образования, социальные педагоги, психологи, врачи наркологи, активисты волонтерских профилактических отрядов (в том числе из группы воспитанников), сотрудники органов и учреждений системы профилактики.

**Сроки реализации проекта:** ежегодно в течение календарного года.

**Цель проекта:** организация комплексной информационно-разъяснительной работы с родительской общественностью на базе учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики муниципальных образований юга Тюменской области.

**Задачи проекта:**

1. Совершенствование форм профилактической работы с родителями.
2. Информирование педагогами учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики о видах психоактивных веществ, признаках их употребления, последствиях воздействия на организм подростка, необходимых мерах, принимаемых в случае выявления факта употребления подростком наркотических веществ.
3. Повышение педагогической культуры родителей в вопросах профилактики употребления подростками психоактивных веществ и других форм асоциального поведения, пополнение арсенала их знаний по вопросам воспитания ребёнка в семье.

**Принципы реализации проекта:**

*Тематическая актуальность* – материалы проекта представляют собой действенные, всесторонние и развивающие формы профилактической работы педагогов с родителями, обеспечивающие просвещение в области не только профилактики наркотической зависимости подростков, но и других важных проблем молодых людей, в частности юношеское развитие, взросление, стресс и приспособление к нему, межличностные и семейные отношения и пр.

*Комплексность* – взаимодействие педагогов с родительской общественностью предполагает синтез различных форм профилактической работы, использование методических материалов комплексно позволит педагогам максимально полно и детально организовать информационно-разъяснительную работу в учреждении.

*Полисубъектность* – в профилактических мероприятиях, организуемых педагогами, должны принимать участие родители, а также привлеченные специалисты учреждений системы профилактики, волонтеры и сами подростки (в зависимости от формы проводимого мероприятия).

*Цикличность* – профилактические мероприятия должны быть долговременными, с элементами повторения и преемственности в течение всего календарного года.

*Разноуровневость* – целевое воздействие на родителей должно осуществляться педагогами на различных уровнях: личностном, семейном и социальном, как на групповом, так и на индивидуальном уровнях.

*Информационная исчерпанность* – полная и объективная информация о психоактивных веществах, признаках и последствиях их употребления, лечебно-профилактических учреждениях, оказывающих наркологическую помощь, с целью избежать возникновения информационных пустот, на месте которых возникают различного рода стереотипы и мифы.

*Интерактивность* – предпочтение должно отдаваться методикам интерактивного характера, стимулирующих активное участие представителей родительской общественности посредством таких форм мероприятий, как лекция, дискуссия, мозговой штурм, ролевая и ситуативная игры и др.

*Психологическая комфортность* - реализуемые информационно-разъяснительные мероприятия, их содержание, сроки и направленность должны подвергаться корректировке с учетом пожеланий участников профилактической деятельности.

**Концептуальное обоснование направлений и содержания деятельности**

Данные многочисленных исследований о проблемах эффективности информационно-профилактических программ среди родительской общественности в образовательных учреждениях свидетельствуют о том, что широко распространенное мнение о способности информации эффективно решать и решить проблемы, связанные с потреблением наркотиков, алкоголя и т.п., не совсем верно.

Известно, что само по себе предоставление информации может улучшить осведомленность родителей, повысить уровень их знаний о путях профилактики употребления наркотиков, алкоголя, табакокурения, других форм проявления асоциального поведения, однако эта осведомленность далеко не всегда приводит к позитивным результатам, не всегда учитывается родителями в воспитании детей.

Многолетние научные исследования (в частности, Института возрастной физиологии РАО) позволили специалистам выдвинуть идею об информационном характере наркотического заражения. Согласно ей источником «инфекции» является информация о «приятности» или «полезности» действия наркотиков на организм. Донося информацию до детей в таком ключе, родители способствуют пробуждению у некритически воспринимающих ее подростков желание испытать на себе действие наркотика. Исходя из данной теории, наркотическое заражение распространяется через различные потоки информационного пространства и даже через «антинаркотические»:

1. Пропаганда «кайфа». Распространение идей потребительского отношения к жизни и здоровью, превышения роли легкодостижимых удовольствий, вне зависимости от их влияния на здоровье и психику человека, с целью повышения потребления в обществе и понижения социальной активности, реклама табака и алкоголя и пр.
2. Пропаганда наркотиков. Распространение идей о модности, дозволенности, безвредности, малой опасности (или позитивных эффектах, превышающих эту опасность) наркотиков, введение их потребления в норму общественной жизни. В печатных органах, телепередачах, в Интернете, выступлениях рок-групп нередко звучат откровенные призывы к употреблению наркотиков.
3. Нейтральная информация. Информация, не отражающая и не формирующая четко определенного отношения.

4. Антинаркотическая пропаганда. Распространение идей о вредности, опасности и незаконности потребления наркотических препаратов с целью внедрения их в общественное сознание, активизация общества в борьбе с наркотической угрозой.

5. Пропаганда социально здорового образа жизни включает в себя внедрение в массовое сознание моды на здоровый образ жизни.

Основной причиной активности информационного заражения является неправильная подача информации родителями детям: обращение в детском и подростковом возрасте к идеям «сохранение и поддержание здоровья», «связь личного здоровья с качеством жизни и возможным социальным статусом», «опасность наркотика для жизни», «противоправность действий с наркотиками» и т. д. Эти потоки неэффективны и не оказывают решающего значения на процессе формирования негативного отношения ребенка к понятию и явлению «наркомания», тогда как идеи «модности», «яркости ощущений», «запретности плода», «крутизны» и «безвредности» составляют значительную часть информационного поля процесса взросления растущего человека. В этой ситуации родители должны быть информационно грамотными, хорошо подкованными в вопросах профилактики наркомании как острой социальной проблемы.

Кроме того, зачастую педагоги преподносят родителям непроверенную информацию антинаркотического характера и без достаточной долей новизны, известную по таким открытым источникам, как СМИ, Интернет и пр.

Профилактическая информация в изложении педагогов:

- должна обладать достаточной долей объективности, достаточной долей новизны (органично сочетать в себе минимум стандартных традиционных знаний и описание последних тенденций) и разносторонности (отражать разные подходы);

- должна содержать рациональные доводы отказа и противодействия наркотикам (если начало употребления наркотиков происходит преимущественно по эмоциональным причинам, то отказ от них – это всегда индивидуальный шаг, требующий рационального обоснования), а не ориентироваться только эмоции аудитории слушателей и ставить своей целью вызвать страх перед наркотиками и наркоманией;

- должна учитывать актуальные запросы конкретной целевой группы;

- должна иметь продолжение в последующей работе педагогов и системе реальных взаимоотношений в семье, в социуме, в сфере образовательного учреждения.

Родительская общественность должна иметь четкое представление об основных понятиях антинаркотической информационной среды.

Информационное пространство, формируемое в учреждении дополнительного образования, должно обладать такими характеристиками, как:

- ценностно-ориентационное единство подходов к пониманию сути, причин, структуры и последствий зависимости (наркомании, алкоголизма и пр.) родителями как субъектами образовательно-профилактического процесса;

- согласованность подходов педагогов и родителей в оценках различных групп, демонстрирующих зависимое поведение (например, неупотребляющие, имеющие разовый опыт, периодически употребляющие, постоянно употребляющие и пр.), и принципах организации взаимодействия с ними (контроль, поддержка, помощь, санкции и т.д. и т.п.);

- распространение системы оценок за пределы информационно-разъяснительных профилактических мероприятий на повседневную жизнедеятельность родителей и их семей (отношение, статусные характеристики, динамика социально-ролевого положения, перспективы роста и пр.);

- интерактивность процессов профилактики, помощи и поддержки, учитывающих личную динамику интересов, потребностей и возможностей родительской общественности.

Основные направления деятельности по проекту (с применением методических рекомендаций, типовых программ и разработок профилактических мероприятий), реализуемые на постоянной основе в течение года:

* социально-педагогическое,
* психолого-педагогическое,
* организационно-методическое.

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Цель деятельности – создание условий для формирования в учреждениях дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики единой информационно-профилактической среды.

Основной формой реализации направления является перечень мероприятий сквозного круглогодичного характера, реализуемых на различных уровнях учреждения: коллективном, групповом, индивидуальном:

Содержание мероприятий:

1. Действия, осуществляемые на уровне родительского коллектива.
	1. Формирование единого общественного мнения о проблеме зависимости:

- традиционные коллективные родительские собрания и тематические встречи по проблемам;

- регулярный анонимный опрос родителей о распространенности зависимостей и об отношении к ним.

* 1. Создание условий для безопасности информационной среды учреждения (коридоры, туалеты и пр.) и территории вокруг учреждения:

- оформление информационного стенда в удобном для просмотра воспитанниками, родителями, другими педагогами месте;

- развитие службы информационной поддержки: телефон доверия, почтовый ящик, стенгазета.

* 1. Активизация информационно-профилактической взаимопомощи среди родителей через внедрение технологии «равный поможет равному» и между педагогом и родителями.
1. Действия, осуществляемые на уровне группы родителей.
	1. Создание условий для информационной безопасности пространства кабинетов, комнат для групповых занятий, актовых и спортивных залов через пресечение возможности оказывать давление на родителей со стороны.
	2. Использование интерактивных форм проведения профилактических мероприятий с обсуждение проблем зависимости: мастер-классов, мозговых штурмов, дискуссий, ролевых и ситуативных игр и т.д.
	3. Формирование навыков дифференцирования субъектов и объектов носителей поддерживающей информации и получения от них помощи.
2. Действия, осуществляемые на уровне индивидуальной работы.
	1. Систематические встречи с родителями, имеющими определенные проблемы в семье, связанные с аддиктивным поведением детей, и социально-психологический патронаж воспитанников и семей «группы особого внимания»: наблюдение, анкетирование, консультирование, индивидуальное сопровождение.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Цель деятельности – формирование педагогами дополнительного образования у родителей внутренних антинаркотических барьеров. Предполагает выработку у родительской общественности нетерпимого отношения ко всему, что может способствовать наркомании, через ознакомление не столько с негативными последствиями употребления подростками наркотиков (цирроз печени, смерть от передозировки и пр.), сколько с приобретением ими качеств и свойств (эмоциональных, физических и пр.), оказывающих немедленное негативное влияние на качество жизни, успешность социализации, эффективность контактов и пр.

Содержание программных мероприятий:

1. Ознакомление с принципами, путями и способами включения информационно-профилактической составляющей в содержание воспитательного процесса. Развитие у родителей знаний о явлении зависимости, типах, причинах ее возникновения, признаках потребления психоактивных веществ у детей и подростков с целью последующего воспитания у детей культуры здорового, разумного образа жизни.
2. Формирование и закрепление эмоционально негативного отношения к совокупности понятий и явлений, характеризующих область зависимого поведения: наркотики, алкоголь, табак. Выработка критического отношения к информации извне, в том числе рекламе.

Развитие рефлексивной позиции по отношению к совокупности понятий и явлений, характеризующих область зависимого поведения, формирование навыков оценивания получаемой информации и реагирования на нее в рамках мероприятий.

1. Систематизация знаний о пагубном влиянии психоактивных веществ на организм подрастающего человека, работа по развенчиванию мифов и установок. Закрепление позитивных здоровьесберегающих знаний, умений и навыков. Знакомство родителей с технологией взаимодействия с ребенком, имеющим проблемы с зависимым поведением.

# ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Цель – формирование осознания педагогами дополнительного образования и родителями личной ответственности за здоровье и безопасность воспитанников, формирование готовности к непосредственному участию в процессе профилактики через разработку и структурирование содержания информации профилактического характера.

В рамках данного направления предполагается:

- разрабатывать варианты и сценарии профилактических мероприятий, проводимых среди родителей;

-разрабатывать советы и рекомендации по профилактике первого потребления наркотиков;

- информировать о том, что делать, куда и к кому обратиться в различных ситуациях, возникающих в связи с зависимым поведением ребенка;

- распространять среди родителей наглядную печатную продукцию профилактической направленности;

- привлекать к участию в профилактической деятельности с родителями активистов волонтерских профилактических отрядов, специалистов органов и учреждений системы профилактики;

- оценивать эффективность профилактической деятельности, проводимой среди родителей, корректировать этапы и формы деятельности с учетом полученных результатов.

Эффективное взаимодействие с родителями – необходимый атрибут профилактической работы. Важно четко определить цель профилактической работы с родителями. Безусловно, профилактическая работа направлена на создание условий для лучшего понимания родителями проблем собственного ребенка – подростка, развитие предпосылок для позитивных изменений в стратегии воспитания.

Принципиально добиваться того, чтобы взрослые члены семьи осознали и понимали значимость собственного выбора в необходимости занять ответственную и деятельную позицию по отношению к риску наркотизации в той среде, в которой растет и общается их ребенок.

Для эффективной организации работы с родителями педагог должен:

* знать семейную ситуацию и уметь объективно её оценить,
* формировать у родителя уверенность в себе, в решении возникающих проблем.

Совместно обсуждая и оценивая сложившуюся воспитательную ситуацию, взаимодействуя с родителями, необходимо руководствоваться принципами:

* достоверной информации,
* доверительных отношений, сотрудничества,
* диалогичности,
* использования личного опыта родителей,
* апелляции к ценностям и знаниям.

**Механизм реализации проекта**

Механизм реализации проекта заключается в последовательном выполнении следующих шагов:

* 1. Утверждение проекта департаментом по спорту и молодежной политике Тюменской области для последующей его реализации во всех муниципальных образованиях Тюменской области в рамках долгосрочной целевой программы «Антинаркотическая программа Тюменской области» на 2011-2013 гг.
	2. Направление проекта с методическими рекомендациями во все муниципальные образования Тюменской области для его изучения и определения перечня учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики, в которых он будет реализован.
	3. Подготовка и обучение педагогов учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики, волонтеров, специалистов учреждений системы профилактики.
	4. Оказание организационно-методической поддержки ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» (консультативная помощь, участие специалистов центра в реализации проекта, проведение обучающих семинаров, разработка и распространение методических материалов, информационных буклетов).
	5. Реализация проекта в учреждениях дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики в течение календарного года в одной (ряде) из нижеприведенных форм, либо в собственном варианте:
* Введение в воспитательную программу учреждения дополнительного образования обучающего курса для родителей «Организация воспитательно-профилактической работы, направленной на предупреждение распространения в детской и молодежной среде форм асоциального поведения».
* Интеграция содержания курса для родителей в систему занятий, проводимых педагогами дополнительного образования совместно с воспитанниками.
* Создание программы профилактики наркомании и других асоциальных явлений в учреждении дополнительного образования детей и молодежи, включающей в себя комплекс профилактических, психолого-развивающих, социально-поддерживающих мероприятий.
	1. Осуществление органами молодежной политики на муниципальном уровне ежеквартального мониторинга результатов реализации проекта в соответствии с установленной формой, направление отчета в ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» до 5 числа месяца, следующего за отчетным кварталом.
	2. Осуществление ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации» сводного мониторинга и направление его в департамент по спорту и молодежной политике Тюменской области до 12 числа месяца, следующего за отчетным кварталом. Реализация проекта осуществляется с привлечением широкого круга специалистов учреждений системы профилактики:
* подразделений по делам несовершеннолетних ОВД;
* наркологических служб;
* социально-психологических служб;
* специалистов центров профилактики социально опасных заболеваний и асоциального поведения;
* госнаркоконтроля;
* общественных организаций и объединений, в том числе волонтерских профилактических отрядов.

Контроль за исполнением проекта и ежегодную экспертную оценку эффективности его реализации осуществляет департамент по спорту и молодежной политике Тюменской области.

**Ожидаемые результаты проекта**

Следует помнить, что информация влияет и на сферу знаний, и на эмоциональную сферу. Она может воздействовать на сферу сознательного отношения, на область оценок. Однако информация не в состоянии непосредственно воздействовать на сферу устоявшихся навыков повседневного поведения. Для этого нужны более сильные и длительно действующие стимулы.

Для формирования экспертной оценки результативности реализации мероприятий проекта предлагаются следующие ***критерии***, выделенные в соответствии с поставленными целями и задачами***:***

*1. Качество сформированности компонентов информационной культуры родителей как субъектов профилактического процесса:*

* понимание сути явления, его причин, факторов и закономерностей;
* способность выявлять и критически анализировать события, факты, явления, связанные с определенной темой, проблемой;
* умение логично и убедительно выражать свои мысли;
* владение информационно-просветительскими технологиями на уровне поиска, обработки и трансляции информации;
* сформированности интереса и потребности к непрерывному образованию в актуальном направлении.

*Показатели:*

* формирование необходимого багажа знаний, необходимых личности, для эффективного противодействия наркомании;
* увеличение информационных потребностей и интересов, обеспечивающих уровень социальной активности (способ замера – наблюдение, беседа, экспертная оценка).

*2. Качество сформированности единой информационно-профилактической среды учреждения дополнительного образования детей и молодежи:*

* увеличение объема и повышение качества информированности участников проекта по вопросам профилактики (способ замера – анкетирование, опрос);
* адекватность восприятия информации по проблеме, проявляющаяся в конструктивности ее применения (способ замера – наблюдение, беседа, экспертная оценка);
* унификация точек зрения и оценок педагогов и родителей, отсутствие в их среде ярко выраженных противоречий по проблемам сути профилактируемых явлений, причин, последствий и механизмов, единство понимания основных направлений профилактической деятельности (способ замера – наблюдение, беседа, экспертная оценка);
* открытая поддержка профилактической политики большинством участников проекта (способ замера – наблюдение);
* степень включенности и мотивации участия родителей в мероприятиях профилактического характера (способ замера – определение количества возникших инициативных групп и пр.);
* степень активности родителей в поиске и получении информации из специализированных источников (книги, Интернет, справочные службы, телефоны доверия, специализированные центры и пр.) (способ замера – опрос, анализ документации);
* повышение степени доверительности межличностных взаимоотношений субъектов образовательно-профилактического процесса в парах «родитель-педагог», «родитель-специалист», «родитель-ребенок» (экспертная оценка).

**Форма мониторинга результатов реализации проекта «Предупрежден – значит вооружен!»**

**в \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

*наименование муниципального образования юга Тюменской области*

за \_\_\_\_\_\_ квартал 201\_ года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование учреждения дополнительного образования сфер спорта и молодежной политики | Наименование проведенных мероприятий с указанием формы\* | Количество участников мероприятий | Адрес учреждения, контактный телефон ответственного в учреждении |
| Всего | из них: |
| Родители | Привлеченные специалисты (указать какие\*\*) | Волонтеры |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| ИТОГО: |  |  |  |  |  |  |

*\* родительское собрание, лекция, профилактическая беседа, дискуссия, мозговой штурм, ролевая или ситуативная игра, тематический вечер, групповые или индивидуальные консультации, другие*

*\*\* специалисты УФСКН, УВД, органов образования, здравоохранения, центров профилактики наркомании, опорных кабинетов профилактики употребления ПАВ, молодежных центров, общественных организаций и объединений (кроме волонтерских отрядов), другие*

Примечание: охват участников многоразовый, данные подаются ежеквартально с нарастающим итогом (3месяца, 6 месяцев, 9 месяцев, 12 месяцев).

**Методические рекомендации для педагогов учреждений дополнительного образования сферы спорта и молодежной политики по организации профилактической работы среди родителей воспитанников**

# Часть 1. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

**АНТИНАРКОТИЧЕСКОЙ ИНФОРМАЦИОННОЙ СРЕДЫ**

Для того чтобы содержащаяся в данных методических рекомендациях информация лучше зафиксировалась в памяти тех, кто будет заниматься созданием и применением антинаркотических материалов, представляем основные понятия, важные для полного уяснения существа этой проблемы.

**Глава 1. Терминология**

***Наркотиками*** часто называют психоактивные вещества и препараты, вызывающие зависимость.

*Наркогенные вещества*: вещества (алкоголь, никотин, наркотики, токсические вещества), способные оказывать на психику человека одурманивающее (опьяняющее) воздействие, которое многим приятно. Стремясь к этому состоянию, индивид начинает систематически и вынужденно принимать эти вещества.

*Наркомания* – особое психическое заболевание, при котором страдают не столько сознание и мышление человека, как при других психических заболеваниях, сколько сфера потребностей. Под влиянием приема того или иного наркотического вещества формируется потребность к повторным его приемам с целью по возможности постоянно находиться в состоянии вызываемого им опьянения. Наркомания – это заболевание, сопровождающееся тотальным разрушением «Я» личности, физического, психического и нравственного здоровья.

Если это вещество – алкоголь, заболевание называется алкоголизмом. Если это вещество – никотин, заболевание называется никотиноманией. Если это какое-либо иное наркогенное вещество, заболевание называется соответственно наркоманией или токсикоманией. К примеру, потребление кокаина с целью одурманивания – это наркомания, а вдыхание паров бензина с той же целью – токсикомания.

***Наркотическое вещество*.** Вещество, способное при однократном употреблении вызывать эйфорию («кайф») – субъективно приятное или комфортное состояние (особенности эйфории зависят от вида наркотического вещества; иногда с ощущением счастья, радости, возможности достижения всех целей и отсутствия непреодолимых препятствий), а при систематическом – нарушения в работе головного мозга, других органов и систем организма человека, психическую и физическую зависимость. Вследствие социальной опасности и возможных тяжёлых последствий для отдельного человека эти вещества официально признаны наркотическими и внесены в список запрещенных наркотических средств.

***К наркотическим веществам*** *относятся:*

1. Практически все опиаты (за исключением трамадола): фентанил, производные фентанила, морфин, кодеин, диацетилморфин (героин), омнопон, промедол, бупренорфин (норфин), маковая солома, опий, кустарно изготовленные препараты опия (так называемые «ширка», «ширево», «чёрное») и др.
2. Препараты конопли: гашиш, анаша, марихуана (т.н. «план», «дурь», «травка», «молоко», «каша»).
3. Кокаин и его производные, крэк,.
4. Психостимуляторы — меткатинон (эфедрон), (т. н. «джеф», «мулька»), кустарно изготавливаются из медицинских препаратов, содержащих эфедрин.

*Токсические (вариант – наркотоксические) вещества*: вещества из группы наркогенных, менее опасные, чем наркотики, но более опасные, чем традиционно потребляемые алкоголь и никотин. Их невозможно запретить, поскольку к их числу относятся средства бытовой химии (органические растворители), бензин и т.д. К их числу относят также некоторые лекарства, которые становятся токсическими при употреблении их с целью одурманивания.

Потребление токсических веществ по закону не преследуется, но время от времени то или иное вещество из этой группы переводится в группу наркотиков со всеми возможными последствиями этого.

*Наркотическое (вариант – токсическое) опьянение*: состояние, в котором находится человек, принявший то или иное наркогенное вещество. В зависимости от вида вещества состояние это проявляется по-разному, поскольку одни наркогенные вещества оказывают на психику бодрящее (стимулирующее) воздействие, другие – успокаивающее (расслабляющее); есть среди них и вещества, способные вызывать галлюцинации.

Слово «опьянение» используется как наиболее понятное всем. В медицинской наркологии используется также термин «интоксикация». К примеру, «наркотическая интоксикация», «токсикоманическая интоксикация»: состояние, в котором находится человек в период действия того или иного наркогенного вещества.

*Внешние антинаркотические барьеры*: понимание человеком незаконности оборота наркотиков и опасение санкций общества в случае участия в этом обороте (в форме ли потребления, в форме ли изготовления или распространения).

*Внутренние антинаркотические барьеры*: твердое понимание сущности наркотизма и гибельности потребления наркогенных веществ, в сочетании с умением противостоять наркогенному давлению среды. Это: недоверие к утверждениям о приятности и безвредности наркотиков; способность противостоять предложениям или принуждению испробовать тот или иной наркотик или вообще неизвестное вещество; стремление избегать общения с потребителями наркотических веществ; способность достигать душевного равновесия способами, совместимыми со здоровым образом жизни, не прибегая к употреблению психоактивных веществ.

*Наркогенная информация:* информация о тех или иных веществах из группы наркогенных, о вызываемом ими эффекте и способах применения, которая побуждает человека испытать на себе действие того или иного из этих веществ.

*Наркогенное (вариант – наркотическое) давление среды*: все то, в окружающем человека мире, что заставляет его начать потребление того или иного наркогенного вещества. Это: личный пример потребляющих; наркогенная информация – рассказы о приятности и утверждения о безвредности того или иного вещества и эффективности того или иного способа его применения, а также утверждения о «престижности» потребления; прямое принуждение к началу потребления (угрозы) – обычно в компании; бесплатное предложение вещества для первых проб.

*Наркогенное (вариант – наркотическое) заражение*: усвоение человеком информации в пользу начала потребления того или иного наркогенного (наркотического) вещества. «Зараженность» человека характеризуется фактом первой пробы им данного вещества.

*Наркогенная ситуация*: момент (моменты) общения, в который человек подвергается усиленному давлению в пользу пробы наркотического вещества. Это ситуация, в которой предлагают или заставляют закурить, выпить спиртное, употребить наркотик.

*Наркотический соблазн*: переживание человеком факторов наркогенного давления, возникающие под их влиянием желание и стремление испробовать наркотическое вещество; конкретное намерение сделать это; предвкушение эффекта.

*Эпидемиология наркотизма*: структура распространения наркогенной (наркотической) заразы. Это: источник заразы (наличие наркотика и деятельность распространителей); пути распространения (незаконный оборот наркотиков и наркогенное давление среды); восприимчивый контингент (все те, кто не обладает устойчивыми антинаркотическими барьерами).

*Наркомафия*: все те, кто наживается на незаконном обороте наркотиков. Это изготовители, распространители, сбытчики наркотиков. Серьезные дельцы наркомафии прекрасно отдают себе отчет в губительности наркотиков и сами их не употребляют. Среди мелких торговцев, напротив, немало наркоманов: стремясь заработать на очередную дозу наркотика, они становятся подручными более крупных дельцов.

*Наркотическая идеология*: система якобы научных утверждений о допустимости наркотических веществ и псевдонравственное осуждение запретов и ограничений на их оборот. Представляет собой эксплуатацию принципа «прав человека» в интересах наркомафии.

*Наркогенная преемственность поколений*: наркотизм существует с незапамятных времен. Это возможно потому, что старшее поколение передает следующему поколению опыт потребления наркогенных веществ (наркогенную информацию, наркогенные технологии, наркогенную идеологию, все это – в форме, соответствующей как этапу развития цивилизации, так и этапу развития наркотизма).

*Наркотическое рабство*: полная подчиненность помыслов и действий человека стремлению достать и принять очередную дозу наркотика с целью ввести себя в состояние опьянения и, по возможности, постоянно в этом состоянии находиться.

***Психоактивное вещество*.** Вещество, сходное с наркотическим по воздействию на организм, но официально может быть не отнесено к наркотическим. Понятие психоактивное вещество более широкое, чем наркотическое вещество. Все наркотические вещества являются психоактивными. К психоактивным веществам относят табак и алкоголь. Фактически многие курильщики табака страдают узаконенной токсикоманией, а алкоголь является общественно приемлемым одурманивающим средством.

***Психотропное вещество*** - термин, используемый в уголовном законодательстве для обозначения психоактивных веществ, которые не внесены в список наркотических препаратов (отнесены к указанной категории Комитетом по контролю за наркотиками).

*К психоактивным препаратам, которыми часто злоупотребляют, относятся:*

* Психостимуляторы: кустарно изготовляемые из препаратов от простуды «Coldact», «Trifed», «Эффект» (содержат катинон, псевдометкатинон, вещества, близкие к эфедрону), «винт», «первитин» (кустарно изготавливаемый из эфедрина метамфетамин, обладающий мощной способностью вызывать зависимость), контрабандные наркотики — метамфетамин, амфетамины, МДА, лекарственные препараты, содержащие эфедрин и т. д.
* ***Препараты, обладающие психотропными эффектами как психодизлептиков, так и стимуляторов либо опиатов:*** МДМА (Экстази), фенциклидин (РСР, жаргонное название «радужная пыль»).
* Психодизлептики: ЛСД, мескалин, псилоцибин, некоторые грибы, мускатный орех.
* Ингалянты: бензин, растворители, клей «Момент», закись азота, эфир, хлорэтил.
* Седативные, снотворные, анксиолитические препараты: средства для инъекционного внутривенного наркоза (оксибутират натрия, тиопентал натрия, калипсол и др.), транквилизаторы (диазепам, сибазон, реланиум, радедорм, мепробамат).
* Антигистаминные препараты и другие с выраженным холинолитическим эффектом: тарен, астматол, циклодол, димедрол, препараты красавки.
* Анальгетики, не внесённые в список наркотиков: трамадол и даже фенацетин.

**Глава 2. Признаки употребления наркотических веществ**

Педагоги дополнительного образования детей и молодежи при организации информационно-просветительской профилактической работы с родителями воспитанников должны быть хорошо осведомлены в вопросах профилактики асоциального поведения, употребления подростками психоактивных веществ. В этой связи важно знать основные признаки употребления подростками наркотиков, особенности их поведения, чтобы помочь родителям не упустить возможность вовремя предупредить беду.

Вызвать тревогу должны:

* специфические находки (порошки; необычные, неизвестные родителям и ранее не встречавшиеся им лекарственные препараты в таблетках, капсулах, ампулах; марки, не слишком похожие на почтовые; пузырьки; смятая фольга; иглы или шприцы);
* чайные или столовые ложки со следами подогревания на открытом огне;

Значит, надо ориентироваться на те признаки и симптомы, которые выявлены специалистами в процессе наблюдений за поведением наркоманов. В литературе описаны две основные группы таких признаков: поведенческие и физиологические.

*Поведенческие признаки употребления наркотиков* (некоторые авторы называют их *неспецифическими,* т.е. общими для всех наркотиков признаками, в отличие от специфических, появляющихся при употреблении наркотиков определенного вида) беспокоят внимательных родителей в первую очередь. Правда, их иногда расценивают как «вполне нормальные для переходного возраста». Вот эти признаки:

1. Нарастающая скрытность ребенка (возможно, без ухудшения отношений с родителями). Часто она сопровождается учащением количества и увеличением продолжительности «гуляний», когда ребенок уходит из дома в то время, которое раньше проводил в семье или за уроками.

2. Возможно, ребенок все позже ложится спать, и все дольше залеживается в постели утром. У него появляется сонливость или, наоборот, бессонница.

3. Падает интерес к учебе или к привычным увлечениям. До родителей, возможно, доходит информация о прогулах школьных и дополнительных занятий.

4. Ухудшаются память и внимание. Появляются трудности в сосредоточении на чем-то конкретном. В результате неизбежно снижается успеваемость.

5. Увеличиваются финансовые запросы, и молодой человек активно ищет пути их удовлетворения, выпрашивая деньги во все возрастающих количествах (если начинают пропадать деньги из родительских кошельков или ценные вещи из дома - это очень тревожный признак).

6. Появляются новые подозрительные друзья или поведение старых приятелей становится подозрительным. Разговоры с ними ведутся шепотом, непонятными фразами или в уединении.

7. Обращает на себя внимание появление неопрятности во внешнем виде, склонность к прослушиванию специфической музыки.

8. Настроение ребенка (это очень важный признак) меняется по непонятным причинам, очень часто не соответствует ситуации: раздражительность в спокойной ситуации или, наоборот, добродушность в скандале. Появляется болезненная реакция на критику.

9. Ребенок становится изворотливым, лживым, уходит от ответов на прямые вопросы.

10. Наконец, можно заметить следы инъекций (т.е. уколов) по ходу вен на руках. Насторожить может и тот факт, что ребенок стал носить одежду только с длинными рукавами независимо от погоды и обстановки.

Кстати, инъекции наркоманы могут делать себе не только в вены. И если Вы подозреваете, что ребенок «колется» и скрывает следы уколов, то, чтобы обнаружить их, лучше всего поступить так: завести его в отдельную комнату, задернуть шторы, закрыть дверь, включить свет ярче и заставить полностью раздеться. А затем осмотреть спереди и сзади с заведенными за голову руками. Не забудьте проверить ту кожу на голове, которая скрыта под волосами.

При ингаляции (вдыхании наркотиков через нос) следов уколов вообще не будет, значит надо ориентироваться на другие специфические признаки.

К физиологическим признакам употребления наркотиков относятся:

1) бледность или покраснение кожи;

2) расширенные или суженные зрачки;

3) покрасневшие или мутные глаза;

4) несвязная, замедленная или ускоренная речь;

5) потеря аппетита, похудение, а иногда - чрезмерное употребление пищи;

6) хронический кашель;

7) плохая координация движений (пошатывание или спотыкание);

8) резкие скачки артериального давления;

9) расстройство желудочно-кишечного тракта.

Эти признаки мы рассмотрим применительно к действию отдельных наркотиков.

Далее, может быть, Вам случайно доведется заметить у ребенка шприц, какую-нибудь сушеную траву, непонятный порошок, таблетки, бумажки, а иногда и денежные купюры, свернутые в трубочки, закопченные ложки, капсулы, жестяные банки, пачки лекарств снотворного или успокоительного действия. Не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это для уроков химии (или биологии) в школе, что «это принадлежит другу» и т.п.

Так что, если Вы обнаружили у ребенка что-то подозрительное, можете сравнить, похоже ли это на наркотики.

Надо, конечно, знать и признаки наркотического опьянения. Это поможет точнее сориентироваться в определении того, что происходит с подростком.

*Состояние наркотического опьянения напоминает алкогольное,* но без характерного запаха алкоголя изо рта. Общим признаком этого опьянения является *эйфория,* т.е. приподнятое настроение, безмятежное блаженство в сочетании с замедлением или ускорением мышления. Опьяневшие оживлены, веселы, общительны, болтливы, громко разговаривают, назойливы. Нередко возникает сексуальное возбуждение. Однако такое настроение неустойчиво и может внезапно сменяться недовольством. В ряде случаев наблюдается заторможенность мыслительных и мышечно-мускульных реакций, опаздывание с выполнением команд, оцепенелость, вплоть до полного отключения, отсутствие реагирования на обращения к ним.

Иногда при употреблении большой дозы наркотиков наступает полная потеря сознания на длительное время. Появляются расстройства координации движений: они становятся неточными, порывистыми, размашистыми. Опьяневший не может выполнять точные действия, характерно мелкое дрожание пальцев рук. Походка неуверенная, возможны пошатывание при ходьбе, резкие отклонения в сторону от направления движения. Мимика становится ярко выраженной. Речь смазанная, невнятная, «каша во рту», замедленная, с внезапными остановками, непоследовательная (легко перескакивает с одной темы на другую), излишняя жестикуляция. Возможны нарушения почерка *(учителям следует обращать на это особое внимание).*

Лицо опьяневшего напоминает маску (обвисшие губы, полузакрытые веки), зрачки расширены независимо от освещения, их реакция на свет вялая. В таком состоянии отмечается повышенная потливость, учащается или становится более редким пульс, появляется бледность или покраснение лица. Когда действие препаратов подходит к концу, наркоманы становятся вялыми, малоподвижными, безразличными к окружающему, пребывают в дремотном, заторможенном состоянии или впадают в глубокий сон. В это время (даже в дневное) разбудить их достаточно сложно.

Это лишь общие признаки, свойственные наркотическому опьянению в целом, возможно наличие и специфических, проявляющихся только при определенном виде наркомании. Знание уже их поможет максимально быстро отреагировать на ситуацию употребления подростком наркотиков и начать действовать.

**Часть 2. Основные подходы педагогов дополнительного образования к проведению с родителями информационно-просветительских мероприятий по профилактике употребления подростками психоактивных веществ**

Педагогический альянс семьи и школы, учреждений дополнительного образования, а также центров досуговой занятости детей и молодежи неизбежен и необходим. Согласованное взаимодействие родителей и педагогов в вопросах воспитания приносит свои положительные плоды. В вопросах первичной профилактики асоциального поведения несовершеннолетних откровенное, но не назидательное общение с родителями поможет выработать эффективную программу действий. Во многих образовательных учреждениях, учреждениях дополнительного образования родителей приглашают на праздники (Торжественное вручение паспорта, День школы, День семьи, День творчества, День здоровья), открытые уроки и смотры знаний, конференции и соревнования, спортивные мероприятия, творческие мастерские и т.д. Получают развитие родительские лектории, конференции, клубы, кружки, лекции, тренинги. Путей сотрудничества много, но начинается оно с родительского собрания. Интересное словосочетание: «совместная брань», то есть совместный разговор, беседа, столкновение разных точек зрения и поиск общего мнения.

**Глава 3. Работа с родителями: встречи и собрания**

Наших пап и мам необходимо обучать, как быть хорошими и эффективными родителями. На самом деле они искренне ждут от педагогов помощи в этом нелёгком и ответственном деле, учитывая то, что их никто этому не обучал и редко когда они видели модель конструктивных отношений в своей собственной семье. Когда самим родителям трудно признаться в том, что они в чём-то несостоятельны, то они особенно благодарны тому человеку, который смог их понять и поддержать в трудную минуту. Хорошо, если это будет воспитатель их ребёнка или педагог-организатор.

Княгиня Екатерина Дашкова считала вредным обычаем приглашать в дворянские семьи гувернеров-иностранцев и перепоручать им не только обучение, но и воспитание детей. Воспитание, по убеждению Дашковой, предполагает не только постоянное присутствие «родных и нежных друзей», но и удовлетворение страстного желания ребёнка разделить чувства, впечатления, знания с любящим сердцем. А в современном мире очень часто интуиция и материнское чувство безмолвствуют.

Конечно, если вы воспитатель или педагог-организатор, то вы можете быть заинтересованы в том, чтобы родители были увлечены вопросами воспитания собственных детей. Тем более – без родительского участия процесс воспитания невозможен или, по крайней мере, неполноценен.

На формальное проведение встреч в виде отчётов и поучающих бесед родители откликаются неохотно, что вполне понятно. Выход из этого положения видится в изменении форм и методов проведения родительских собраний, в основе которых лежит дискуссионная форма их проведения. Интересное словосочетание: совместная брань, то есть совместный разговор, беседа, столкновение разных и поиск общего мнения. Переход от монолога к диалогу требует от педагога большей подготовки, но и результат такой работы будет несоизмеримо выше. Подготовка к родительским встречам начинается задолго до их проведения и может включать в себя:

- межсемейные конкурсы;

- запись ответов детей на вопросы по теме на магнитофон;

- пожелания детей родителям и наоборот;

- изготовление с участием детей памяток и приглашений родителям;

- оформление благодарностей и характеристик на детей и т.д.

Однако педагогу важно понимать, что само собрание не является самоцелью, и подготовка к нему не должна вестись в ущерб ежедневной работе. Она должна стать частью этой ежедневной работы, естественной и плановой.

При оценке успеха или неуспеха проведённой встречи критерием является интерес родителей к воспитательному процессу. Дискуссионная форма проведения родительских встреч требует использования активных методов, помогающих длительное время поддерживать живой разговор. Это и музыкальное сопровождение хода собрания, создающее определённый настрой. Это и «острые» вопросы. Это и минуты самоанализа, когда каждый задумывается о своих взаимоотношениях с ребёнком. Это и работа с памятками, когда педагог передаёт свои знания родителям, не поучая их открыто. Это и слово-эстафета, дающая родителям возможность почувствовать друг друга. Это и сюрпризные моменты с участием сказочных (литературных) персонажей, оживляющие беседу. Это и оформление (включая световое) места проведения собрания, а также форма круга, где родители сидят все вместе.

Педагогу, ведущему собрание, предпочтительнее чётко представлять себе весь его ход. Он не должен затягивать дискуссии, стараясь вовлечь в них всех присутствующих. Важно лишь, чтобы эти дискуссии обязательно заканчивались мини-итогами. Педагогу необходимо самому уметь, прежде всего, слушать и находить ответы в высказываниях самих родителей. Он не должен публично упрекать родителей за пробелы в их воспитательной деятельности. Лишь доброе слово и совет способны вселить в родителя веру в него самого и в его ребёнка.

*Практический выход для педагогов дополнительного образования,*

*готовящихся к встрече с родителями*

Если вы готовитесь к родительскому собранию, то приведённые ниже советы педагога Ирины Хоменко могут помочь вам в том, чтобы встреча прошла тепло и по-дружески, и чтобы родители захотели снова к вам прийти в следующий раз. Чуткий, заботливый, гуманный педагог – это большая радость для родителей, доверяющих учителю своих детей.

* Обратитесь к воспитанникам после занятий в конце недели с просьбой передать родителям ваши добрые пожелания хорошего отдыха и весёлого настроения на предстоящие два дня. Проследите за реакцией детей.
* Сообщите родителям письменным способом ваши впечатления о первых успехах, поведении и особенностях характера ребёнка. Подчеркните ту сторону жизни ребёнка, которая бы могла быть изменена во имя повышения его успехов и самочувствия.
* Родителям нравится, когда педагоги через детей передают им именные приглашения, где указаны день, время и место встречи с примерной темой собрания.
* А ещё родителям нравится, когда собирают их не только для того, чтобы сообщить об успеваемости, поведении, но, например, с целью провести какую-то тематическую беседу по волнующим их самих и их детей проблемам.
* Поставьте перед детьми вопрос: «Умею ли я любить своих родителей?». Обсудите. Через некоторое время пригласите на встречу родителей. Предложите им ответить на аналогичный вопрос. Тоже обсудите. Выявите показатели любви, по которым ребёнок судит, любят ли его взрослые.
* Предложите родителям вспомнить то, что огорчало их более всего, когда они были маленькими, в родительской семье. С позиции этого воспоминания предложите оценить условия жизни их ребёнка в ими построенной семье.
* По окончании родительского собрания предложите создать бюллетень под названием «Что бы я сказал ребятам о достоинствах моего(ей) сына (дочери)». Вывесите этот бюллетень для всеобщего прочтения в учреждении на несколько дней. Проследите за реакциями детей. Укрепите общее мнение относительно достоинств каждого из детей.
* Посмотрите на своё расписание занятости. Оповестите через детей о дне индивидуальных встреч с родителями. Этот день должен быть удобным для вас. Сначала приглашайте поименно.

*Если вы беседуете индивидуально…*

Если вы готовитесь к индивидуальному разговору с мамой, папой, бабушкой или опекуном, то, где бы они ни проходили – в домашней обстановке, с глазу на глаз или на родительском собрании – рекомендуется следующее:

* начинать беседу следует с освещения положительных моментов, чтобы таким образом повлиять на отношение родителей ко всему дальнейшему разговору;
* уметь войти в положение родителей, не обвинять, например, за плохое поведение ребёнка, требовать улучшения положения (тогда как родитель в своей беспомощности даже не знает, как это положение исправить), но давать педагогические советы и рекомендации; причём эти советы надо так дать, чтобы родители их принимали;
* и спрашивать советов родителей о том, как лучше найти подход к их ребёнку, на какие моменты обязательно надо обратить внимание;
* надо избегать чрезмерных негативных характеристик ребёнка и его поведения, потому что родители часто воспринимают это как критику в свой собственный адрес;
* уметь выслушать критические замечания родителей в свой адрес и в адрес своих коллег, правильно взвешивать их обоснованность;
* избегать сравнения с другими детьми и другими семьями;
* не забывайте, пожалуйста, что слова теряют красоту, когда с ними обращаются невнимательно!

Педагог и постоянный автор статей журнала «Педология» Ирина Хоменко предлагает несколько советов воспитателям для того, чтобы поддержать и развить добрые отношения с родителями подопечных детей. Итак:

* Благодарите родителей за всё подряд. Много раз за одно и то же; всех за что-нибудь. Обязательно при всех. Благодарите воспитанников за их замечательных родителей. Благодарите бабушек и дедушек за то, что встречают детей из школы, помогают организовать праздники. Отдельно благодарите пап – за любой шаг навстречу ребёнку.
* Конечно, форма выражения благодарности может быть любой. Но особенно запоминаются благодарственные письма.
* Убедите родителей в своём искреннем желании разделить поровну ответственность за воспитание детей.
* Изучайте родителей (и других членов семьи) – их интересы, сферу профессиональной деятельности, их методы воспитания – не как маму Миши или папу Насти, а просто как взрослых и опытных людей, с которыми столкнула вас судьба. Возможно, среди них есть удивительные люди, и они станут известны другим благодаря вашему искреннему интересу.
* Учитесь у родителей, ведь педагог – это не всегда тот, кто знает больше, а тот, кто знает другое.
* Если вы проводите родительское собрание, привлекайте разные формы общения: лекции, семинары, педагогические практикумы, дискуссии, тренинги, конференции, психолого-педагогические консультации.
* Никогда не упрекайте родителей, не посещающих встречи, это не способствует их желанию встречаться с вами чаще. Всегда искренне (без сарказма!) радуйтесь их появлению на мероприятиях.
* Обязательно называйте родителей по имени и отчеству, не говорите «мама Миши Петрова». Иначе может создаться впечатление, что родители значимы для вас только в этой роли.
* На собрании старайтесь говорить о проблеме, а не о конкретном ребёнке. А вот хвалите – персонально и обязательно всех. Найдите несколько тёплых слов для каждого ребёнка. Дети меняются, взрослеют, осваивают новые области. И часто успешнее, чем кажется на первый взгляд.
* Особенно эффективно, если вам удастся проанализировать, чего достигли воспитанники с момента вашей последней встречи с родителями, а в чём им так и не удалось поднять планку. Выявление проблем должно быть конструктивным: вот есть проблема; для её решения неплохо было бы сделать то-то и то-то; со своей стороны я постараюсь, а вы со своей попробуйте…
* Когда родителям предлагается посильная и конкретная модель приложения своих родительских ресурсов, то отдача повышается. Потому что пошаговые целенаправленные действия всегда приносят позитивные результаты. Повышают заинтересованность родителей. Они чаще обращаются к вам за советом, а вы, в свою очередь, получаете прекрасную возможность проследить за развитием ребёнка в семье.
* Старайтесь не критиковать действия коллег, соблюдайте профессиональную этику, даже если у вас иная точка зрения.
* При необходимости попросите родителей об оказании какой-либо помощи, подробно объясняйте, почему вы не можете обойтись без них, просите предложить другие варианты решения проблемы, охотно обсуждайте их.
* Приглашая родителей в учреждение, спросите себя: что я хочу получить в результате? Если просто выговориться, осудить действия ребёнка или методы воспитания родителей, то этот путь неэффективен. Попробуйте найти конструктивное решение, ведь это облегчит, прежде всего, вашу работу.
* Не полагайтесь на слухи. Говорите только о достоверно известных фактах, не поощряйте ябедничество.
* Говорите о конкретных вещах, старайтесь не употреблять неопределённых выражений типа «плохо себя ведёт», «не хочет заниматься». Тогда родителям будет легче проконтролировать дальнейшую учебную деятельность ребёнка.
* Предлагая возможные способы решения проблемы, не провоцируйте взрослых на насилие, когда закончится «разбор полётов», этим вы лишь настроите детей против себя. Как результат: дети будут стараться скрыть от родителей дату очередного собрания.
* Заканчивая встречу, спросите себя: оправдались ли мои ожидания от этой встречи? С каким чувством родители уходят домой? Как посмотрит на меня воспитанник завтра?

Развитие ребёнка – сложный, неоднозначный процесс. Куда приведет его та дорога, которую он, пыхтя и отдуваясь, неуклонно преодолевал, опираясь на ваши и родительские руки? Ведь когда тебя поддерживают с двух сторон, как-то надёжнее…

Подготовка к собранию играет значительную роль. От тщательно спланированных педагогических действий зависит успех собрания, результативность совместных усилий.

*Этапы подготовки к собранию:*

* Определяем тему (стараемся заключить в ней проблему, учитываем её актуальность для данного класса и возраста) и цель собрания.
* Собираем необходимую информацию по теме: обязательно от теоретических знаний переходим к практическому общению. Например, проводим анкетирование воспитанников; предлагаем высказать своё отношение к проблеме.
* Готовим проект решения собрания (это позволит выстроить перспективу совместных действий).
* Назначаем дату и время проведения собрания (стараемся, чтобы нам не помешали какие-либо праздничные события, телепередачи и т.д.).
* Направляем приглашения родителям (обязательно обращаемся по имени-отчеству, сообщаем тему, примерный регламент).
* Продумываем оформление комнаты к собранию: размещаем информацию о воспитанниках, оформляем выставку, демонстрируем видеозаписи (слайд-шоу) о делах ребят до начала собрания.

Встречаем всех приветливо, предлагаем занять удобное место, знакомим вошедшего с присутствующими.

*Примерные темы родительских собраний, содержащих вопросы профилактики*

*Для родителей воспитанников младшего возраста:*

* Как сохранить здоровье ребёнка?
* Откуда приходят вредные привычки?
* Зачем нам нужны семейные традиции?
* Права и обязанности: как их подружить?
* Давайте жить дружно!

*Для родителей воспитанников среднего возраста:*

* Учимся слушать и слышать друг друга
* Научите ребёнка говорить: Нет!
* Трудности переходного возраста
* Правда об алкоголизме и курении
* Курение - враг невидимый и коварный

*Для родителей воспитанников старшего возраста:*

* Всего одна рюмка…
* Словом можно спасти…
* Наркотики нас не коснутся?
* Взрослые шалости взрослых детей
* Трудности проблемы выбора

Поводом к родительскому собранию или конференции может стать событие в учреждении, городе, стране; публикация в газете, телепрограмма, календарный праздник. Главное, чтобы тема для разговора была интересной для всех участников.

*Советы педагогу для проведения родительских собраний на профилактические темы:*

* снять собственное напряжение и тревогу перед встречей с родителями;
* главное – насыщенная аргументами, доходчивая информация;
* воздействуйте на эмоции и чувства через живые примеры;
* с помощью речи, интонации, жестов и других средств дайте родителям почувствовать ваше уважение к ним и важность поднятой темы;
* правильно определите проблемы, наиболее волнующие их. Убедите их в том, что у школы и семьи одни проблемы, одни задачи, одни дети;
* разговаривать с родителями следует спокойно и доброжелательно. Важно, чтобы родители всех учеников – и благополучных, и детей «группы риска» – ушли с собрания с верой в своего ребенка, желанием действовать, и знанием как действовать.

Родители должны понять: тема не может быть непозволительной в семье, о наркотиках, алкоголе нужно тактично и доходчиво говорить с детьми;

* результатом вашей совместной работы на родительском собрании должна стать уверенность родителей в том, что в воспитании детей они всегда могут рассчитывать на Вашу поддержку и помощь специалистов (социальный педагог, психолог).

**Глава 4. Организация тематических родительских вечеров**

Родительские вечера – специальные проекты совместной профилактической работы педагогов и активных родителей. Родительские вечера могут проводиться в разнообразных формах на следующие темы: «Скрытые зависимости», «Функция родительского примера», «Стили воспитания, способствующие и препятствующие зависимости», «Как поговорить с ребенком / подростком на трудную тему», «Как можно предотвратить употребление наркотиков детьми», «Семейный совет», «Право голоса ребенка в семье», «Как решать конфликты с ребенком / подростком», «Как воспитать самостоятельного и ответственного ребенка», «Ценность здоровья», «Мой ребенок и компания сверстников», «Почему так важно обучать наших детей умению говорить «нет»?», «Почему так важно обучать наших детей умению говорить «нет»?».

Готовят и проводят родительские вечера педагоги дополнительного образования с группой активных родителей воспитанников. На вечер приглашаются все родители воспитанников. Иногда необходимо участие волонтеров, специалистов по профилактике зависимостей, врачей, сотрудников правоохранительных органов, представителей других поддерживающих организаций.

Некоторые родительские вечера только организуются педагогом и активистами-родителями, а беседу (дискуссию, тренинг) проводят специалисты.

*Тема: «Скрытые зависимости»*

Базовая информация (для педагога): Скрытыми зависимостями принято считать те формы зависимого поведения в обыденной жизни людей, которые не влекут за собой явные медицинские последствия. Однако, присутствуя в поведении родителей, они могут копироваться детьми как готовые шаблоны будущего зависимого поведения. Неважно, что такими скрытыми формами зависимости могут выступать безобидные пристрастия родителей к каким-то лакомствам, формам развлечений (например, сериалы), формам деятельности (например, «работоголики» или «компьютероманы»). Важно то, что ребенок копирует модель обращения с чем-либо (что может быть уже не настолько безобидным), модель потребительского поведения, приносящего удовольствие и приводящего к зависимости от чего-либо. Эти скрытые зависимости у взрослых людей могут выглядеть и как бесконтрольный прием медикаментов по любому поводу, как пристрастие к кофе, к перееданию, что, несомненно, может обернуться проблемами со здоровьем. Для ребенка – это пример обесценивания здоровья. Такие привычки взрослых, как курение и употребление спиртных напитков, всеми без исключения считаются «плохими примерами» для детей, но тем не менее большинство взрослых не отказываются от них только из-за того, что «это может принести вред моему ребенку».

Несмотря на то, что все взрослые осознают, что их плохие привычки могут нанести вред детям, никто не считает, что профилактика зависимостей у детей должна начинаться с борьбы со своими зависимостями.

Информация для родителей: Мы можем от многих вещей получать удовольствие: от веществ, которые мы передаем своему телу (напитки, продукты питания, сладости, табак и т.д.), или от видов деятельности и событий (игры, хобби, занятия спортом, танцы, чтение газет, просмотр телепередач, работа, поддержание связей и т.д.). Мы можем злоупотреблять такими веществами и видами деятельности, привыкать к ним или стать от них зависимыми.

Об удовольствии мы говорим тогда, когда мы что-то потребляем или делаем то, в чем не обязательно нуждаемся, но что нам, однако, нравится, потому что оно в силу своего приятного воздействия дает нам кратковременное удовлетворение.

*Признаки удовольствия:*

* беспрепятственность потребления или деятельности;
* случайные (нерегулярные) действия;
* как правило, это умеренные действия (качество важнее количества);
* приятное воздействие;
* чувство удовольствия, радости, облегчения, комфорта, удовлетворения, опьянения и т.д.

Под злоупотреблением мы понимаем телесно, психически или социально вредный способ использования каких-то вещей или вредное для человека поведение.

Разовое злоупотребление, как правило, не имеет последствий. Частое злоупотребление какими-либо средствами или способами поведения связано с определенными функциями, например, поднимает настроение, освобождает от забот и т.д.

Важный признак привыкания – это повторение: определенная регулярность действия и всегда его одинаковая форма (например: после окончания работы пойти выпить пива, во время каждого перерыва пить кофе, после еды – чистить зубы). Это означает, что мы уже так привыкли к определенным способам поведения или средствам, что просто не можем от них отказаться. Однако усилием воли можно изменить поведение.

Зависимость представляет собой болезненное конечное состояние привыкания к каким-то средствам или способам поведения. Зависимость характеризуется хроническим уклонением от кажущихся неразрешимыми конфликтов и от напряжения.

Зависимые люди страдают от непреодолимого желания принимать какое-то вещество, вызывающее зависимость, часто в возрастающих дозах. Они больше не в состоянии освободиться от этого влечения.

*Признаки зависимости:*

* волевое влияние на зависимое поведение утрачивается (потеря контроля);
* принуждение к повторению;
* сверхмера, безмерность употребления;
* увеличение дозы;
* разрушающие воздействия: телесные, и/или психические, душевные (недомогание, внутреннее беспокойство, дрожь, рвота, бессонница и т.д.), и/или социальные;
* сужение интересов: жизнь вращается в большей степени вокруг средств зависимости или зависимого поведения.

Итак, когда мы говорим о средствах зависимости или зависимом поведении, мы имеем в виду не только определенные вещества или действия, но и тип того, что потребляется, или способ того, что делается. Это не касается понятий «средства удовольствия», «удовольствие» или «опьяняющие средства», «анестезирующие средства», «лечебные средства». Если человек сидит за стаканом вина, мы не знаем, просто ли он наслаждается этим вином, злоупотребляет ли им, чтобы поднять свое настроение, пьет ли он по привычке каждый вечер два стакана или же он пьет потому, что он от этого зависим.

Вследствие этого и наркотики тоже являются средствами и удовольствия, и зависимости. В зависимости от употребления они могут быть и тем, и другим. Понятие «наркотик» подразумевает вещество, которое действует на центральную нервную систему (мозг) и которое своим химическим составом изменяет структуру и функцию живого организма. К наркотикам относятся, помимо нелегальных средств, таких как гашиш, марихуана, кокаин, героин, также и легальные — алкоголь, никотин, кофеин, психоактивные медикаменты (например, снотворные, болеутоляющие, возбуждающие средства).

В настоящее время наркотиками считаются лишь нелегальные вещества. В соответствии с культурой, духом времени и политическими интересами различные вещества объявляют легальными или нелегальными. Легальность (законность), а также нелегальность сами по себе ничего не говорят об опасности того или иного средства для здоровья.

Цель родительского вечера: предоставить родителям воспитанников возможность в полной мере осознать свои скрытые зависимости и побудить их расстаться с вредными привычками.

Подготовка: педагог на основе базовой информации и информации для родителей готовит вопросы к фокус-группе с родителями, проявляющие скрытые зависимости и отношение к ним.

Несколько импульсов для каталога вопросов:

* Я нахожу преждевременным говорить о зависимостях с моим ребенком (младшая/средняя ступень).
* После выполнения домашних заданий и посещения музыкальной школы мой ребенок может смотреть телевизор вместе с нами.
* Когда мой ребенок грустит, то ему хочется новую игрушку или шоколадку, чтобы преодолеть это чувство.
* Мы никогда не употребляем алкоголь при нашем ребенке.
* Вряд ли ребенок может стать зависимым от сладостей.
* Я должен согласиться, что не знал, что дети тоже могут быть зависимы.

Активные родители приглашают родителей остальных воспитанников на встречу в учреждение. На предварительной встрече с активистами педагог просит их подготовить для вечера маленький «буфет» продуктов, приносящих удовольствие формирующих зависимость. Могут предлагаться сигареты, вино, шоколад, соленые орешки, сладости, но также и компьютерные игры, карты, газеты и другие «скрытые маленькие зависимости».

Проведение:

Родителям предоставляется возможность познакомиться друг с другом и попробовать создать более доверительную и дружескую атмосферу для последующей совместной работы.

После того как родители побеседовали, попробовали то, что представлено в «буфете», может начинаться работа.

Родителей приглашают принять участие в фокус-группе. При обсуждении вопросов может использоваться следующая форма:

Вопросы по одному записываются на листах для проектора (или на ватмане). Каждый вопрос после обсуждения заменяется следующим. Родители должны высказаться по каждому вопросу. Родители, которые согласны с настоящим высказыванием, должны передвинуться вправо, а те, кто не согласен, – влево, те, кто разделяет то и другое мнение, помещаются в середине.

Далее ведущий руководит обсуждением и спрашивает мнение каждой группы.

Возможные направления:

1. В итоге может выясниться, что родители больше хотели бы знать о зависимостях, связанных с отказами от еды, с похуданием и с избирательным питанием. Представителям родителей (и/или активным родителям) поручается пригласить специалиста на следующую встречу (такими нарушениями питания занимаются психиатры и психотерапевты).

2. Родители хотели бы вместе выработать лист наблюдения, который бы давал им возможность совместно с ребенком анализировать, когда, почему, сколько и где он потребляет сладости (такому ведению поведенческого дневника могут научить психологи или психотерапевты).

3. Родители хотели бы дома вместе с детьми провести «здоровую паузу» (отказ от всех скрытых зависимостей, например, в течение одного дня или недели).

Похожим образом могут начинаться и другие тематические родительские вечера. Родителям могут предлагаться также и такие вспомогательные средства, как, например, литература (указатели), информационные брошюры и вкладыши с адресными списками консультативных учреждений.

Участие специалистов является ценным и рациональным дополнением родительских вечеров.

*Тема: «Функция примера родителей»*

Подготовка:

Заранее на доске (стенде, ватмане) были написаны различные темы, касающиеся вопросов воспитания. Родителей просили указывать те темы, которыми они заинтересовались и с которыми хотели бы поработать. Несколько основных положений темы «Функция примера родителей» включается в приглашение на родительский вечер.

Например: Ясно, что вопросы реализации профилактики зависимостей адресуются сначала и прежде всего к нам, взрослым, так как именно мы создаем у наших детей представление об окружающем мире. Поэтому-то профилактика зависимостей начинается с нас самих. И это значит, что никто другой, а только мы сами должны думать о себе. Мы сами способствуем тому, чтобы дети отражали наши модели поведения. Мы являемся примерами для детей, и они подражают нам. Мы не можем утаить от них, например, то, что мы курим, и это будет влиять на них. И то, что мы время от времени становимся слишком требовательными, хотя сами имеем недостатки и слабости, также не остается скрытым от детей. Все мы – люди и не всегда можем быть совершенными.

Не отражая себя самого, признавая что-то только наполовину и желая превратить себя в абсолютно безупречный образец, мы не можем скрыть от детей себя настоящего и тем самым обучаем их так же точно относиться к своим слабостям.

Проведение:

Этот родительский вечер дает родителям возможность вместе обсудить основные положения темы. Он может начинаться с группового обсуждения (дискуссия).

Далее приглашенный специалист (консультант по профилактике) рассказывает о различных аспектах функции родительского примера, примера педагогов и других окружающих ребенка людей (например, братьев и сестер). Сюда же могут включаться и следующие аспекты, например:

* роль примера и правила решения конфликта;
* роль примера и правила совместной жизни;
* роль примера и правила проведения беседы с детьми/подростками (или: как дети учатся тому, что говорить о чем-то родителям или педагогу опасно).

Вопросы обсуждаются со специалистом. Специалист или руководитель родительского вечера дает адреса консультаций по вопросам воспитания.

**Глава 5. Сценарии родительских собраний и встреч, направленных на формирование позитивных межличностных отношений с детьми и профилактику у них асоциального поведения**

*Подготовка к родительскому собранию «Я тебя люблю!»*

Цель: формирование мотивации учащихся к раскрытию своих чувств перед родителями и формирование желания детей, чтобы родители пришли на собрание.

Оборудование: вырезанные из цветного картона бабочки (по количеству учащихся); фломастеры и цветные карандаши.

Беседа с детьми.

Подготовка к собранию начинается со встречи с теми детьми, чьи родители придут на собрание. С ребятами веду разговор о наболевшем. Спрашиваю, каково им живётся вместе с родителями, что волнует, о чём они думают. Если это подростки, то чаще всего замечания сводятся к тому, что родители их «не понимают и понимать не хотят».

Задаю вопрос: «А хотите ли вы, чтобы я побеседовала с вашими мамами и папами о том, что вас тревожит, а сами вы не знаете, как им об этом сказать? Я могу подготовиться к такому разговору. Что вы хотите, чтобы я им сказала?»

Ребята всегда соглашаются, так как грани недоверия между мной как психологом и ими давно стёрты тренингами и другими массовыми мероприятиями. Тогда я вслух начинаю беспокоиться, что родители не придут на собрание. «Что же делать?» – спрашиваю. В конце концов все сходятся на том, что те, кто хочет, чтобы их родители пришли на встречу со мной, сами их заблаговременно предупредят.

Никакого принуждения со стороны педагога, я только говорю ребятам, что после моего собрания родители всегда приходят в хорошем настроении, причём я не преувеличиваю.

После этого я рассказываю ребятам историю.

«Когда я сама была такой же, как вы, я с родителями жила в северном городке Радужный. Я училась тогда в седьмом классе и помню, как к нам на урок английского языка пришла любимая учительница Наталья Георгиевна. Она в том году не вела у нас язык, а приходила только на замены, если заболевал «основной» учитель.

Так случилось и в тот день. Мы искренне этому радовались. Но Наталья Георгиевна была чем-то расстроена и никак не могла начать урок: не глядя на нас, она нервно ходила взад-вперед, застывала на месте, снова начинала ходить. Потом вдруг остановилась и тихо произнесла: «Ребята, мне сегодня очень-очень плохо». В её глазах стояли слезы. Весь класс замер. И она продолжала говорить вроде с нами, а вроде как бы сама с собой: «У меня на Большой земле умирает мама, и я никак не могу к ней вылететь. Поэтому сейчас могу думать только об этом. И вот я всё думаю, думаю, и мне становится ещё хуже. Я в отчаянье. А знаете почему? (Мы неотрывно смотрим на нее и отрицательно качаем головами). Я вспомнила уже всю свою жизнь, всю нашу жизнь. Как мы с ней жили, как она заботилась обо мне, о чём мы с ней говорили. И вдруг я поняла, что за всю жизнь я ей так и не сказала самых главных, самых простых и важных слов. Я ей так ни разу и не сказала, как я её люблю. И мне надо успеть прилететь, мне обязательно надо успеть сказать, как я её люблю! Ребятки, милые, пока ваши родители рядом с вами, успевайте сказать им о том, что вы их любите, чтобы вам потом не было так же больно, как мне!» По её щекам текли слезы.

С того урока прошло много времени, но даже если я одна из всего класса запомнила слова, сказанные Натальей Георгиевной, тот урок не прошел зря. Я помню о нём всегда. Вот я и хочу у вас спросить: давно ли вы говорили своим мамам и папам, что вы их любите? А хотели бы сказать им о своих чувствах?»

Кто-то говорит, что «говорил вроде бы», кто-то просто не помнит, а кто-то уже не может им об этом сказать. И тогда я предлагаю свою помощь в «признании в любви» своим родителям. Я достаю из красивого пакетика изящных разноцветных бабочек, которых я заранее вырезала, и раздаю каждому по одной бабочке, цветные карандаши и фломастеры. У ребят на лицах удивление.

«Вы можете внутри этой бабочки написать слова любви своим дорогим людям, тем, кто даровал вам жизнь. Может быть, попросить прощения, поблагодарить за что-нибудь, написать пожелания. А снаружи напишите, от кого она, чтобы я не запуталась, когда буду вручать «вашу любовь», — объясняю я.

Все без исключения дети с такой теплотой и улыбками на лицах пишут в «бабочках» признания, что мне всегда приятно в такую минуту смотреть на них.

*Сценарий родительского собрания «Я тебя люблю!»*

Цель: формирование мотивации на преобразование взаимоотношений между родителем и ребёнком.

Оборудование: 6 шарфов, плакат «Кувшин чувств», подписанные «бабочки», плакаты с высказываниями о родительской любви, памятные листы со стихами и цитатами, книга Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?».

Время проведения: приблизительно 1 час.

Я начинаю с вопроса: «Скажите, пожалуйста, а что значит, в вашем понимании, любить своего ребёнка?»

Кто-то говорит, что любить своего ребёнка — значит заботиться о нём, интересоваться его жизнью, возить его отдыхать, покупать еду и вещи... А в последнее время я всё чаще слышу, что любить своего ребёнка – это говорить ему: «Я тебя люблю!»

Да, именно эти слова ребёнок хочет слышать из уст своих самых близких людей. Это очень важные слова, они питают всё существование малыша, а потом и существование повзрослевших юноши и девушки. Родительскую любовь впоследствии они переносят во вновь созданные семьи. Их необходимо слышать каждому человеку в своей жизни, и не раз.

Однажды ко мне на консультацию пришёл мальчик, и я спросила его, когда последний раз родители говорили, что любят его. Он спокойно мне ответил, что вчера, и мама и папа.

– А кто еще живет с вами? – спрашиваю я.

– Бабушка и дедушка, – говорит мальчик.

– А они давно признавались тебе в любви? – снова интересуюсь я.

– Вчера... – отвечает он.

– А что вчера было? – искренне удивляюсь я.

– День рождения!

Как-то на одном собрании мама взбунтовалась и решительно начала опровергать слова о том, что ребёнку необходимо говорить о любви, утверждая, что это вредно и расхолаживает детей. «Я вот своим детям никогда не говорила и не собираюсь их баловать таким образом!» – заявила женщина.

Что самое удивительное, после собрания она осталась, чтобы всё же убедить меня в том, что я не права. В ходе беседы я узнала от Галины (так зовут эту женщину), что она единственная дочь своих пожилых родителей (отец сейчас серьёзно болен), что они никогда не говорили ей о любви, и она никогда не ждала этих слов. Её «прекрасно воспитали», и она так же своих детей воспитает.

Тогда я предложила ей разыграть сценку, будто бы я – это её больной папа, а она долго отсутствовала и решила навестить родителей, которые живут недалеко от Тюмени. Женщина согласилась. Я (больной отец) устроилась полулежа на стуле и прикрыла глаза. В двери постучались, и в комнату вошла «моя единственная дочь Галя»:

– Галочка, девочка моя, приехала, – приподнимаясь на руке, говорит отец. – Дай я на тебя погляжу. Садись, садись рядом. Вот так, ближе.

– Как ты, папа? – спрашивает Галя. – Как чувствуешь себя?

– Плохо, деточка, плохо. Видно, немного мне осталось.

– Папа...

– Подожди, доченька, я тебе сказать что-то хочу. Я уже давно лежу тут и о многом передумал: о жизни вспоминал, о маме, о тебе. И вот что я понял: ты мне очень дорога, ты – единственный мой ребёнок, я дал тебе всё, что мог, но за всю свою жизнь я не сказал тебе самых главных, самых важных слов: о том, что я тебя люблю! И я не хочу умирать, так и не сказав тебе этого. Я люблю тебя, деточка, всегда любил, но никогда тебе не говорил этого.

Как она разрыдалась на моем плече! Она всю жизнь ждала и до сих пор ждёт этих слов от своего отца, которого очень любит, и все же обрекает на это тяжелое ожидание своих детей. Зачем?

Почему некоторые родители не любят своих детей?

Причин может быть несколько. Например, ребёнок появился на свет «незапланированным». Родители его не ждали, хотели пожить «в своё удовольствие». И вот теперь он им не очень нужен. Или они мечтали о мальчике, а родилась девочка.

Часто случается, что ребёнок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения. Например, он похож на отца, с которым мать в разводе, и некоторые жесты или выражение лица вызывают у нее глухую неприязнь.

Серьёзные причины могут скрываться и за усиленным «воспитательным» настроем родителя. Это может быть, например, стремление компенсировать свои жизненные неудачи, неосуществившиеся мечты или желание доказать супругу и всем домашним свою крайнюю необходимость, незаменимость, тяжесть бремени, которое приходится нести.

Вследствие этого могут возникнуть негативные эмоциональные проявления у ребёнка. Как они выглядят и в чём психологические причины их появления?

«Кувшин чувств»

|  |  |
| --- | --- |
| Давайте представим, что наши чувства и эмоции – это некий сосуд.На дне сосуда находится самое главное его содержимое, и когда нам хорошо, то сосуд невозможно выплеснуть. Когда же нам плохо, то из него льётся, как говорится, через край. |  |

Рис. 1

«Ребёнок-статуя»

Что, значит, принимать ребёнка безусловно? Это, значит, любить его просто потому, что он есть, ведь когда он родился, родители ничего от него не требовали и не ждали. Они просто хотели, чтобы он был здоровенький и счастливый, улыбались ему, качали его, обращали на него внимание всякий раз, когда это было ему необходимо.

А сейчас он подрос, и отношение к нему меняется – это верно. Но, бывает, настолько, что трудно поверить, что он для родителей в радость.

Я предлагаю родителям разыграть сценку, которая называется «Статуя ребенка», с тем, чтобы воочию убедиться, насколько и в какой мере изменяются тон голоса и содержание слов, произносимых родителями.

Для этого нужен один желающий, который сыграет роль ребёнка.

Когда вызвавшийся родитель выходит сыграть роль ребёнка, я ему предлагаю выбрать себе среди присутствующих любого человека, в котором он увидит поддержку. Затем я прошу встать поддерживающего за спиной «моего ребёнка», приложить руки к его спине и ни в коем случае не отпускать их во время всего действия.

Затем я делю присутствующих примерно на шесть групп и прошу каждую запомнить фразы, которые я буду произносить во время игры. Я буду говорить, какие фразы принадлежат какой группе (выделены жирным шрифтом).

Ты – моя маленькая дочь, моя первоклассница. Мы с тобой спешим в школу, нам надо успеть на автобус. А ты очень энергичный ребенок, очень любознательный, задающий кучу вопросов, даже в тот момент, когда мы вприпрыжку идем к автобусу. Я беру тебя за руку, и мы побежали.

– Мама, а что там такое, посмотри! – говоришь ты.

– Некогда, смотри под ноги, вечно спотыкаешься! Что ты крутишь головой? Смотри на дорогу. Перестань глазеть! – я тебе отвечаю.

И в этот момент, как только я произношу подобную фразу, ребёнок может воспринять её буквально – он закрывает глаза, как приказала мама. (Я достаю шарфик и завязываю дочери глаза.) И мы дальше спешим в школу. Забегаем в автобус, и я встречаю там свою подругу, начинаю с ней обсуждать прошедший день. Дочь внимательно слушает, а потом говорит:

– Мама, мама, ты слышала, как пропела птичка? А кто такой дядя Юра?

– Ты что вмешиваешься во взрослый разговор? И вообще, ты чего уши развесила, как не стыдно подслушивать! Закрой быстро свои уши!

(После этой фразы я завязываю девочке уши шарфиком.) Мы выходим из автобуса, распрощавшись с моей подругой, и бежим по дороге. При этом я постоянно поглядываю на часы, чтобы не опоздать.

– Ой, какой сегодня день, будет здорово! Мам, меня Машка ждёт, я ей пообещала принести ластик, тот, что...

– Отстань! Ты что разболталась, некогда сейчас, мы опаздываем. Да можешь ты, в конце концов, помолчать! Быстро рот закрой!

(Я завязываю рот ещё одним шарфиком.) Хватаю ребёнка за руку, и мы двигаемся дальше. Девочка уже молчит, но начинает поднимать на ходу какую-то веточку. Я бью её по рукам и говорю, какая она непослушная:

– Что у тебя за руки, что ты их всё время куда-то суёшь, не можешь без этого! Выброси, я тебе сказала! Убери руки!

(Завязываю руки шарфиком.) Но тут дочь начинает скакать, задирать ноги. Я в ужасе кричу на неё:

— Ты где этому научилась? Это ещё что такое? Перестань дрыгать ногами! Стой смирно!

(И в этот раз я завязываю ноги.) Я смотрю на часы, нервничаю, что мы не успеваем, и начинаю подгонять дочь:

– Что ты тянешься, копуша, делай шаг шире, ты что, ходить разучилась? Иди быстрее! Дай руку! Не руки, а крюки – ни писать нормально, ни держать ничего не умеют! Гляди на дорогу, не спотыкайся, что ты как слепец идешь! Да не молчи ты, я с тобой разговариваю, глухомань!

(И в этот момент я прошу всех в кабинете произносить громко те фразы, которые принадлежат им.) Ребёнок начинает хныкать. Я уже почти ору на неё:

– Что ревёшь?! Что ты плачешь, я тебя спрашиваю, ворона. Нечего реветь! Позоришь только меня! Я кому сказала – перестань реветь, ты слышишь меня!

(На этих словах я очень сильно перевязываю живот.) И продолжаю пилить свою дочь за то, что она ничего не умеет.

Я недовольна всем, что она делает, будто позабыв о том, что сама же всё ей завязала, да ещё хочу, чтобы у неё все получалось, и причём – обязательно хорошо.

Затем я спрашиваю у дочери, что ей хочется развязать. Чаще всего – это живот, так как он туго перевязан, и это самое «больное место». Ей все запретили, да ещё и плакать нельзя, то есть наложили запрет на чувства. Ребёнку это труднее всего перенести. Каждый имеет право чувствовать то, что он чувствует. Но родители часто способны отобрать это право.

Затем я развязываю по очереди то, о чём просит «девочка». И, когда все уже развязано, я спрашиваю её о том, что она чувствовала на протяжении всего действия? О чём она думала? Каково ей было, когда все вокруг начали приказывать ей?

Звучат слова о душевной боли и очень часто о ненависти к матери и к залу, людей в котором я просила произносить громко определённые фразы. Спрашиваю, что являлось поддерживающим моментом в сценке, что помогало вынести несправедливые слова матери? Оказывается, – тот человек, который стоял сзади и всё время поддерживал.

Потом я спрашиваю о мыслях и чувствах этого человека. Предлагаю поблагодарить его за оказанную помощь тому, кто её получал на протяжении всей сценки. «Ведь очень часто в жизни это бывает посторонний человек. И хорошо, что он оказывается рядом в нужный момент. А каково тому ребёнку, у которого даже такой поддержки нет?»

Я благодарю «поддержку» и прошу занять место в зале, а затем беру за руку того родителя, который исполнял роль ребёнка, и говорю: «Вот в такое состояние мы вгоняем своего родного мальчика или девочку и при этом преследуем благородные цели воспитания. Ребёнку невыносимо слышать такие слова от родных папы и мамы, но ведь бывает и так, что такие слова он слышит и не от родных, а от чужих людей: от прохожих, от друзей, от учителей. Что тогда делать? Как себя вести? Что предпринять?»

«Объятия»

Если вы видите своего ребёнка в таком состоянии, первое, что вы можете и должны сделать, – это обнять его, прижать к себе и держать возле себя столько, сколько нужно ребёнку. (Я обнимаю того родителя, который исполнял роль моего ребёнка.) Когда ему будет достаточно, он сам отойдёт.

При этом вы ни в коем случае не похлопывайте его по спине и не поглаживайте, будто бы «всё это такие мелочи, что до свадьбы заживёт». Вы просто его обнимайте. Если это подросток и он уже не даёт себя обнять, то можно посидеть рядом, подержав его за руку.

Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендует обнимать ребёнка несколько раз в день. Она считает, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! А для того, чтобы ребёнок развивался интеллектуально, – 12 раз в день! И между прочим – не только ребёнку, но и взрослому.

Говорят, что руку ребёнка надо держать до тех пор, пока он её сам не отнимет. Ребёнок должен знать, что родители его всегда поймут и примут, что бы с ним ни случилось.

Ребёнку подобные знаки безусловного приятия особенно нужны, как пища растущему организму. Они питают его эмоционально, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

«Мам, а ещё можно?»

Когда я проходила тренинг эффективного взаимодействия у Ю.Б. Гиппенрейтер, там было принято в конце дня получать домашние задания, а наутро рассказывать, как его выполняли.

В нашей группе была молодая женщина, которая рассказала свою историю: «Муж уже привык к странностям моей профессии, особенно его радуют на тренинге мои домашние задания. Он из простой семьи, где прикосновения друг к другу привычны. У нас же это никогда не приветствовалось, поэтому мне это не нравится. А ему – необходимо. И я чувствовала, что ему в этом отношении со мной тяжело...

Вот вчера прихожу я домой, а он спрашивает: «Ну, что на сегодня задали?» Я сказала, что надо всех в семье обнять. Он чуть не подпрыгнул от восторга. В коридор выбежали сыновья-погодки (4–5 лет) с вопросом: «Что случилось?» Папа радостно им ответил, что маме дали задание всех обнимать. «Вот сейчас мы и начнём», — говорит он. Я всех обняла, даже собаку, и с чувством выполненного долга пошла в комнату переодеваться.

И вдруг через несколько минут слышу за спиной шорох. Оборачиваюсь, и что я вижу – в дверной проём просунулась голова сначала одного сына, потом другого, затем мужа, а в самом низу – собакина морда. И все смотрят на меня с нетерпением. Я у них спрашиваю: «Чего вам?» А сын чуть ли не взахлеб спрашивает: «Мам, а ещё можно?»

Домашнее задание

Оказывается, детям, да и вообще любому взрослому, необходимы объятия для того, чтобы почувствовать любовь и свою нужность.

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть необходимости другому, – одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение – условие нормального развития ребёнка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребёнку, что он вам дорог, что он хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях.

И поэтому я вам сегодня даю домашнее задание – обнять всех, кто живет с вами в доме, и проследить за реакцией домашних, а также за своими чувствами. Можете что-нибудь сказать каждому, если захочется.

Притча о ласточке

А в конце нашей встречи я хочу рассказать вам притчу о ласточке: «Жила-была ласточка. У неё было трое детишек. Её гнездышко находилось на обрыве реки. Они жили счастливо и радовались друг другу всё это время. Но как всегда весной началось половодье. Вода в реке начала подниматься и поднялась настолько, что вот-вот затопит гнёздышко. Ласточка поняла, что скоро они могут погибнуть. На середине реки был высокий остров, и многие птицы спасались на нём. Ласточка тоже решила спасти на нём своих деток. Она взяла одного ребёнка в клюв и полетела с ним через реку к острову. Но на середине пути она поняла, что не рассчитала свои силы. И начала опускаться всё ниже к реке. Когда птенец понял, что мама его устаёт и может выронить, он начал упрашивать её: «Мамочка, спаси меня, пожалуйста! Если ты меня спасёшь, я всё буду делать для тебя. Когда я вырасту, я никогда тебя не покину». Но у ласточки не хватило сил, и она выронила ребёнка из клюва. Она прилетела на остров, отдохнула и полетела за вторым своим птенцом. Она взяла его в клюв и снова полетела через реку. Но не пролетела и половины пути, как силы её покинули. Она ещё тяжелее стала махать крылышками. Тогда птенчик взмолился: «Мамочка, родная, спаси меня, пожалуйста! Ведь я, когда вырасту большой, буду заботиться о тебе, буду поить тебя и кормить, всегда буду помнить о том, что ты меня спасла». Но ласточка не смогла его донести и второй её ребёнок погиб. Она снова полетела на остров, отдохнула на нём и полетела за своим последним ребёнком. Она взяла его в клюв и, почти обессиленная, полетела в свой последний путь, рассекая крыльями воду. Она старалась изо всех сил, чтобы спасти хотя бы этого птенчика. Но силы стремительно покидали её. Ребёнок взмолился: «Мамочка, миленькая, родная моя, я прошу тебя только об одном: спаси меня, пожалуйста. Ведь когда я вырасту, и моё гнездышко с детьми будет затапливать река, я тогда тоже спасу своих детей так же, как ты сегодня спасла меня». Ласточка прониклась словами этого ребёнка и спасла его единственного с надеждой о будущем».

Так относитесь же к своим детям так же, как вы хотите, чтобы они относились к вам и к своим детям в своих будущих семьях!

Любовь в бабочке

Сегодняшнюю встречу я хочу закончить тем, что с великим удовольствием вручу бабочек, в которых ваши дети выразили вам свою искреннюю любовь. Пусть все бабочки «долетят» до ваших сердец, и вы всегда будете помнить, что вы нужны друг другу, и что Ваш ребёнок Вас очень-очень любит и он тоже ждёт, что Вы ему скажете об этом!

Счастья вам, любви, дорогие мои!

Рис. 2

*Сценарий родительского собрания «Формирование стрессоустойчивости*

*как базовая предпосылка толерантной личности»*

Яви мне Мастера,

Господи,

Который прост и суров,

С ликом в смоле и копоти

Мастера из мастеров…

Я буду глодать кости,

Трапезу с ним деля,

Яви мне Мастера,

Господи,

Внутри самого себя!

Сегодня в своей теме я хотела бы поговорить о толерантной личности, умеющей владеть собой, своим внутренним состоянием, помогающей себе в трудных жизненных ситуациях. Но так как здесь сегодня собрались родители, заинтересованные в воспитании своих детей, то естественно я буду говорить о толерантных родителях. Но сначала я хотела бы остановиться на самом термине толерантность – что это такое?

Tolerantis – это латинское слово, означающее буквально терпение, выносливость.

В научной литературе толерантность рассматривается, прежде всего, как уважение признание равенства, отказ от доминирования и насилия, признание толерантности и многообразия человеческой культуры, норм, верований и отказ от сведения этого многообразия к единообразию или преобладанию какой-то одной точки зрения.

Толерантность предполагает готовность принять других такими, какие они есть, и взаимодействовать с ними на основе согласия.

Иными совами, толерантность предусматривает отсутствие сословных, культурных, корпоративных и этнических предрассудков, предубеждений против тех, кто на нас не похож по тем или иным параметрам.

Толерантность как особенность сознания или личностная черта не присуща человеку изначально и может никогда не проявиться, не будучи специально воспитана, сформирована. Наоборот, человеку скорее органично присуща противоположная тенденция – настороженность, легко переходящая во враждебность по отношению к тем, кто от него отличается, на него не похож.

Подлинная толерантность действительно является ценным качеством развитой личности. То есть такой личности, которой ради самоутверждения не требуется унижения кого-то другого. Особенно это касается в наше время воспитывающих родителей. Так как детей, которые страдают от гнева и битья с каждым годом становится всё больше.

Где, чаще всего, мы можем наблюдать проявление нетерпимости, связанной с нашими детьми?

|  |
| --- |
| Проявление нетерпимости, направленной на детей, чаще всего исходит из:↓ ↓ ↓ |
| СМИ:TV, радио, журналов | Учебных заведений, учреждений дополнительного образования, досуговых клубов по месту жительства | Семей |

Семья – считалась и до сих пор считается оплотом каждого человека, особенно ребёнка. Но система государственного управления за последние 900 лет упрочила свои права, закрепив их бездушием технократии. Наша цивилизация обрушилась на нас, на нашу хрупкую психику, на духовное состояние человека. Вместо нас думают, вместо нас решают: где и как нам жить, где и с кем нам рожать детей, кто их будет воспитывать, любить, а может быть – унижать, бить, «ломать»….

Самое страшное – мы соглашаемся с этими условиями, обменяв своё человеческое благополучие и здоровье на «благополучие технократического мира».

Учёные просчитывают в процентах, сколько папа или мама проводят времени с ребёнком, сколько психических и физиологических заболеваний отмечается в детских садах, школах и ВУЗах и так далее…

Понимая, что так не должно быть – что мы, родители, изменяем в себе самих, в своём поведении, в образе жизни? Часто – ничего.

Но вернёмся к толерантности. От чего она зависит?

|  |
| --- |
| Толерантность зависит от:↓ ↓ |
| Воспитанности этого качества в каждом человеке | Умения контролировать и управлять своим эмоциональным состоянием  |

А что такое эмоции?

Эмоции – это отражение в форме переживания жизненного смысла явлений и ситуаций. В обыденном понимании это то, что нужно скрывать и контролировать – для одних людей. Для других – это то, что нужно свободно выражать вовне. То, что мешает или помогает строить нормальные отношения между людьми.

Различия в выборах зависит от ситуации – что, для кого важно в своей собственной жизни: сегодня, сейчас… Кто, как воспитан и воспитывался…

Это напрямую зависит от самого главного чувства – от любви, насколько полно она выражена в человеческих отношениях, и присутствует в сердце каждого.

В современном технократическом мире места эмоциям отводится достаточно мало. Вспомните фразы:

– «Держи себя в руках!»

– «Мужчины никогда не плачут»

– «Не показывай своих истинных чувств!», так и хочется добавить

– «А то вдруг в тебе человека увидят!»

Сдерживание и развитой контроль над эмоциями в наше время привёл людей к неконструктивным решениям проблемных ситуаций, к накоплению разрушающих душевное равновесие эмоций, и как следствие – к постоянному стрессу и различным видам психических расстройств.

Что такое стресс?

Стресс – представляет собой состояние чрезмерно сильного психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку.

Сильный стресс дезорганизует деятельность и нарушает нормальный ход поведения человека. Если проблема долго не будет решена, тогда неприятные ощущения накапливаются и уже можно говорить, что ухудшается и психологическое здоровье и физиологическое. В современном мире – одно из следствий стрессогенной ситуации в жизни подростков и молодёжи – это употребление ими психоактивных веществ – что является одной из форм быстрого достижения мнимых ощущений удовольствия, которых недостаёт им для «полного счастья». Поэтому – это ещё одна из главных причин, почему об этом необходимо говорить с родителями, особенно с теми, у кого, по их мнению, «не складываются отношения с ребёнком».

Стресс, испытываемый детьми, может:

* превышать предел их психофизиологических возможностей;
* вызывать хронические страдания и душевную боль;
* подрывать защитные силы организма;
* изменять в худшую сторону его нормальный биоритм, одним из главных выражений которого является сон.

Каковы же признаки стрессового напряжения?

Признаки стрессового напряжения у ребёнка.

Если вы замечаете, что Ваш ребёнок:

1. Не может сосредоточиться на чём-то.
2. Часто стал забывать то, что раньше ему давалось легко.
3. Стал делать слишком частые ошибки при выполнении домашнего задания.
4. Стал очень быстро говорить.
5. Очень возбудим последнее время.
6. Довольно часто жалуется на боли в голове, спине, области желудка.
7. Жалуется на ощущение недоедания, либо пропадание аппетита.
8. Потерял чувство юмора.
9. Начал курить или выпивать, хуже – если начал принимать наркотики.

Если вы обнаружили признаки стрессового напряжения организма, то необходимо внимательно изучить его причины.

Одна из главных причин стресса у ребёнка – это наличие у Вас, у родителей, психоэмоционального напряжения. Сын или дочь как зеркало отражают то, что происходит в Вашей семье. И чаще это зеркальное копирование того члена семьи, кто ребёнку наиболее дорог, и кто с ним проводит наибольшую часть времени. (Пример: мальчик, который не хотел жить, потому что считал себя виноватым в разводе родителей, который произошёл 4 года назад; мальчик, который проявлял агрессию по отношению к родителям из-за того, что они «плохо» обращались с бабушкой).

Причины стрессового напряжения у ребёнка:

1. Когда дома, в семье, постоянные конфликты.
2. Если ребёнку часто приходится делать не то, что хотелось бы ему, а то, что нужно, что требуют от него родители, педагоги, а может быть и товарищи по классу или двору.
3. Когда близкие члены семьи постоянно его подгоняют.
4. Из-за неудач в учёбе и в школе.
5. Когда ребёнку почти ничего не нравится.
6. Из-за того, что ребёнок очень загружен различной кружковой деятельностью, особенно, если она ему не приносит удовольствия.
7. От постоянного недосыпания, которое приводит к переутомлению.
8. Возникшие комплексы неполноценности, особенно в период подросткового возраста.
9. Когда у ребёнка нет близкого человека для того, чтобы выговориться…и так далее.

Но надо отметить, что все эти признаки характерны и для нас с вами. Родители также могут быть чем-то недовольны, из-за чего-то переживать, с кем-то конфликтовать, и, в конце концов – испытывать каждодневное напряжение в душе и теле.

Естественно, что человека с высокой тревожностью, неуверенного в себе и в своих силах, испытывающего разрушительные чувства и эмоции, не умеющего справляться с возникшими жизненными проблемами или неприятностями – нельзя назвать толерантным (терпеливым) ни по отношению к себе, ни по отношению к другим людям, ни тем более к своему ребёнку.

Почти каждому человеку в таком состоянии необходима помощь либо близкого человека, либо профессионала!

А уже потом имеет смысл говорить о формировании стрессоустойчивости. Так как с людьми, умеющими владеть собой, обладающими чувством юмора и адекватной (соответствующей) самооценкой, будь то взрослый или ребёнок, просто приятно находится, а ему самому – легче справлять с возникшими неприятностями.

*Сценарий совместного мероприятия для детей и родителей*

*«Разумные запреты и добрые советы»*

Форма проведения: вечерние посиделки

Участники: педагог, воспитанники младшего и среднего возраста, родители

Оборудование: ватманы, фломастеры, запись лёгкой музыки

Задачи:

* Формировать доверительные отношения между взрослыми и детьми;
* Развивать умения мыслить, выражать и отстаивать своё мнение, различать плохое и хорошее, вредное и полезное;
* Воспитывать негативное отношение к вредным привычкам.

Ход мероприятия

Педагог: Добрый вечер, дорогие ребята и уважаемые взрослые! Сегодня мы с вами встретились на вечерних посиделках. Какие мысли вызвало у вас моё приглашение? (ответы ребят и взрослых).

Конечно, наша цель сегодня поговорить о том, что всех нас волнует: о мечте и жизни, о взрослых и детях, о любви и взаимопонимании.

*Ребёнок* – *это человек, путешествующий по детству. А взрослый путешествует по взрослости. И путешественникам этим есть чем поделиться друг с другом. Ведь перед ними расстилаются такие удивительные миры, каждый со своими чудесами и приключениями!..*

*Или всё-таки это один общий мир по названию «жизнь». Мир, где взрослые и дети постоянно встречаются, так что могут делиться дружбой и любовью. Мир, который соседствует и с другими таинственными мирами, пусть даже окна оттуда только в одну сторону.*

*Но между миром детства и взрослым миром* – *окна в обе стороны. Окна и двери. А может быть, и вообще между ними нет никакой стены. Тогда можно путешествовать по жизни вместе, какой бы возраст ни разделял нас.*

А что же объединяет нас с вами? (ответы ребят и взрослых).

Разумеется, объединяет нас школа, наш коллектив, наши общие увлечения. Но главными друзьями детей, конечно, всегда остаются родители.

Ребята, как вы думаете, кем быть труднее – ребёнком или родителем?

Конечно, благополучие детей во многом зависит от их родителей. Вот как о родителях пишет наш современник, поэт Марк Шварц:

*(Стихотворение может выучить ребёнок, прочитать выразительно)*

Если вы родители – Ласкатели, Хвалители,

Если вы родители – Прощатели, Любители,

Если – Разрешатели, Купители, Дарители,

Тогда вы – не родители,

А просто Восхитители!

А если вы родители – Ворчатели, Сердители,

Если вы родители – Ругатели, Стыдители,

Гулять не отпускатели, собакозапретители,

То, знаете, родители,

Вы просто – Крокодители!

Педагог: Это, конечно, шутка. А у кого больше прав – у ребёнка или у родителей? А обязанностей? (ответы ребят и взрослых).

Так вот, ребята, взрослые имеют очень важную и ответственную обязанность: заботиться о своих детях, сделать так, чтобы вы росли грамотными, умелыми и воспитанными; чтобы вы различали добро и зло, правду и ложь, хорошее и плохое.

Давайте сейчас составим Книгу разумных запретов для детей и Книгу добрых советов для родителей.

Работать будем в трёх группах. Дети и родители обсуждают запреты и советы и затем записывают их на ватмане. Педагог имеет право помогать группам.

Записи могут быть следующими:

|  |  |
| --- | --- |
| **Книга разумных запретов** | **Книга добрых советов** |
| Не лгать | Доверять своему ребёнку |
| Не нарушать данного слова | Слушать и слышать |
| Не пробовать курить | Не кричать, а говорить спокойно |
| Не пробовать спиртного | Понимать, что у детей есть свои секреты |
| Не смотреть по телевизору жестокие программы, взрослое кино | Сознавать, что детские проблемы важные и серьёзные |
| Не доверять незнакомым людям | Не запрещать дружить |
| Не трогать подозрительные предметы на улице | Помнить, что мы растём. Мы уже не маленькие |

* Скажите, ребята, вам было трудно работать?
* А вам, дорогие родители?
* Какие запреты, ребята, вы считаете необходимыми? А почему нельзя курить и пить? Почему это вредно? Откуда вы знаете, что курить и пить спиртное опасно? Вы готовы не нарушать взрослые разумные запреты? Почему это нужно делать?
* Уважаемые родители, а вы готовы следовать добрым советам?

Наш разговор подошёл к концу. Я очень хочу, чтобы и запреты, и советы были добрыми, помогали нам понимать друг друга. Будет замечательно, если вечерние посиделки вы будете устраивать у себя дома, хотя бы раз в неделю. Ведь на них можно говорить о чём угодно, читать книги, обсуждать фильмы, создавать свои мудрые и добрые законы.

*Для добра не жалейте минуты,*

*Лучше час, а быть может, и день.*

*Не меняйте души на валюту,*

*Не мешайте со славою тень.*

*Слава греет лучами, лелея,*

*Но глаголет в народе молва:*

*Совершайте добро, не жалея,*

*И стыдитесь не сделать добра.*

*Красотой, говорят, мир спасется.*

*Нас спасает пока доброта.*

*Пусть нигде на земле не прольется*

*Понапрасну ребенка слеза.*

*Сценарий родительского собрания*

*«Пиво: альтернатива наркомании или начало пути к ней?»*

Участники собрания: родители воспитанников старшего возраста, по возможности инспектор ПДН, врач нарколог.

Цель: повышение педагогической культуры родителей, пополнение арсенала их знаний по конкретному вопросу воспитания ребёнка в семье, образовательных учреждениях, учреждениях дополнительного образования детей и молодежи.

Задачи:

* пропаганда опыта успешного семейного воспитания, профилактика неверных действий по отношению к детям со стороны родителей;
* выработка коллективных решений и единых требований к воспитанию;
* содействие сплочению родительского коллектива, вовлечение их в дела учреждения, коллектива (группы).
* Подготовительная работа:
* Изучение проблемы педагогом по различным источникам, встреча со специалистами.
* Подготовка информационной презентации «Пивной алкоголизм» (с привлечением учащихся).
* Проведение анкетирования воспитанников по выявлению отношения к употреблению пива.
* Определение формы проведения собрания, предварительная работа с выступающими, разработка проекта решения
* Приглашение на собрание родителей (если отношения между педагогом, родителями и детьми доверительные, то можно проводить совместное собрание).

Ход собрания:

Вступительное слово педагога: Добрый вечер! Тема нашего сегодняшнего разговора, к сожалению, не теряет своей актуальности долгие годы.

В глубокой древности познакомился человек с необычным веселящим действием некоторых напитков. Самое обычное молоко, мед, соки плодов, постояв на солнце, меняли не только свой внешний вид, вкус, но приобретали способность возбуждать, вселять ощущение легкости, беззаботности, благополучия. Не сразу люди заметили, что на следующий день человек расплачивался головной болью, разбитостью, дурным настроением. Разумеется, наши далекие предки и догадываться не могли, какого страшного врага они приобрели. К сожалению, печальные последствия употребления спиртного привлекали к себе меньше внимания, чем улучшение настроения, сопутствующее употреблению алкоголя. В мифах, легендах и сказках древнего мира - всюду фигурирует вино, опьянение, разгул. Пьянство процветало, а за ним следовали его неизменные спутники – разврат, преступления, тяжелые болезни.

Человек развивался, знания его становились обширнее, но, увы, проблема пьянства и алкоголизма всё ещё ждёт своего решения.

В наши дни употребление пива стало особенно «модным» в подростковой среде: яркая реклама, яркая упаковка, яркие ощущения. И вот человек робкий и стеснительный легко становится «своим» в любой компании. Массовое заблуждение, будто пиво – это не только не вредный, но и полезный напиток (ячмень содержит необходимые белки и углеводы). Именно поэтому многие называют пиво наименьшим злом, которое может удержать от большой беды. А на самом деле, все сорта пива, кроме безалкогольных, содержат различные концентрации алкоголя. Пивная зависимость реальна и развивается по тем же законам, что и зависимость от крепких алкогольных напитков. Потребность выпить пива не вызывает у человека тревогу. Пивной алкоголизм более коварен, он развивается незаметно, вызывая сильное навязчивое влечение. В хмеле содержатся фитоэстрогены, аналоги женских половых гормонов. Их содержание в 1 кг сырья колеблется от 20 до 300 мг. Этого количества вполне достаточно, чтобы оказать видимое гормональное воздействие на организм. У мужчин появляются признаки феминизации: широкий таз, избыточный вес, «пивной» живот, увеличение молочных желез (вспомните рекламного «Толстяка»). Употребление пива в больших количествах подавляет половую функцию у мужчин.

В нашем коллективе (группе) две трети воспитанников пробовали пиво, половина употребляет его регулярно, практически все знают о вреде пива, но не ощущают его (анкету можно анализировать подробно, но не называть авторов).

Давайте мы с вами, уважаемые родители, поразмыслим на эту тему, опираясь на свой жизненный опыт, на свои семейные традиции. Вам слово.

Выступления родителей:

1. Я думаю, Вы сгущаете краски. Ничего страшного в употреблении пива нет. Доля алкоголя в нём минимальна, количество выпитого, как правило, небольшое. Но это позволяет молодёжи общаться. Это действительно альтернатива: пусть лучше выпьют доступный качественный напиток, чем попробуют что-то крепче. Не помню случая, чтобы кто-то страдал пивной зависимостью.
2. Не могу с Вами согласиться: пиво – это алкогольный напиток, а значит, не только «развязывает» язык, но и губит молодой организм. Зачем пробовать «зло», пусть даже и наименьшее? Весело и с пользой можно проводить время и без пива: на катке, в походе, в театре, кино.
3. Никогда особо не задумывался над этой проблемой: пиво не воспринимал как напиток алкогольный. Воспитывался в деревне, где домашним пивом утоляли жажду после трудной работы. Поэтому и сам не поощряю употребление пива, но и не запрещаю.

Педагог: Итак, позиции родителей обозначены. Давайте послушаем специалистов (другой вариант – прочитаем факты из разных источников, может быть подготовленных учащимися).

Инспектор ПДН: Употребление пива, как и любого другого алкоголя, ни к чему хорошему не приводит. Представьте, насколько притупляются чувства стыда, ответственности за свои поступки, способности адекватно оценивать своё поведение. Именно в этом состоянии подростки совершают самые страшные и дикие преступления. Кроме того, испытав одни ощущения, невольно хочется их усилить. После употребления пива часто за компанию пробуют и наркотики. Известный русский психиатр С.С. Корсаков так описывает это состояние: «опьяненный не думает о последствии своих слов и действий и относится к ним крайне легкомысленно… Страсти и дурные побуждения выступают без всякого прикрытия и побуждают к более или менее диким поступкам. А ведь в нормальном состоянии тот же человек может быть и хорошо воспитанным и скромным даже застенчивым. Все в его личности, что сдерживается воспитанием, навыками приличия, как будто вылезает наружу. В состоянии опьянения человек может выболтать любую тайну; он теряет бдительность, перестает быть осторожным. Недаром говорится: «Что у трезвого на уме, то у пьяного на языке».

Врач нарколог: То, что мы в быту благодушно называем опьянением, в сущности, есть не что иное, как острое отравление алкоголем, со всеми вытекающими отсюда последствиями. Хорошо, если через определенное время организм, освободившийся от яда, постепенно возвращается к нормальному состоянию. А если пьянство продолжается, и новые порции алкоголя систематически поступают в организм? Что тогда? Алкоголь вызывает приятное, приподнятое настроение, а это побуждает к повторному употреблению спиртного напитка. В первое время при желании и твердости характера еще можно отказаться от пива или вина. В противном случае под влиянием алкогольной интоксикации (да и уговоров друзей) воля ослабевает, и человек уже не может противостоять влечению к алкоголю. Под влиянием алкоголя получают простор инстинкты, ослабляется воля и самоконтроль, и нередко люди совершают проступки и ошибки, в которых раскаиваются всю жизнь. Быстрее и губительнее всего алкоголь действует на клетки головного мозга, при этом, в первую очередь, страдают высшие отделы мозга. Быстро доставленный потоком крови к головному мозгу, алкоголь проникает в нервные клетки, при этом разрушается, в результате чего связь между различными отделами мозга расстраивается. Алкоголь влияет также на кровеносные сосуды, несущие кровь к мозгу. Сначала они расширяются, и насыщенная алкоголем кровь бурно приливает к мозгу, вызывая резкое возбуждение нервных центров. Вот откуда чрезмерно веселое настроение и развязность пьянеющего человека. Ученые выяснили, что под влиянием спиртных напитков в коре больших полушарий головного мозга вслед за усиливающимся возбуждением наступает резкое ослабление процессов торможения. Кора перестает контролировать работу низших, так называемых подкорковых отделов мозга. Вот почему опьяневший человек как бы теряет контроль над собой и критическое отношение к своему поведению, утрачивая сдержанность и скромность, он говорит и делает то, чего не сказал и не сделал бы в трезвом состоянии. Каждая новая порция спиртного все больше парализует высшие нервные центры, словно связывая их и не позволяя вмешиваться в хаотическую деятельность резко возбужденных отделов мозга. Очень опасен алкоголь для юных, особенно для девушек, поскольку их организм в период роста легче подвергается воздействию наркотиков. С незапамятных времен наши предки считали единственно пригодными напитками для детей воду и молоко. В древней Греции и Риме юношам до определенного возраста вообще запрещалось пить вино. Алкоголь оказывает отрицательное влияние на потомство. Об этом знали еще в глубокой древности. В Греческой мифологии богиня Юнона родила от опьяневшего Юпитера хромого Вылкана. Правитель Спарты Ликург запрещал в день свадьбы употребление спиртных напитков под угрозой тяжелого наказания. Гиппократ указывал, что причиной идиотизма, эпилепсии и других нервно психических заболеваний является пьянство родителей, которые пили вино в день зачатия. Пьющие (особенно женщины) под влиянием алкоголя делаются развязными, болтливыми, несдержанными, недостаточно критичными к своему поведению. В пьяном виде женщина теряет стыд, женское достоинство, она склонна к легкомысленному поведению, половой распущенности. Последствия случайных половых связей, наступивших в результате опьянения, бывают трагичными. Венерические заболевания, рождение неполноценных детей – это ведь не только слова, за ними искалеченная, безрадостная жизнь.

Педагог: Как бы нам ни хотелось думать о том, что эти страшные события не коснутся нас, потому что мы держим ситуацию под контролем, уверенными в этом быть нельзя. И никакие цифры статистики не смогут уменьшить горе родителей, у которых родился больной ребёнок. Осознание, что алкоголиками становятся далеко не все, не осушат слёз матери, жены, детей пьяницы-тирана. Давайте посмотрим презентацию, подготовленную нашими воспитанниками, и вернёмся к теме нашего собрания.

Демонстрация слайд-шоу «Пивной алкоголизм»

Выступления родителей.

Задача педагога – подвести эти выступления к ответу на вопрос: Может пиво быть альтернативой наркотикам? Что делать, чтобы избежать беды?

Педагог: Итак, мы с вами пришли к единому мнению: любой алкоголь и в любом количестве есть зло. Особенно пагубно он действует на молодой организм. И нам, взрослым, нужно быть особенно бдительными, чтобы первая бутылка пива не стала первым шагом на лестнице, ведущей в бездну. И это нам по силам. Главное, не отмахиваться от детских проблем, находить время слушать, устраивать совместные праздники, вместе читать книги и смотреть телевизор.

Нам необходимо принять решение нашего собрания:

1. Информацию принять к сведению.
2. Следующее собрание посвятить теме: «Наркотики: беду легче предотвратить…»
3. Посмотреть и обсудить вместе с ребятами фильм «Игла».
4. Оформить в стенд «Семейные традиции здорового образа жизни».

Педагог: Наш разговор подошёл к концу, но мы не ставим в нём точку. Очень хочется закончить его одной притчей: В давние времена жила семья, состоящая из ста человек. Жили очень дружно, в доме царили любовь, согласие, мир. Правитель посетил эту семью и спросил, как им удаётся сохранять хорошие отношения, не ссориться, не воевать друг с другом. Старейшина семьи молча написал на листке одно слово. Сто раз. Прочитал правитель, удивился и поразился простоте и мудрости счастливого семейного устройства. Слово, написанное старейшиной, ПОНИМАНИЕ.

Я от всей души желаю Вам всем понимания, мира, любви и добра.

Примерные вопросы анкеты для воспитанников:

1. Пробовал ли ты пиво? Считаешь его вредным напитком?
2. Кто впервые предложил тебе попробовать алкоголь? Сколько тебе было лет? Где это произошло?
3. Что ты знаешь о вреде алкоголя? Откуда черпаешь информацию? Мнению кого доверяешь в первую очередь?
4. Есть в вашей семье традиция безалкогольных праздников?
5. Что в вашей семье вы делаете все вместе, сообща?

*Сценарий родительского собрания: «Наркотики: беду легче предотвратить…»*

Участники собрания: родители воспитанников старшего возраста, педагог, психолог, врач нарколог.

Цель: повышение педагогической культуры родителей, пополнение арсенала знаний по конкретному вопросу воспитания ребёнка в семье, образовательных учреждениях, учреждениях дополнительного образования детей и молодежи.

Задачи:

* пропаганда семейных ценностей, внимательного и бережного отношения между родителями и детьми;
* предоставление правдивой информации о наркомании;
* содействие сплочению родительского коллектива, вовлечение родителей в дела учреждения, коллектива (группы).

Подготовительная работа:

* Изучение проблемы пеадгогом по различным источникам, встреча со специалистами.
* Подготовка информационной презентации «Наркомания» (с привлечением воспитанников).
* Проведение анкетирования воспитанников по выявлению их отношения к наркотикам.
* Определение формы проведения собрания, предварительная работа с выступающими, разработка проекта решения.
* Приглашение на собрание родителей (если отношения между педагогом, родителями и детьми доверительные, то можно проводить совместное собрание).

Ход собрания

Вступительное слово педагога: Мы сегодня продолжаем с вами разговор о социальных болезнях. Страшно то, что случилось в последнее время: массовое подростковое и молодежное сознание признало наркотики банальностью. Сегодня раскурить «косячок» в школьном туалете – доблесть не большая, чем некогда затянуться «Космосом». Сегодня молодое поколение становится полноправным участником большой игры в «белую смерть», клиентом криминальной системы, устроенной именно так, как рассказывают телесериалы о наркомафии. О последствиях новообращенные не задумываются. Они верят в безвредность препаратов, передают друг другу верные и надёжные рецепты самолечения. В ночных клубах, на дискотеках, которые посещает не только молодежь, но и школьники-старшеклассники, и где можно достать все, что угодно, очень популярно «экстази» в виде таблеток, марок, наклеек, жвачек и, так называемой, «энергетической» воды. Всё продается почти легально. Реклама проста и наступательна: «Ты – прыщавый, закомплексованный, робкий, нескладный. «Глотни экстази». Ну что ты, какой же это наркотик! Это эликсир свободы и наслаждения для маменькиных сынков и дочек – считают «эксперты» по ночной жизни. И случится чудо: робость и скованность исчезнут. Как упоительно танцуется в стиле супертехно! Как замечательно почувствовать себя неотразимым!» А абстиненция (похмелье, когда организм требует новой дозы) не так уж тяжела и не способна испортить прекрасные воспоминания. «Вот видишь, а ты боялся», – скажут бывалые. И он (она) уже не боятся. А если здесь замешана любовь, первое и самое сильное чувство, способна ли ваша девочка устоять, когда он, её избранник, умеет ловить кайф посредством глотания «колес», понюшек кокаина? «Кто не рискует, тот не пьет кайф!» – объяснила чудесная девочка шестнадцати лет с пестрыми от уколов венами. Какое уж там шампанское – атавизм, когда есть анаша, «винт», «химка», морфий, героин. И вот уже ваши дети в паутиновом лабиринте, из которого ВЫХОДА ИНОГДА НЕТ.

Прослушивание записей-исповедей:

*1. Родители никогда не занимались моим воспитанием. Я дитя улицы, рос сам по себе, делал все, что хотел. Моими школьными успехами никто не интересовался. В результате попал в плохую компанию, стал принимать наркотики. Родители по-прежнему ничего не замечали в моем поведении. В Центр я обратился сам. Вовремя спохватился. Теперь надеюсь вылечиться и вернуться к нормальной жизни. (Григорий, 20 лет)*

*2. Я рос очень избалованным ребенком. Мне покупали все, что я просил, и исполняли все мои прихоти. Я никогда не знал слова «нельзя». Может быть, поэтому я и стал употреблять наркотики. Это был в своем роде мой ответ тому обществу, в которое я попал, когда вырос. Именно из этого общества я и ушел в мир наркотических иллюзий, где мне было очень хорошо. Как я сюда попал? Спохватились родители. А теперь я и сам понял, что так больше жить нельзя. (Иван, 23 года)*

*3. Меня всегда воспитывали очень строго: туда не ходи, этого не делай, говори только хорошие слова, руки на столе держи правильно… То есть шаг вправо – шаг влево рассматривался как в зоне. Поэтому мое бегство от действительности стало бегством из собственной семьи. Как ни странно, тревогу забила моя бывшая одноклассница, которая где-то прослышала об этом Центре. Она «поставила на уши» моих родителей и вот я здесь. Что будет дальше – не знаю. Такая апатия ко всему, что даже лечиться не хочется. Может быть, это пройдет, и врачи помогут мне вернуться в нормальный мир, мир без наркотиков. Потому что умом я понимаю, что это очень плохо, жить так, как жила я. (Елена, 18 лет)*

Педагог: Комментарии, как говорится, излишни. Не хочется сгущать краски, но реальность такова, что беда может прийти в любую семью, чаще – во внешне вполне респектабельную.

Итоги анкетирования в коллективе (группе).

Когда впервые предлагают наркотик, возникает ситуация выбора: попробовать или нет. И в этой ситуации соблазна или провокации должна подростку помочь заложенная ранее «культура отказа». Конечно, можно просто решительно отказаться, но это не всегда легко и даже не всегда возможно. Попав в трудную ситуацию выбора (ведь отказ «действовать, как все» может означать отказ провести вечер в приятной, на первый взгляд, компании, разрыв с любимым человеком, потерю друзей), можно сослаться на то, что наркотики на нее (него) очень плохо действуют или просто не нравится цвет или запах. Отказ с извинением, подобный универсальному водительскому: «Я за рулем» или «У меня аллергия», «Я поддерживаю форму для спорта…», «А у меня сегодня еще встреча». Попробуйте провести дома со своим сыном или дочерью подобного рода ролевой тренинг. Не отстраняйтесь, считая, что вам этого не нужно делать. Наивно предполагать, что у ваших детей никогда не возникнет ситуация первого предложения (если, конечно, вы не собираетесь всю жизнь держать их в клетке без права выхода в мир). Поэтому-то их нужно вооружить разными способами отказа: это поможет предостеречь детей от наркотиков.

Врач-нарколог: Если же вы убедитесь в том, что ваш сын или дочь пробовали наркотики, отыщите хорошего врача, т.к. употребление наркотиков не баловство, а серьезное заболевание с физической и психологической зависимостью. При этом доверяйте не рекламным буклетам, а рекомендациям знающих людей. Как бы вы ни стыдились, всегда оказывается, что не только вас коснулась эта беда.

Признаки возможного пристрастия к наркотикам:

* резкое ухудшение поведения, изменение пищевых привычек, резкая смена друзей; частые случаи забывчивости, бессвязная речь, незаконченные фразы, абсурдные заявления;
* на фоне полного здоровья – расширение зрачков, покраснение глаз, кашель, насморк, рвота; частые и внезапные нарушения координации движений;
* резкие перемены настроения, причем эти перепады ни в коей мере не связаны с окружающей реальной действительностью (от депрессии к эйфории), или тонуса (от гиперактивности к сонливости и наоборот);
* полная утрата прежних интересов;
* частое упоминание наркотиков и соответствующей терминологии в разговорах и шутках;
* постоянное наличие денег или необъяснимое отсутствие, если вы их даете на какие-то покупки.

НЕКОТОРЫЕ ОБЪЕКТИВНЫЕ ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ:

* 1. Амфетамины (экстази, ЛСД): низкая утомляемость, подвижность, неадекватно повышенное настроение.
	2. Производные конопли (анаша, гашиш, «центр», сюзьма, марихуана): покраснение глаз, сухость во рту, жажда, тягучая речь; беспричинный смех или чувство страха; обжорство.

При передозировке: рвота, учащенное сердцебиение с перебоями, отсюда ощущение скорой смерти из-за остановки сердца. Опасность употребления анаши: снижение умственных способностей, снижение результатов учебы в школе, институте, на работе, так называемое «перегорание»; у подростков: замедленное половое развитие, поражение легких, возможны галлюцинации; нередко переход к так называемым тяжелым наркотикам – опиатам.

* 1. Опиаты (морфий, героин, кодеин, «ханка», «химка»): красные глаза, как у кролика, и резко суженные до точки глаза; зуд всего тела, особенно крыльев носа; сухость во рту, понижение аппетита; непродолжительная эйфория, вслед за которой наступает сонливость.

При передозировке: наблюдается процесс «зависания», когда закатываются глаза и человек засыпает на ходу. Опиаты, особенно героин, быстро вырабатывают зависимость, что приводит к физическим и психическим нарушениям, а также к необходимости увеличения дозы для получения того же эффекта.

* 1. Производные эфедры хвощевой (эфедрин, эфедрон, «винт», «мулька», «дасеф»): красные глаза, но зрачки резко увеличены; жажда, потеря аппетита; нервное возбуждение, болтливость; неусидчивость, дрожание рук; бессонница иногда до 5-7 дней; учащенное сердцебиение.

Психолог:Итак, если в семье трагедия – ребенок стал наркоманом. Разумеется, его надо лечить. Это нелегко. Нужно уяснить для себя то, что наркомана можно успешно лечить только после того, как он сам этого захочет. Раньше многих наркоманов после лечения просто заставляли идти работать, но это не спасало их от возобновления наркотизации, ведь, по сути, они плохо адаптированы к жизни в реальном мире. Они не готовы в полной мере к той ответственности, которая на них сваливается после отказа от наркотиков. Иными словами, без хорошей психологической мотивации не может быть и положительного результата. Процесс избавления от наркотической зависимости довольно длительный, и нельзя проводить его спустя рукава. Нельзя пролечить ребенка в клинике и выбросить его на улицу. На протяжении всего процесса реабилитации пациенту требуется психологическая поддержка, причем не только специалиста, но и родителей. После снятия интоксикации для пациента начинается процесс реабилитации. Он может занимать несколько месяцев. Лучше, если в период реабилитации, пациент будет находиться в условиях закрытого загородного Центра. Там он полностью изолирован от нежелательных контактов. Помимо этого, его постоянно консультирует и психотерапевт, и психолог. Цель таких консультаций – выработка умения противостоять соблазну наркотизации, активизация его адаптивного потенциала, выработка и закрепление навыков трезвости и здорового образа жизни. В процессе реабилитации с ребенком могут находиться родители. Они могут либо навещать его в любое время, либо постоянно проживать с ним. Именно реабилитационное звено является важнейшей частью комплексной программы излечения, и именно родители играют важную роль в выздоровлении собственного ребенка. Потому что, если с помощью родителей ребенок найдет свое место в реальной жизни, он сам будет шарахаться от наркотиков.

Но цель нашей встречи сегодня, уважаемые родители, не испугать вас, не вселить в ваши отношения с ребёнком недоверие и подозрительность, а вооружить вас информацией. Будьте более внимательны к своим детям, постарайтесь уберечь их от этого страшного зла, т.к. лечить это заболевание очень и очень трудно.

Запомните эти страшные названия – они предвестники беды:

* Амфетамины (экстази, ЛСД)
* Производные конопли (анаша, гашиш, «центр», сюзьма, марихуана)
* Опиаты (морфий, героин, кодеин, «ханка», «химка»)
* Производные эфедры хвощевой (эфедрин, эфедрон, «винт», «мулька», «дасеф»)

Педагог: Уважаемые родители, считаете ли вы этот разговор полезным? Узнали вы что-то новое? Какие изменения в отношениях с вашим ребёнком произойдут?

Высказывания родителей.

Педагог: Ребёнок – это человек, путешествующий по детству. А взрослый путешествует по взрослости. И путешественникам этим есть чем поделиться друг с другом. Ведь перед ними расстилаются такие удивительные миры, каждый со своими чудесами и приключениями!.. Или всё-таки это один общий мир под названием «жизнь». Мир, где взрослые и дети постоянно встречаются, могут делиться дружбой и любовью. Мир, который соседствует и с другими таинственными мирами, пусть даже окна оттуда только в одну сторону. Но между миром детства и взрослым миром – окна в обе стороны. Окна и двери. А может быть, и вообще между ними нет никакой стены. Тогда можно путешествовать по жизни вместе, какой бы возраст ни разделял нас.

Будем помнить об этом. Будем путешествовать в одну сторону или навстречу друг другу.

По итогам собрания педагог с наиболее активными родителями оформляют стенд «Шаги роста» («Ступени взросления»).

*Сценарий родительского собрания «Правда о наркомании»*

Форма работы родительского собрания: «круглый стол»

Участники: родители воспитанников старшего возраста, педагог, врач нарколог.

Пояснительная записка:

Один из мифов советской педагогики и позиции родителей заключался в представлении, что создание комфортных санитарно-гигиенических и психологических условий, повышение технического обеспечения образовательного процесса способны существенно повысить результативность обучения и дополнительного образования ребёнка. Время показало, что комфортность условий обучения – вещь необходимая, но не достаточная. Проблема употребления вредных веществ детьми продолжает оставаться достаточно острой.

Всё яснее становится понимание роли семьи в формировании, поддержании и развитии здоровьесберегающих интересов ребёнка. Поэтому работа с семьей становится важнейшим компонентом воспитательного процесса.

Цель: просвещение и осведомление родителей по проблеме употребления и распространения наркотических веществ среди подростков.

Задачи:

1. предоставить родителям возможность познакомиться с информацией и статистикой по проблеме наркомании;
2. показать необходимость активного обсуждения этой проблемы в семье.

Продолжительность – 60 минут.

Оборудование: магнитофон, телевизор, DVD-плеер, рисунки, фотографии, высказывания.

План организации собрания:

1. Раздать приглашение родителям.
2. Воспитанникам дать задание нарисовать рисунок «Мой взгляд на наркоманию».
3. Родителям – найти в различных словарях и энциклопедиях объяснение слов «наркомания», «зависимость».
4. Высказывания на доске (стенде).
5. Подборка фотослайда «Последствия наркотиков»

Методики и технологии, используемые на данном мероприятии:

- работа в группах;

- ведение дискуссии;

- публичные выступления.

К ожидаемым результатам можно отнести:

* у родителей сформируется представление о глубине данной проблемы;
* взрослые узнают больше друг о друге, о своих детях, что будет способствовать сплочению коллектива;
* поймут значимость умения общаться и делиться своими переживаниями.

Ход собрания

Педагог:

– Уважаемые родители! Что вы испытали, когда вы узнали о теме нашего собрания? Какие у вас возникли ощущения и чувства? (Опрос родителей). Можно ли эту тему оставить без внимания? Почему?

– Тема нашего собрания «Правда о наркомании».

Я расскажу вам одну легенду, которая позволит расставить все точки над «i»:

«Путник, идущий вдоль реки, услышал отчаянные детские крики. Подбежав к берегу, он увидел в реке тонущих детей и бросился их спасать. Заметив проходящего мимо человека, он стал звать его на помощь. Тот стал помогать тем, кто ещё держался на плаву. Увидев третьего путника, они позвали и его на помощь… Но он, не обращая внимания на призывы, ускорил шаги…

– «Разве тебе безразлична судьба детей?»- спросили спасатели.

Третий путник им ответил:

– «Я вижу, что вы вдвоём справляетесь. Я добегу до поворота, узнаю, почему дети попадают в реку, и постараюсь предотвратить это».

Эта притча иллюстрирует возможные подходы к решению проблемы наркомании. Можно спасать «тонущих» детей, строя лечебницы и реабилитационные центры, воевать с наркодельцами. Заниматься этим должны, и занимаются профессионалы. Так вот, задача педагогов и родителей – «добежать до поворота реки и не дать детям упасть в воду», то есть, заниматься своим делом – профилактикой.

– Так о чём же пойдёт наш сегодняшний разговор?

– Займите удобные для каждого из вас места за нашим «круглым столом».

Звучит тихая музыка. Родители рассаживаются на места.

Педагог:

– Тема «Правда о наркомании» – это глобальная проблема современного человечества. Поэтому я предлагаю сегодня обсудить эту тему.

Форма нашей сегодняшней работы – «круглый стол», то есть все участники разговора равны друг перед другом и вправе высказывать своё мнение, спорить, доказывать и т.п.

Наступил XXI век. Меняются времена, меняется и человечество, но наши вредные привычки – курение, алкоголизм – мы упорно тащим за собой из века в век. Более того, приобретаем новые: наркомания, токсикомания. Причём это приняло такие масштабы, что приходится констатировать факт почти полного отсутствия инстинкта самосохранения у человека.

Все прекрасно осведомлены о последствиях и алкоголизма, и курения, и наркомании, и тем не менее, множество людей бросаются в эту бездну, даже не пытаясь понять, что гибнут сами и тянут за собой других, не оставляя шансов будущим поколениям.

Об этих проблемах нужно говорить с позиций педагогики, медицины, психологии одновременно. Моя функция, как педагога – информирование и просвещение.

– Для начала проведем небольшую разминку.

Разминка на общение.

– Вы должны объединиться в тройки, как сидите (желательно, чтобы сидели вперемешку и мамы и папы разных семей). За 4-5 минут вы должны дать ответы на вопросы викторины.

Викторина:

1. Индейцы майя и ацтеки клали под язык листья коки. Для чего они это делали? (для поддержания сил в дальних походах).

2. Китайцы тысячелетиями курили опиум. Для чего им это было необходимо? (так они снимали стресс и улучшали сон)

3. Где в настоящее время используются наркотические вещества по закону? (в медицине)

4. Как употребляются наркотики? (инъекции, принимают внутрь, нюхают, курят, кладут под язык)

Представители от троек дают свои варианты ответов.

– Итак, заряд на общение получили. Можно приступать к серьезной работе.

Установка на работу в группах.

– А теперь давайте обратимся к вашему домашнему заданию. У вас было задание выписать из разных источников толкования слов «наркомания» и «зависимость».

Родители рассказывают о некоторых вариантах толкования.

Вот некоторые из них:

НАРКОМАНИЯ – резко выраженное влечение к наркотическим веществам, вызывающим у человека ложное ощущение благополучия, веселья, опьянение, наркотического сна. ([Cловарь по естественным наукам)](http://slovari.yandex.ru/dict/gl_natural)

НАРКОМАНИЯ (от греч. narke – оцепенение, mania – безумие, страсть) – заболевание, выражающееся в физической и/или психической зависимости потребителя от наркотиков, постепенно приводящей к разрушению его организма. (Большой юридический словарь)

НАРКОМАНИЯ (греч. narke — оцепенение + mania — безумие, страсть, влечение) — заболевание, возникающее в результате употребления наркотических средств, вызывающих в малых дозах эйфорию, в больших — оглушение, наркотический сон. (Словарь по [клинической](http://slovari.yandex.ru/dict/psychlex6) психологии).

Зависимость – повышенная привязанность человека к чему-либо. (Словарь психологии развития).

Зависимость – неадекватно высокая восприимчивость к тому или иному внешнему воздействию, как правило, в связи с личностной неспособностью отказаться от влияния как результата подобного воздействия. (Словарь социального психолога-практика).

Педагог:

– Так что же такое наркомания? Наркомания – это болезненное пристрастие к наркотическим средствам, лекарствам, таблеткам.

Поподробнее о видах и симптомах наркотиков нам расскажет врач нарколог.

Выступление врача нарколога:

Наиболее часто встречающиеся – это психоделики и стимуляторы.

1. Психоделики – вещества вызывающие психоделические состояния. При этих состояниях возникают зрительные и слуховые галлюцинации, изменение в восприятии собственного тела, пространства. К таки веществам относятся: гашиш, марихуана (синонимы: анаша, травка, курево, харас).

Симптомы: сонливость, бессвязность мыслей, зрачки глаз расширены, отсутствует координация движения, тяга к сладкому, повышенный аппетит, слабо выраженные галлюцинации.

Внешние признаки: красные отеки под глазами, сильный запах жжёных листьев, мелкие семена в складках одежды и швах карманов, наличие папиросной бумаги, обесцвеченная кожа на пальцах.

К группе психоделиков также относятся и галлюциногены. К ним относятся ЛСД, мескалин, псилоцибин. Их приём усиливает тревожность, возникают приступы паники, сильные галлюцинации.

2. Стимуляторы. К ним относятся кокаин, некоторые медицинские препараты (эфедрон, перветин), экстази.

При употреблении кокаина наблюдаются следующие симптомы: повышенное артериальное давление, потеря болевых ощущений, чувство превосходства, ощущение неуязвимости, повышенная активность, отсутствие чувства усталости. Внешние признаки: наличие белого кристаллического порошка в маленьких пластиковых пакетиках, гиперемия слизистой оболочки носа.

При употреблении медицинских препаратов (эфедрон, перветин) возможны вспышки агрессии, гнева, бурные истерики.

Экстази – синтетический наркотик, приводит к нарушению водного баланса, усиливает потребность в двигательной активности. Поэтому подростки часто употребляют экстази как дополнительный заряд энергии на дискотеках, чтобы танцевать всю ночь. Большинство молодежи, употребляющей экстази имеет слабо тренированное сердце, в связи с чем возрастает количество смертей от сердечного приступа.

1. Героин, морфий, кодеин. Их употребление сопутствуется следующими симптомами: ступор, сонливость, следы уколов, водянистые глаза, пятна крови на рукавах рубашки, насморк. Внешние признаки: наличие иглы или шприца для подкожных инъекций, матерчатого жгута, бечёвки, верёвки, ремня, обожжённых крышек от бутылок или ложки, прозрачных пакетов.

Употребление крэка сопровождается коротким периодом эйфории, сменяющимся депрессией, гиперактивностью на начальных стадиях, апатичностью, непрекращающимся насморком. Внешние признаки: наличие небольших камнеподобных кусков в стеклянных пузырьках или полиэтиленовых пакетах, небольших ширмочек, свечей, бритвенных лезвий.

Педагог: Употребление наркотических веществ ребенком нередко начинается в условиях, которые создаём мы сами. Разумеется, несознательно, но разве от этого легче, если в итоге получается, что за наши ошибки в воспитании расплачиваются наши собственные дети.

– Я предлагаю вам обсудить вопрос: «Что же является основными причинами употребления наркотиков подростками?»

(Время на работу 5 минут. Идёт работа в группах, жаркие споры и, неожиданные порой, мнения. Через отведённое время начинаем обсуждение. Защиту проводит один человек, но высказываются в дополнение по кругу все участники. Задаются вопросы на понимание, на несогласие и т.п. Как правило, есть совпадающие мнения.)

Педагог (поясняет причины употребления наркотиков с точки зрения педагогики):

1. Дефицит внимания к ребёнку в семье. Тогда ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребёнок может оказаться внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.

2. Психологическая безнадзорность в сочетании с гиперопекой, т.е. неумение справляться с жизненными ситуациями. Там, где господствует жесткая регламентация, где всё определяется наставлениями и инструкциями, не остаётся места для нравственности.

3. Напряжённая жизнь, стрессовые ситуации, в тех семьях, где происходит разлад между родителями.

4. Элементарное любопытство – дети живут чувствами, им всё хочется испытать. Думать о последствиях они ещё просто не умеют;

5. Желание не отстать от других, не выглядеть трусом, «маменькиным сынком», «белой вороной».

Мы попираем, нарушаем их права, данные им от рождения, а потом удивляемся их инфантильности, тому, что страх жизни преобладает у них над страхом смерти. Чем же опасна гиперопека? У ребёнка не формируются и не закрепляются навыки самоконтроля и саморегуляции. При ослаблении контроля со стороны старших он оказывается дезориентированным в своём поведении. Необходимо помнить, что искусственно сдерживаемая путем запретов активность ребёнка, всё равно найдёт какой-либо выход, и, скорее всего, он будет неожиданным и неблагоприятным. То же самое можно сказать и о нехватке опеки над детьми, не достаточном внимании в их воспитании, жизни, проведении свободного времени.

Педагог: Особенно настораживает специалистов скорость распространения наркомании. Статистика гласит: каждый из закоренелых наркоманов вовлекает в эти сети около 10-15 человек. А по мнению компетентных экспертов, каждый год прибавляет к армии наркоманов 10 тысяч и более человек…

Но особенно настораживает специалистов то, что в последние 2-3 года резко стала набирать темпы наркотизация несовершеннолетних. Причём, если несколько лет назад «опасным возрастом», на который были нацелены наркодельцы, был период 13-16 лет, то теперь активно стали приобщать к наркомании уже 9-11-летних. Для полноты картины я предлагаю вам посмотреть подборку фотослайда «Сел на иглу» (просмотр фотослайда) и описать словами типичный портрет наркомана:

Родители обсуждают, описывают и защищают портрет наркомана (вот приблизительно то, что у них получится: бледность, необычно расширенные или суженые зрачки, маскообразное лицо, дрожащие руки. 2-3 года употребления наркотиков ведут к общему истощению организма. Человек худеет, его кожа приобретает желтоватый оттенок, появляется ломкость ногтей и волос, полная и необратимая импотенция. Преждевременное старение с признаками слабоумия, деградация и распад личности. Тело наркомана превращается в одну сплошную рану, причиняющую нескончаемую боль)

Заключение.

В заключении хотелось бы сказать, что прибегая к наркотикам, ребёнок получает возможность «покупать счастье, как товар». Это кажется желанным и соблазнительным тем подросткам, которые не чувствуют себя счастливыми. Мы не можем, к сожалению, изменить жизнь так, чтобы нашим детям всегда и всюду было легко и приятно, чтобы их никто никогда не оскорблял и не унижал. Но вполне в наших силах обеспечить ребенку тыл – сделать так, чтобы он всегда знал: он необходим нам и дорог. Поддержка в семье и любовь более всего помогают воспитывать чувство ценности жизни. Выслушивайте своих детей предельно внимательно, о чём бы они ни говорили: о школе, о друзьях, о разной чепухе. Рассказывает – значит, доверяет вам. Не потеряйте этого доверия. На свете для вас нет ничего важнее, чем ваш ребёнок. Желаю счастья и здоровья вам и вашим детям.

Рефлексия и «обратная связь» от участников «круглого стола»:

– А сейчас хотелось бы услышать ваше мнение о пользе нашего разговора.

Каждый участник по кругу высказывает свое мнение.

Педагог зачитывает проект решения собрания, родители вносят дополнения и голосуют.

Решение собрания «Правда о наркомании»:

1. Каждому родителю осознать необходимость ориентира на формирование у детей навыков здорового образа жизни на личном примере.

2. Продолжить ознакомление родителей и детей со статистическими данными о влиянии наркотических средств на подростков в области и районе.

3. Ориентировать родителей на проведение бесед в кругу семьи о вреде наркомании и использовать рекомендации для своевременного выявления девиантного поведения.

4. Педагогу продолжить работу по профилактике наркомании, токсикомании и вредных привычек, для этого разработать систему мероприятий по этой теме.

– На этом наше заседание «круглого стола» подошло к концу. Я благодарю всех участников. Спасибо за общение, работу и сотрудничество!

**Часть 3. Интерактивные ФОРМЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГОВ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ с родителями**

**ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ**

Формы работы педагога по реализации профилактических мероприятий разнообразны и включают в себя лекции, беседы, организацию самообучения (рекоменда­ции и разъяснения по работе с различными печатными материалами) и обучения с использованием наглядных материалов (совместные просмотры/прослушивания аудио-, видео- и киноматериалов, разъяснения), фокус-группы, дискуссии, мозговые штурмы, моделирование, организацию дуплицирования (передача знаний, навыков, умений по цепочке).

Результат использования каждой формы работы определяется по степени усвоения передаваемой информации. Чем активнее форма передачи информации, чем активнее вовлечены в этот процесс слушатели, чем больше каналов восприятия задействовано в процессе обучения, тем выше уровень усвоения знаний, приобретения навыков, овладения умениями, формирования отношений, установок, мотивов к деятельности.

В процессе передачи профилактической информации должны использоваться все формы обучения, в зависимости от целей, состава аудитории, степени ее готовности (информированности и мотивации) и потребностей.

Перечисленные формы универсальны в профилактической работе как с детьми, так и со взрослыми (родители, педагоги), но *дальнейшее подробное обсуждение каждой формы работы ориентировано на обучение родителей воспитанников*.

**Глава 6. Лекция**

Это структурно-организованный способ передачи информации по конкретной теме. Информация может передаваться одновременно большому количеству слушателей и не требует значительных временных затрат. Во время чтения лекций трудно учесть потребности, мнения, чувства слушателей и степень их готовности к восприятию информации. Участники – пассивные слушатели. Развить какой-либо новый навык, умение невозможно.

В то же время если лекция включает в себя активные формы передачи информации, такие как грамотно составленные наглядные материалы, использование рассказов, притч, метафор, обсуждение ситуации, фильма, возникших у слушателей чувств и т. д., то её мотивационный потенциал значительно возрастает (у участников возникает потребность в получении дополнительных знаний, навыков, потребность в деятельности).

Усилить информационно-мотивационный потенциал лекции позволяют следующие рекомендации.

*Рекомендации по подготовке встречи с аудиторией:*

1. Прежде чем составлять лекцию, ответьте для себя на следующие вопросы:

* Кого я хочу пригласить на эту лекцию? Какую информацию я хочу передать?
* Почему я думаю, что слушателям необходима эта информация?
* Чего я ожидаю в результате лекции? (т.е. что слушатели должны знать, осознавать, понимать, хотеть делать).

Например, вы хотите пригласить родителей на первую информационную лекцию. Вы хотите передать им информацию о ситуации с распространением наркотиков среди молодежи и о роли родителей в предупреждении аддиктивного поведения детей. Вы опираетесь на знание, что информация должна носить личный характер и удовлетворять личные потребности слушателей (вряд ли родителей семилетнего ребёнка затронет информация о наркотиках, вводимых внутривенно, и аспекты профилактической работы с подростками). Родителям нужна информация об актуальной наркоситуации и об их роли в профилактике, потому что родители:

* + не знают признаков употребления наркотиков;
	+ поздно обращаются к специалистам в случае наркомании, токсикомании своего ребёнка;
	+ часто применяют меры наказания там, где уже необходимо лечение;
	+ считают, что наркомания – это проблема только неблагополучных семей;
	+ не осознают опасности для своего ребёнка;
	+ не верят в возможность такого поведения собственного ребёнка;
	+ думают, что гиперконтроль, загруженность, отсутствие свободного времени у ребёнка – это гарантия здорового поведения;
	+ считают, что не надо давать информацию о наркотиках их детям, что их детей не интересуют наркотики;
	+ не считают себя ответственными за профилактическое воспитание;
	+ полагают, что профилактика – забота школы;
	+ могут препятствовать внедрению профилактических тренингов в школе;
	+ не осознают, что воспитывают не морали и нотации, а личный пример;
	+ не знают причин зависимого поведения.

Вы надеетесь, что в результате вашей лекции родители:

* *будут знать* признаки употребления наркотиков и причины, побуждающие детей экспериментировать с наркотиками; факторы, способствующие и препятствующие развитию зависимостей (здоровое воспитание, функция примера, право голоса ребенка в семье, совместный труд/совместный отдых); куда обратиться за помощью в случае возникновения проблемы с наркотиками в их семье;
* *осознают* риск вовлечения в наркоманию любого ребенка (в том числе и собственного) и возможности родительской семьи в снижении этого риска, свою ответствен­ность за профилактическое воспитание;
* *поймут* важность профилактической работы с детьми и необходимость своего участия в ней, то, что детей нужно квалифицированно и своевременно информировать о сред­ствах зависимости, с учетом их возраста, тренировать у них навыки противостояния предложению наркотиков;
* *захотят* получить дополнительную информацию и дополнительные воспитательные навыки, лично участвовать в мероприятиях по профилактике зависимостей.

2. Продумайте, как вы соберете аудиторию.

Усилить мотивацию родителей на участие в лекции помогут следующие рекомендации: составьте именные приглашения; избегайте слова «собрание», употребите другие синонимы: «встреча», «разговор» и т. д.; не указывайте негативных поводов, выберите позитивное обоснование встречи, например: «Как сделать безопасной жизнь наших детей в школе и на улице»; подчеркните ценность лично для вас участия приглашаемого вами родителя: «Вы поддержите меня», «Ваше мнение важно для меня» и т.д.

3. Присоединение к аудитории. Присоединяйтесь к родительской позиции с помощью слов: *мы, наши дети* и т. п. Для того чтобы уменьшить сопротивление, негативный настрой родителей на информацию, лучше всего:

* не сидеть за столом (отсутствие преград);
* чаще улыбаться;
* смотреть в глаза;
* принять свободную позу;
* сделать паузу, чтобы привлечь к себе внимание и дождаться тишины;
* избегать слова «собрание», употреблять другие синонимы: встреча, разговор и т.п.
1. Начните лекцию с позитивной информации:
* сказать что-то хорошее о *наших* детях;
* выразить чувства радости, удовлетворения, благодарности за то, что родители
* пришли на встречу;
* выразить надежду на взаимопонимание.

Все это способствует доверительному контакту с аудиторией, снимает напряжение и беспокойство даже у тревожных родителей. Если вы еще продолжаете волноваться, скажите о своем волнении аудитории – это увеличит ее доверие к вам и восприимчивость к вашей информации.

*Алгоритм информационно-мотивационного сообщения:*

*Вступление (5 минут):*

- Кратко сообщите о цели встречи. Например: «Разговор пойдет о наших детях, о том, как нам, взрослым, уберечь их от наркотического соблазна, искушения, помочь им статьсильными, самостоятельными, ответственными за свое здоровье, свою жизнь...»;

- Объедините аудиторию на базе единой потребности (это предотвращает сопротивление), для этого используйте позитивные утверждения, с которыми все согласны (принцип трех «да»). Например: «...ведь нам так этого хочется – правда? Мы все любим своих детей – да? Мы все хотим счастья, безо­пасности для них в таком меняющемся мире – да?» Дайте при этом возможность аудитории выразить свое согласие на каждый вопрос;

- Сделайте обзор того, о чем будете говорить. Например: «Я расскажу вам о ситуации с распространением наркотиков, об ее опасности для наших детей, о причинах, побуждающих детей пробовать наркотики, познакомлю вас с цифрами и фактами, отражающими эту проблему, о том, что делается в нашем городе и в нашей школе для снижения этой опасности. Мы с вами рассмотрим возможности, как сделать эту работу более действенной. После лекции вы получите памятки с необходимыми телефонами, адресами и другой нужной информацией»;

- Укажите, сколько времени займет ваша лекция. Например: «Мое сообщение займет... минут, остальные... минут я буду отвечать на ваши вопросы».Сообщите о своих ожиданиях (запрограммируйте результат). Например: «В результате своей лекции я ожидаю, что мы все четко поймем свою роль в обеспечении безопасности наших детей и будем готовы к совместным усилиям и партнерству».

*-* Используйте наглядные материалы (например, фильм «Дети и наркотики» (17 минут).

- Стимулируйте обсуждение чувств. После просмотра фильма расскажите о своих чувствах (волнение, тревога за детей, страх, растерянность и т. п.). Спросите родителей о том, какие чувства испытывают они. Похожие чувства способствуют сплочению аудитории.

- Сообщите основные цифры и факты (7 минут).

ВНИМАНИЕ! Все цифры лучше читать с бумаги, так как это повышает доверие к лектору.

Переходите к обсуждению предпосылок ситуации (15 минут). Выделите факторы, способствующие формированию зависимого поведения.

*Факторы, способствующие формированию зависимого поведения:*

Опасность – не только в предложении наркотиков. Наркотики существуют столько, сколько существует человечество, но общество всегда защищало от них детей, пресе­кая доступ к наркотикам. Общество изменилось, нужно раз­рабатывать и новые способы защиты, направленные не только на сокращение торговли наркотиками (например, ужесточая законодательство), но и делая самих детей менее уязвимыми к предложению наркотиков (предотвращение спроса).

Почему беззащитны именно дети?

* Прежде всего, нужно учитывать возрастные особенности:

*- любопытство,*

- *внушаемость,*

*- неустойчивая самооценка,*

*- нет опыта решения конфликтов и выхода из стрессовых ситуаций.*

* + Иногда мы, взрослые, и сами, исходя из большой любви и чувства долга, способствуем усилению этих особенностей детей неправильным воспитанием. Можно выделить такие его разновидности, как:

*- гиперопека* – слишком стараемся уберечь детей от трудностей. Это приводит к зависимости, несамостоятельности ребенка;

*- авторитарность* –требование послушания и жесткой дисциплины. Это приводит к повышенной внушаемости, низкой самооценке ребенка;

*- гипоопека* –вместо чувств, душевной заботы – вещи, подарки. Это приводит ребенка к низкой самооценке, хроническому стрессу, чувству одиночества, ненужности.

* + Такие разные ситуации, как:

*- конфликты дома;*

*- непонимание родителей;*

*- проблемы а школе;*

*- отсутствие безопасной зоны для реализации;*

*- любопытства;*

*- отсутствие тепла и поддержки*

толкают ребенка, подростка к «плохим» друзьям – способствуют первому пробованию, употреблению наркотиков и формированию зависимости.

Сделайте акцент на том, что могут предпринять сами родители для того, чтобы предотвратить опасность для своих детей (15 минут).

Обговорите возможные подходы к решению проблемы наркомании:

- разработка программы профилактики, направленная на устране­ние причин возможного пристрастия к наркотикам у детей. Нужна профилактика не только наркомании, но и других зависимостей (например, от телевизора, еды, табака, алкоголя и пр.). Это также и профилактика неврозов, депрессий, соматических заболеваний, суицидов. Нужны единые подходы, которые разделяют все участники профилактики – педагоги, родители, дети.

Обрисуйте ожидаемые результаты профилактики в позитивном ключе:

* + Дети, правильно информированные о наркотиках, в соответствии с возрастом и без запугивания, ознакомленные с последствиями их действия и, главное, с мотивами, причинами обращения к ним, могут осознанно отказаться от сомнительных удовольствий.
	+ Дети, окруженные нашим душевным теплом, способны получать радость безопасным, здоровым путем.
	+ Дети с высоким уровнем самооценки, умеющие справляться с трудностями, больше защищены.
	+ Дети, которые могут противостоять групповому давлению, в большей безопасности.

Предложите сотрудничество и разделите ответственность (5 минут).

*«Для реализации профилактической программы в школе необходимы совместные усилия, партнерство учителей, родителей, специалистов. Кто готов для этого 1—2 часа в месяц посвятить созданию в коллективе (группе) таких условий, которые помогут детям стать устойчивыми к наркотическим соблазнам?»*

ВНИМАНИЕ! После этого вопроса лучше всего выдер­жать паузу, пока не поднимутся первые 2 – 3 руки.

Поблагодаритеродителей, поднявших руки, и выразите надежду на то, что в будущем и остальные присоединятся к инициативе родителей.

«О *том, что конкретно мы будем с вами делать в этом направлении, мы поговорим на следующей встрече, о которой я вас извещу. Пожалуйста, и вы, в свою очередь, подумайте над моими предложениями. Я буду очень благодарна за ваши идеи».*

Постарайтесь назначить встречу с активными родителямив ближайшее время, чтобы обсудить их мнения, предложения, идеи (проведите с ними фокус-группу или дискуссию – см. ниже).

ВНИМАНИЕ! Если ваше выступление прерывается вопросами, нужно сказать что-то типа: «Это, безусловно, важно! В конце лекции будет... минут, я отвечу на ваш вопрос».

Если завязывается дискуссия, предложите родителям провести обсуждение в другое время (см. *дискуссия).*

Если аудитория слишком пассивна, проведите короткую фокус-группу, чтобы побудить аудиторию к размышлениям, озадачить (см. *фокус-группа).*

Обеспечьте родителей памятками, телефонами доверия, телефонами и адресами социально-психологических служб в районе.

Поблагодарите всех присутствующих за внимание, ответьте на возникшие вопросы.

*КАК РАБОТАТЬ С ВОЗРАЖЕНИЯМИ*

Возражения – это все что угодно, но не «да».

Родители могут высказать такие возражения: «У меня нет времени, я слишком занят на работе», «Этим должны заниматься специалисты», «Я не знаю, что делать, не умею...», «Мой ребенок все время под присмотром, поэтому меня это не касается...» и т.д.

Но и соглашающиеся с вами родители, говорящие вам «да» на лекции, не обязательно сделают так, как вы их про­сите, это может означать, что они просто не высказали свои возражения.

*Относитесь к возражениям, как:*

1. к недостатку информации у родителя (не слышал, не понял, вы не сказали чего-то);

2) к показателю того, что у родителей задеты чувства во время вашего сообщения (например, чувства страха, вины);

3) к возможности опреде­лить тему для последующей дискуссии.

*Например:* кто-то из родителей говорит, что профилактикой не должны заниматься родители – «это проблема школы (наркологов, милиции, государства...)». В таком случае последующая дискуссия может быть посвящена теме «Кто отвечает за безопасность моего ребенка?».

*Поэтому:*

1. Реагируйте на возражения спокойно.
2. Разделите человека и его «возражающее» поведение.
3. Дайте «выпустить пар»: не перебивайте, смотрите в глаза, кивайте и т. д.
4. После того как «выпущен пар» – присоединитесь к чувствам родителей.

*Например:* «Мне понятны ваши чувства, на вашем месте я, наверное, испытывала бы то же самое».

1. Благодарите за задаваемые вопросы и высказанные возражения.

*Например:* «Спасибо, это важно... Хорошо, что вы подняли этот вопрос» и т. д.

1. Не критикуйте, не спорьте, не перебивайте, ждите пауз в речи возражающего.

7. Искренне просите: «Я хочу с вами посоветоваться (обсудить)...», «Прошу помочь разобраться» и т. д. Спрашивайте: «Как мне поступить с этой ситуации?»

1. Возвращайте к цели встречи, если высказывания ушли далеко от темы.
2. Если родители говорят: «Это невозможно сделать», то вместо «Почему?» уместнее спросить: «А что могло бы получиться, если все-таки это сделать?»
3. Спросите: «Что должно случиться, чтобы вы сказали «да»?», «Что мне нужно вам сказать (сделать), чтобы вы согласились?»
4. Задавайте уточняющие вопросы: «Что вы имеете в виду? Я не совсем понял вас. Не повторите ли вновь?»
5. Перефразируйте смысл сказанного: «Если я правильно вас поняла, то...», «Другими словами, вы считаете, что...», «Вы хотите сказать, что...».
6. Резюмируйте, особенно когда поток речи не иссяка­ет. Воспользуйтесь паузой и скажите: «Таким образом, главное в том, что вы сказали...» или «Итак, вы предлагаете...».
7. Отражайте чувства: «Мне кажется, вы расстроены (обижены, разозлились)...».
8. Примените технику «трехступенчатая ракета»:
* опишите поведение собеседника: «Когда вы делаете (говорите) то-то и то-то...»;
* отразите свои собственные чувства, связанные с этой ситуацией;
* обратитесь с просьбой о том, что вы хотите получить.

 *Например,* возникла стихийная дискуссия: родители спорят друг с другом.

Ваша «трехступенчатая ракета» в этом случае может быть такой:

* «Я вижу, что вы с увлечением обсуждаете что-то (без меня)...»;
* «От этого я чувствую растерянность, обиду...»;
* «Поэтому я хочу вас попросить соблюдать правила дискуссии. Говорит кто-то один, все слушают».
1. Переформулируйте возражения в вопросы.

*Например,* возражение: «Зачем нам это нужно!?» – вопрос: «Вы считаете, что вам это совсем не нужно?»

1. Используйте возражение как возможную тему для дискуссии (особенно если возражения высказывает группа родителей).

*Как предупредить возражения?*

* Не снижайте самооценку родителей. Не намекайте, что у них плохие дети или они – плохие родители. Критика детей, намеки на то, что с ними не все в порядке, включает у родителей чувства страха, вины. Мысль: «Я плохой родитель», приводит к обороне (нападению), т. е. к возражениям.
* Повышайте самооценку: «Я верю, что вы делаете все возможное для своих детей».
* Благодарите за участие, активность, искренность, терпение, внимательность и т.д.
* Чаще отражайте свои чувства, благодаря этому вы становитесь понятнее и безопаснее для родителей: «Я волнуюсь, я смущена, я чувствую растерянность, меня раздражает, пугает, тревожит...»
* Используйте прием *«чтение мыслей»:* проговорите возможные возражения до их возникновения и ответьте на них.
* *Например:* «Может быть, вы думаете, что нашим детям слишком рано давать информацию?», «Может быть, этим должно заниматься правительство или милиция?» – «Я и хотела бы сейчас поговорить об этом».
* Вместо «вы» чаще говорите «мы».
* Мотивируйте, показывая позитивный результат.
* *Например:* «Если мы обеспечиваем право голоса ребенка, если мы обучаем его, как справляться со стрессами, учим осознанно отказываться от любых соблазнов, улучшаем наши семейные отношения, то наши дети растут здоровыми, в *безопасной* атмосфере, умеющими справляться с трудностями...»
* *Сравните:* «Если мы не делаем того-то и того-то, то наш ребенок может попасть в руки наркомафии».
* Все люди легче мотивируются на достижение позитивного результата, чем на избегание негативного.
* Исключите, по возможности, слово «нет» из своих ответов.
* *Используйте формулировки типа:* «Мне представляется это иначе...», «Подумайте над таким вариантом...», «Мне кажется, что лучше...».
* Помните об «эффекте бумеранга», когда сильное давление на чувство родительского долга воспринимается как покушение на собственный выбор, в результате вы можете получить ответное сопротивление и давление на вас.
* Вопрос «Почему?» заменяйте на вопрос «Как?». «Почему?» подразумевает, что вы ждете отчета. Это вызывает сопротивление.

**Глава 7. Фокус-группа**

Это форма рассчитана на работу с малыми группами (например, активные родители, проявившие себя на лекции). Фокус-группа занимает 45-60 минут. Она представляет собой исследование мнений, настроений, установок и сопротивлений, степень понимания проблемы и путей ее решения.

Результаты этого исследования важны для ведущего, но в такой же мере они важны и для самих участников, потому что позволяют им прояснить свои мнения и суждения, их причины, а также понять других.

Когда люди лучше понимают себя и другого – они способны к сотрудничеству.

Ведущий, проводя фокус-группу, выполняет 6 задач:

* + Способствует сотрудничеству родителей по реализации программы профилактики (основа родительского объединения).
	+ Определяет возможные причины сопротивления родителей активной работе по профилактической программе.
	+ Способствует развитию навыков аргументирования правильных точек зрения и корректирует неправильные точки зрения.
	+ Проясняет приоритетные направления работы с родительской аудиторией.
	+ Выявляет активных родителей и лидеров.
	+ Формирует запросы родителей на получение дополнительных знаний и новых навыков.

*Подготовка к фокус-группе*

* 1. Приготовьте список утверждений для последующего обсуждения с группой.

Эти утверждения основываются на возможных ошибочных убеждениях, суждениях и «мифах» родителей относительно наркотиков, зависимостей, их причин и последствий, на представлении родителей о своих воспитательных навыках и роли в профилактике зависимостей.

Мы приводим ниже примерный список подобных утверждений, составленный на основе нашего опыта работы с родительскими аудиториями, который в дальнейшем вы можете дополнить или переработать самостоятельно.

*Примерный список утверждений*

1. Успехи ребенка зависят от его отношения к учебе, внешкольной занятости.
2. Я могу формировать у ребенка позитивное отношение к занятиям.
3. Курение, алкоголь, наркотики – это влияние дурной компании.
4. Я могу научить ребенка противостоять дурному влиянию.
5. Испытываемые ребенком тоска, скука, гнев, обида, вина влияют на его самочувствие и работоспособность.
6. Я могу помочь сыну, дочери справиться с этими чувствами, не подавляя самих чувств.
7. Конфликтные отношения вредят моему ребенку, сказываются на здоровье и учебе.
8. Я могу научить своего ребенка навыкам конструктивного разрешения конфликтов.
9. Доверие ребенка родителям является условием того, что в трудной для него ситуации он обратится к ним.
10. Я могу создать условия, чтобы мой ребенок мне доверял.
11. Противоречивые, несправедливые требования роди­телей разрушают доверие в семье и толкают ребенка в сомнительные компании.
12. Я могу быть последовательным по отношению к сыну, дочери, вырабатывая ясные, справедливые правила совместной жизни.
13. В воспитании важен личный пример родителей.
14. Я уверен, что всегда смогу служить достойным примером своему ребенку.
15. Если я заберу всю ответственность у ребенка, то он не научится сам отвечать за свою жизнь, здоровье, судьбу.
16. Я знаю, как способствовать развитию самостоятельности, ответственности у своего сына, дочери.
17. Я уверен, что мой ребенок не будет употреблять наркотики.
18. Я смогу научить ребенка отказаться от пробования наркотиков.
19. Я заинтересован в получении новых знаний и навыков по наиболее эффективному воспитанию своего ребенка, чтобы наркотики не соблазнили его.
20. Табак и алкоголь – это не наркотики.
21. Телевизор, компьютер, еда, сладости, кофе не могут вызывать зависимости.
22. Все наркоманы и токсикоманы выходят из неблагополучных семей.
23. Чтобы дети не употребляли наркотики, их надо пугать последствиями.
24. Нужно легализовать наркотики.
25. Употребляющих наркотики нужно построже наказывать.
26. Наркотики употребляют, потому что плохо работает милиция.
27. Причины употребления наркотиков – в самом человеке, в его желании быстрого удовольствия.
28. После принятия алкоголя все становится проще, проблемы отступают.
29. Знакомиться легче, если принял немного алкоголя.
30. Подростки часто испытывают одиночество.
31. Важно знать, как реклама влияет на сознание людей, чтобы критически относиться к ее заманчивым предложениям.
32. Знание причин потребления табака, алкоголя, наркотиков – это предупреждение их употребления.
33. Людям важно знать, как повышать уверенность в себе и преодолевать стресс.
34. Я умею повышать свою уверенность и преодолевать стресс.
35. Мое личное здоровье для меня важно (ценно).
36. Я забочусь о своем здоровье на деле и делаю все, чтобы его укрепить и сохранить.
37. Чтобы ребенок заботился о своем здоровье, совсем неважно, заботятся ли о своем здоровье его родители.
38. Если бы дети слушали своих родителей – было бы меньше наркоманов.
39. Если бы родители слушали своих детей – было бы меньше наркоманов.
40. Если у родителей есть алкогольная/табачная зависимость, то это дурной пример для детей.

Просмотрев этот список, вы обнаружите, что многие пары утверждений указывают на противоречия между родитель­скими знаниями и навыками, например, утверждения 13 и 14. Такие противоречия, если они осознаются родителями, заставляют их быть более критичными к своим суждениям и мотивируют на получение практических навыков.

Многие утверждения вскрывают ошибочные представления родителей по поводу средств зависимости и причин их употребления (например, 20, 21, 26 и др.) или их ошибочные воспитательные установки (в частности, утвержде­ния, касающиеся функции родительского примера). В списке встречаются также и утверждения, представляющие собой базу родительских «мифов» (например, 22, 23).

Все эти и подобные им иррациональные суждения подлежат коррекции, которая осуществляется ведущим фокус-группу.

*Формы коррекции иррациональных родительских суждений на фокус-группе:*

Коррекция проводится в мягких и недирективных формах, с сохранением нейтральной позиции ведущего, чтобы не ставить участников фокус-группы в зависимое положение и не лишать их активности. Критика ведущим даже явно ошибочных мнений недопустима.

*А. Позитивное подкрепление рациональных суждений.*

*Прием 1.* Предоставление возможности аргументировать рациональное суждение. Например: группе родителей, не согласившихся с тем, что «детей нужно пугать последствиями употребления нар­котиков», предоставляется возможность аргументировать свое мнение. Другим участникам не предоставляется возможности для опровержений, чтобы это не переросло в длительную дискуссию.

*Прием 2.* Подкрепление авторитетным мнением – ссылками на мнения специалистов, данными исследований и т.д.: «Многие специалисты ...согласны с вами...»

*Б. Негативное подкрепление иррациональных суждений.*

*Прием 1.* Доведение иррационального суждения до гротеска. Например: большая группа родителей соглашается с утверждением «Наркотики употребляют, потому что плохо работает милиция». Ведущий продолжает углублять иррациональность этого суждения следующим образом: «Действительно, профилактика наркомании – это дело только милиции. Милиция обязана следить за нашими детьми, проверять содержимое их портфелей, сопровождать каждого ребенка во время прогулок и по дороге в школу и т.д.» Обычная в таком случае смеховая реакция аудитории обесценивает силу иррационального суждения, действует отрезвляюще.

*Прием 2.* Опровержение авторитетным мнением: «Мно­гие специалисты... с вами не согласны и считают, что...».

* 1. Подготовьте сигнальные карточки для участников.

При проведении фокус-группы ведущий, обращаясь к аудитории, зачитывает поочередно утверждения из списка и просит участников согласиться или не согласиться с ними, подняв соответствующую цветную карточку (например, зеленую, которая выражает согласие, или красную, которая выражает несогласие). Кстати, в подготовке карточек могут принять участие активные родители.

Ведущий и его помощник должны иметь бумагу и карандаши для учета количества тех или иных ответов, эту запись можно вести на доске, чтобы сделать результаты на­глядными для всех.

* 1. Подготовьте помещение.

Фокус-группу можно проводить в обычном кабинете. Участники размещаются за столами. Преимуществом такого размещения является относительная независимость в выборах ответов. Фокус-группу можно проводить, посадив участников в круг и убрав столы. Преимуществом такого размещения является возможность увидеть своих единомышленников при ответах на какие-то утверждения. Кроме того, ведущий может легко увидеть лидера данной группы, который, как правило, поднимает карточку первым, делает выбор уверенно и не сверяется с мнениями других. Остальные родители часто сверяют свой ответ с его выбором. Если такой лидер «позитивен», т.е. имеет минимум иррациональных суждений и мотивирован на профилактическую работу, то он способен объединить вокруг себя других родителей и возглавить родительское объединение. «Негативного» лидера (много иррациональных суждений, но активен) можно также привлечь к профилактической работе, но только там, где он не способен повлиять своим мнением на других. Например, если вы заранее знаете, что среди родителей – участников фокус-группы есть такой «негативный» лидер, привлеките его в качестве вашего помощника для подсчета поднятых карточек.

*Этапы проведения фокус-группы*

* Знакомство (если участники не знакомы).
* Ведущий излагает цель встречи, коротко рассказывает о форме работы и правилах.

*Правила для участников:*

* выслушать утверждения до конца;
* решить, согласны вы или не согласны;
* выразить свое согласие или несогласие, подняв соответствующую карточку *(да* –зеленая, *нет* –красная);
* ориентироваться в выборе только на свое мнение;
* во время исследования мнений не задавать вопросы и не начинать дискуссии.
	+ Исследование мнений участников, с подсчетом количества согласившихся и несогласившихся с каждым зачитанным утверждением.

Обсуждение с аудиторией полученных результатов. Ведущий снова зачитывает утверждения и комментирует результат, опираясь на:

* + сопоставление парных утверждений. Например: «Большинство родителей согласилось, что личное здоровье важно для них, но на деле заботятся об укреплении и со­хранении своего здоровья только два человека» (пауза);
	+ коррекцию иррациональных суждений (см. выше).
* Обмен чувствами. Ведущий просит участников высказать свои чувства: «Что удивило вас? Что вызвало тревогу? Над чем вы задумались? Что вас озадачило?» Обычно родители на этом этапе говорят: «Я никогда не задумывался, что алкоголь – это тоже наркотик», «Меня удивляет, что может быть зависимость от кофе или от еды», «Поразительно то, что я знаю, что нужно делать и почему нужно, но не знаю как».
* Заключение. Ведущий обобщает результаты, делая акцент на чувствах и высказываниях участников. Например: «Мы с вами провели интересное исследование, которое показало, что у вас есть потребность получить дополнительную ин­формацию по теме «Что такое удовольствие, что такое зависимость?» (или «Функция родительского примера», или «Скрытые зависимости», или «Как мне общаться с моим ребенком, чтобы он доверял мне?» и т.д.). Давайте выберем время, чтобы провести дискуссию с другими родителями или родительский вечер на эту тему. На такой вечер мы могли бы пригласить специалистов по профилактике... Кто поможет мне в организации такой дискуссии (такого вечера)?» Те, кто вызвался вам помочь (активные родители), становятся вашими помощниками при подготовке дискуссии или вечера. Поручите им оповестить родителей, пригласить спе­циалистов, размножить раздаточные материалы и т.п.

Поблагодарите всех участников фокус-группы.

**Глава 8. Дискуссия**

Это форма рассчитана на работу с малыми группами (родители одной группы воспитанников или активные родители, проявившие себя на лекции). Она представляет собой обмен мне­ниями, суждениями, впечатлениями и ощущениями участников в рамках определенной темы.

*Тема дискуссии* определяется на основе:

* вопросов и возражений родителей на лекции и после нее;
* сомнений родителей и их потребностей в аргументированной информации, возникших на фокус-группе;
* конкретных ситуаций, возникших в коллективе, группе, дворе, районе, например, ситуаций, связанных с распространением и употреблением наркотиков.

Дискуссия подразумевает руководство ведущего, принятие определенных правил и следование этапам процесса.

*Преимущества дискуссии*

Дискуссия предоставляет каждому участнику возможность:

* реализовать свое право голоса;
* приобрести навык выражения мыслей и чувств;
* научиться допускать чужие мнения и чувства;
* натренировать навык аргументирования своего мнения;
* осознать личную ответственность в групповом процессе;
* приобрести новые убеждения через критическое осмысление;
* более глубоко усвоить новую информацию.

*Правила проведения дискуссии*

1. *Правило активности.* Каждый должен участвовать: высказываться, реагировать на чужие высказывания.
2. *Правило очередности.* Когда один говорит – другие слушают.
3. *Правило внимательности.* Не отклоняться от темы дискуссии.
4. *Правило открытости.* Каждый открыто высказывает свое мнение и свои чувства.
5. *Правило проблемы.* Обсуждаются мнения по теме, а не об участниках.
6. *Правило уважения друг к другу.* Нельзя оскорбительно отзываться о ком-то, навешивать ярлыки, давать оценочные суждения.
7. *Правило времени.* Каждый берет на себя обязательство говорить коротко и по существу.

С правилами дискуссии знакомит ведущий.

Желательно написать правила на доске или отпечатать на листе бумаги крупными буквами так, чтобы видели все участники.

*Подготовка к дискуссии*

1. Прежде чем вы приступили к подготовке дискуссии, ответьте для себя на следующие вопросы, касающиеся ее цели: Кого я хочу пригласить для участия в дискуссии? (Будет полезным, если в дискуссии примут участие один-два активных родителя, прошедших через фокус-группу). Чего я хочу от участников дискуссии? (Например, выслушать мнения родителей по какой-то проблеме, узнать их чувства, отношения к чему-то, побудить их к принятию решения). Чего я ожидаю в результате дискуссии? (То есть что участники должны знать, осознавать, понимать, хотеть делать).

2. Сформулируйте тему дискуссии.

Хорошо, если в формулировке темы звучат некие противоречия, с которыми могли бы поспорить участники обсуждения.

3. Сформулируйте вопросы для обсуждения.

Вопросы должны быть простыми, открытыми (т.е. подразумевать развернутые ответы) и раскрывать избранную тему со всех сторон, их не должно быть много (обычно 5-7).

Например, к теме «Что такое удовольствие, что такое зависимость?» могут быть составлены следующие вопросы: «Какими способами можно получать удовольствия от жиз­ни?», «Почему то, что вызывает удовольствие, вызывает и зависимость?», « Как вести себя в гостях, чтобы чувствовать радость и удовольствие без выпивки?», «Как вы думаете, кто такие «работоголики»?», «Дети могут стать зависимыми от сладостей, если...?», «Почему люди пьют таблетки по любому поводу?».

*Этапы проведения дискуссии*

Этап I. *Создание доверительной атмосферы.* Ведущий:

* приглашает участников дискуссии сесть в круг;
* предлагает всем познакомиться, назвав свое имя (и отчество);
* знакомит с правилами дискуссии.

Этап II. *Вводная часть.* Ведущий:

* устанавливает время дискуссии;
* формулирует цель и тему дискуссии. Для того чтобы побудить активное обсуждение, ведущий излагает проблему в виде некоторого противоречия и показывает, какие результаты может дать ее обсуждение;
* просит участников задавать уточняющие вопросы.

Этап III. *Обсуждение проблемы.* Ведущий:

* предлагает каждому участнику высказать свое мнение о проблеме. Для этого существуют два варианта:

а) свободные выступления желающих;

б) структурирование очередности выступлений (очередность по кругу, передача предмета и т.д.);

* стимулирует пассивных участников. Для этого он может обратиться к «молчуну» с просьбой высказать свое мнение, подчеркнув значимость мнения каждого;
* сдерживает слишком активных участников: может прерывать затянувшиеся монологи, напоминать о времени;
* поддерживает доброжелательную атмосферу дискуссии: устраняет недоразумения, возникающие между участниками, пресекает оценочные суждения и т.п.;
* держит участников в русле проблемы: возвращает отклонившихся от темы, напоминая о целях и задачах дискуссии;
* помогает прояснить проблему для участников, используя технику уточнения, перефразирования и т. д.;
* дает промежуточные резюме, время от времени обобщая высказывания участников.

Этап IV. *Выработка согласованного мнения.* Ведущий:

* прекращает обсуждение;
* сообщает разные мнения участников, учитывая, по возможности, мнения всех членов группы;
* сопоставляет итоговое мнение с изначальными задачами дискуссии;
* сопоставляет мнение группы с мнениями специалистов, с которыми он проконсультировался по данной проблеме.

*Например,* согласованное мнение группы: родители ответственны за безопасность своего ребенка, все родители должны быть вовлечены в организацию безопасной жизни и учебы для своего ребенка, родители обеспечивают безопасность своего ребенка не только дома, но и за его пределами.

Этап V. *Выработка группового решения.* Ведущий:

* побуждает участников высказаться по поводу решения проблемы**;**
* проводит «Тест на согласие»;

Например, задав вопрос: «Согласны ли мы все с тем, что мы должны действовать таким образом, как только что было предложено?» – настаивайте на ответе группы, не принимайте молчание за согласие. Участники должны сознательно заключить соглашение друг другом.

Или другой пример: формулирование соответствующего соглашения в негативной форме: («Есть ли кто-нибудь, кто не согласен с тем, что...?»);

* обобщает решения участников, формулируя групповое решение.
* *Например:* участники принимают решение, что всех родителей нужно информировать и обучать тому, как организовать безопасность своего ребенка в обществе;
* приглашает всех участников дискуссии к дальнейшей работе по практической реализации решения *(мозговой штурм* –см. ниже).
* *Этап VI. Завершение дискуссии.* Ведущий:
* отражает свои чувства по поводу хода дискуссии и выработанного решения;
* предлагает участникам дискуссии высказать свои чувства;
* благодарит всех участников дискуссии, подчеркивая вклад каждого в общий итог.

**Глава 9. Мозговой штурм**

Мозговой штурм – это форма группового мышления и эффективный способ решения проблем. Может проводиться и в малых, и в больших группах.

Если дискуссия отвечает на вопросы «что происходит?», «почему?», «зачем?», то мозговой штурм дает возможность ответить на вопросы «что именно делать?», «как?» «когда?», «кто?».

Цель мозгового штурма – выдвинуть как можно больше идей в ограниченный интервал времени, спланировать их осуществление.

Преимущества мозгового штурма заключаются в том, что он дает каждому участнику возможность:

* реализовать свое право голоса;
* осознать личную ответственность в групповом процессе;
* всесторонне рассмотреть проблему и пути ее решения;
* разработать проект и подготовить его к реализации за ограниченное время;
* получить навыки решения споров;
* получить навыки планирования деятельности;
* приобрести опыт групповой работы и сотрудничества: единомышленники становятся соратниками;
* получить навыки принятия, разделения и делегирования ответственности;
* повысить заинтересованность, активность всех участников работы: люди поддерживают те проекты и решения, в которые вложили собственные идеи, творчество и воодушевление.

Тема мозгового штурма определяется во время дискуссии на основе группового решения, требующего воплощения.

*Подготовка мозгового штурма*

Прежде, чем вы приступите к подготовке мозгового штурма, ответьте на следующие вопросы, касающиеся его цели, аудитории, проблемы и времени:

* Кого я хочу пригласить для участия в мозговом штурме? (Будет полезным, если к мозговому штурму будут привлечены родители, принимавшие участие в дискуссии.)
* Каким образом я хочу решить проблему? (Например, я хочу, чтобы родители предложили возможные решения, выбрали наиболее оптимальные варианты решения и выработали общий план действий.)
* Чего я хочу для всей группы участников? (Например, я хочу, чтобы группа сплотилась для решения проблемы, пришла к согласованному решению, чтобы группа была готова принять ответственность за это решение. Я хочу, чтобы в группе долго сохранялись теплые, дружеские, творческие отношения, которые необходимы для создания родительского объединения.)
* Чего я хочу для каждого участника мозгового штурма? (Например, я хочу, чтобы участники штурма реализовали свое право голоса, чтобы каждый внес свой вклад в общее дело, чтобы каждый был готов к принятию ответственности. Я хочу, чтобы проявили себя родители с лидерскими качествами.)
* Чего я ожидаю в результате работы? (Например, я ожидаю, что участники выберут оптимальный способ решения проблемы, определят, что именно делать, как делать, когда делать, кто именно будет делать и как результаты решения этой проблемы повлияют на общую цель. Я ожидаю, что участники захотят активно действовать, привлекать к осуществлению действий других родителей, детей, поддерживающие организации.)

*Этапы мозгового штурма*

Этап I. *«Разогрев» аудитории.*

* Убедитесь в том, что все знакомы. Если нет – дайте возможность представиться.
* Чтобы создать непринужденную и творческую атмосферу, проведите «разогрев», предложив участникам поделиться своим эмоциональным состоянием («сводка эмоци­ональной погоды»). Например, кто-то может сказать: «Внутри меня такая погода: солнечно и ветрено», а другой: «Внутри меня прохладно, идет дождь».

Другой вариант «разогрева»: дайте участникам, сидящим кругом, групповое задание придумать максимальное количество способов использования какого-то обычного (бесполезного) предмета, например, перегоревшей лампочки, оторванного каблука и пр.

Этап II. *Введение в курс дела.*

* Расскажите коротко о том, что такое мозговой штурм, что он позволяет за короткий срок решать разные проблемы самыми неожиданными способами.
* Изложите порядок работы: «Наша работа будет проходить пошагово, для каждого шага предусмотрены свои правила, с которыми я буду вас знакомить в начале каждого шага. В промежутках между работой вы можете сделать паузу, попить чаю...»
* Попросите участников разместиться в круге, как им удобно, если число участников больше 12 – сделайте два-три круга. Оптимальное число участников каждого круга – 7-9 человек.
* Коротко, ясно, четко изложите суть проблемы. *Например:* «Во время дискуссии все пришли к выводу, что родители должны быть вовлечены в организацию безопасной жизни своего ребенка. Мы с вами видим, что здесь две проблемы: первая – как вовлечь всех родителей в организацию безопасности детей, вторая – как обеспечить родителю безопасность своего ребенка. Для того чтобы решить обе проблемы, предлагаю поделиться на две группы, при этом каждая группа будет решать только одну проблему».

Этап III. *Пошаговая работа.*

*Шаг 1. Генерация идей. (20 мин.)* Ведущий знакомит участников с правилами 1-го шага:

* каждая группа работает самостоятельно;
* для решения проблемы все выдвигают идеи (или по очереди, или по желанию, но высказаться должен каждый);
* принимаются любые предложения по решению данной проблемы, включая и самые невыполнимые;
* все предложения выслушиваются и записываются;
* предложения не обсуждаются и не критикуются. Ведущий распределяет роли: кто-то ведет запись идей, кто-то следит за временем, кто-то ответствен за то, чтобы высказывались все.

*Шаг 2. Обсуждение банка идей. (10 мин.)* Ведущий знакомит участников с правилами 2-го шага:

* по-прежнему каждая группа работает самостоятельно;
* все накопленные идеи зачитываются, обсуждаются
* участниками;
* группа анализирует идеи, обобщает, аргументирует их и выбирает одну-две как оптимальные;
* групповое решение принимается не голосованием, а путем достижения консенсуса;
* допускается только конструктивная критика, например: вместо «Это идея плохая...» – «Лучше сделать так-то...».

*Шаг 3. Презентация лучших идей. (10 мин.)* Ведущий знакомит участников с правилами 3-го шага:

* каждая группа выбирает спикера (тот, кто будет говорить за всю группу);
* спикер каждой группы выступает перед всеми участниками, презентуя одну-две оптимальных идеи группы и обосновывая выбор (например: «Наша группа предложила 40 идей, после обсуждения мы выбрали две, потому что...»). Остальные участники выслушивают каждого спикера, критика и споры не допускаются.

*Шаг 4. Превращение «прожекта» в проект. (30-40 мин.)* Ведущий знакомит участников с правилами 4-го шага:

* каждая группа продолжает работать самостоятельно;
* группа решает, какая из оптимальных идей должна быть выбрана для первоочередного воплощения (реальна, приемлема);
* совершив выбор, каждая группа строит «прожект». Для этого каждый из участников старается представить себе в воображении полную реализацию данной идеи, ее результат. «Представьте себе, что идея воплощается, представьте это ярко, во всех деталях, посмотрите, кого вы видите на воображаемой картинке, что они делают, послушайте их разговоры, почувствуйте их настроения...»;
* каждый из участников делится своим «прожектом»;
* создается общегрупповой «прожект» (каждый вносит свои детали в общую картину, чтобы «прожект» стал еще привлекательнее);
* составляется групповой план реализации «прожекта» (проект), включающий ответы на такие вопросы: Что должно быть сделано? Когда это должно быть сделано? Кто это будет делать? Какие из ресурсов (и сколько) будут привлекаться? Какие этапы должны быть пройдены, чтобы «прожект» стал реализованным проектом?;
* в каждой группе определяют, кто и что возьмет на себя в реализации проекта;
* выбирается координатор проекта из числа участников группы;
* участники договариваются о времени и месте следующей встречи.

*Шаг* 5. *Презентация проектов. (10 мин.)* Ведущий знакомит участников с правилами 5-го шага:

* каждая группа выбирает спикера;
* спикер каждой группы выступает перед всеми участниками, презентуя проект решения проблемы;
* все остальные участники могут реагировать эмоционально (аплодисменты, поздравления и т. д.).

*Шаг 6. Завершение (10 минут).* Ведущий побуждает участников к обсуждению чувств и впечатлений, рассказав для начала о своих (что понравилось, что вызвало удивление, что воодушевило, что рассмешило и т.п.). Он делегирует часть своей ответственности координаторам групп: спрашивает координаторов, когда состоится следующая встреча, где и как координатор будет поддерживать связь с ведущим, нужна ли какая-то допол­нительная информация; вносит встречи с координаторами в свой личный план работы.

В завершение встречи ведущий благодарит всех участников.

**Глава 10. Ролевая игра (ролевой тренинг)**

Ролевая игра – хорошая форма подготовки к какой-либо практической деятельности. Например, если требуется подготовка родителей для выполнения каких-то ролей в со­вместном проекте после мозгового штурма или если возникают сложные, конфликтные ситуации, которые необходимо немедленно разрешить.

Ролевая игра может служить для исследования и коррекции воспитательной функции родителей.

Можно использовать ролевые игры «один на один» (например, кто-то из родителей обратился за помощью: «У меня не получается замотивировать других родителей на участие в тематическом вечере») или с большим количеством участников (например, ролевая игра для имитации встречи с представителями поддерживающих организаций).

Соответственно, время и пространство, требующиеся для ролевой игры, определяются исходя из потребности.

* *Пример ролевого тренинга «один на один»*

К педагогу-организатору обращается одна из активных родительниц, которая после мозгового штурма получила поручение от группы пригласить всех родителей на вечер «Функция родительского примера». Она говорит, что откликнулись всего три человека, остальные ссылаются на недостаток времени, занятость и отсутствие проблем с ребенком.

Педагог предлагает ей «потренироваться» для большей эффективности ее мотивирующей роли. Если родительница соглашается, то педагог просит ее показать, как она приглашала родителей, сам при этом берет роль «приглашаемого родителя». Лучше такой тренинг проводить в пустом кабинете (комнате). Педагог занимает то место в классе, которое предлагает родительница, и просит ее начать беседу точно так, как она это делала раньше.

Выслушав «приглашение», педагог может заметить какие-то неточности или ошибки «мотиватора». Например, не было обращения по имени-отчеству, мотиватор стоял, возвышаясь над «приглашаемым», давил на чувство родительского долга, не показал преимуществ участия в родительском вечере, произносил приглашение поспешно, не смотрел в глаза собеседнику.

Педагог вслед за этим, выйдя из роли «приглашаемого» (например, пересев на другой стул), дает обратную связь, используя технику «трехступенчатой ракеты» (см. выше), и просит внести в роль изменения и сыграть заново.

Второй вариант: «Обратная связь». «Приглашаемый» говорит «мотиватору» то, что не сказали реальные родители. Например: «Вы даже не знаете, как меня зовут. Что вы давите на меня? Вы мне не сказали, что лично я получу от этого вечера... Мне кажется, что вам и самой не хочется меня видеть на этом вечере, потому что вы не смотрите мне в глаза...». С учетом такой обратной связи роль «мотиватора» снова переигрывается.

Третий вариант: «Зеркало». Выслушав приглашение «мотиватора», педагог предлагает посмотреть со стороны «как это было» и буквально повторяет увиденное и услышанное. Обратную связь дает «Мотиватор»: что он видел и слышал со стороны, какие это вызвало чувства в нем самом. Исходя из полученного опыта роль «мотиватора» снова переигрывается.

Четвертый вариант: «Обмен ролями». После выслушивания приглашения педагог играет роль «мотиватора», а родительница – роль «приглашаемого». Этот вариант дает возможность продемонстрировать нужное, правильное поведение, которое затем родительница пытается скопировать.

Иногда бывает достаточно обратной связи, чтобы неправильное поведение изменилось, в некоторых случаях приходится повторять проигрывание 2-3 и более раз, меняя варианты. Когда педагог видит, что эффективность «мотиватора» возросла, он дает позитивную поддержку, например, сказав: «Теперь я чувствую, что вы говорите уверенно, мне кажется, теперь у вас получится».

* *Пример ролевого тренинга в группе*

Такой тренинг обычно занимает 1-1,5 часа. Количество участников – до 20 человек.

Предположим, что во время мозгового штурма группа разработала проект, для осуществления которого необходимо участие поддерживающих организаций или привле­чение спонсоров. Для более эффективного осуществления этого проекта можно предпринять тренинг коммуникативной функции участников.

Чаще всего используются два этапа работы.

*1-й этап.* Ведущий демонстрирует ролевой тренинг с кем-то из желающих, используя один-два варианта, продемонстрированных в тренинге «один на один». При этом всем должно быть видно и слышно, что между ними происходит. Время на разыгрывание ограничивается 5-7 минутами. Обратную связь осуществляют участники группы.

Зрители внимательно наблюдают за ролевой игрой, за тем, что и как говорится, пытаются определить, чего участники игры хотят добиться своими высказываниями и что они вызывают своими словами, поступками и жестами. При обсуждении содержания игры могут помочь следующие вопросы:

* Какие желания, чувства проявились?
* Какие способы их выражения использовались?
* Что этим было достигнуто?
* Что помогало разговору, а что – нет?
* Все ли удовлетворены принятым решением?
* Имелись ли еще и другие возможности?

На этой основе в итоге разрабатываются альтернативные варианты, которые могут опробоваться через игру всеми участниками на 2-м этапе.

*2-й этап.* На этом этапе ведущий предлагает участникам поработать в парах.

Для этого они должны разделиться по два человека и попробовать проиграть альтернативные варианты.

Этот этап включает обмен полученными результатами в кругу и обсуждение возникших чувств. Он занимает до 30-45 минут.

Важно помнить, что большинство взрослых людей боится принимать участие в ролевых играх. Больше всего их беспокоит то, что они могут «опозориться» перед другими.

Чтобы это предотвратить, стоит до начала проигрывания ролей объяснить, что цель игры не в том, чтобы продемонстрировать чье-то неумение. Напротив, игры дают людям опыт и повышают их уверенность.

Игровой ситуации соответствует хороший, доверительный климат, недоминирующий тренер, стремление к самореализации участников.

**Глава 11. Ситуативная игра**

Ситуативная игра может использоваться для разработки стратегии и организации какого-либо мероприятия. Сценарием для ситуативной игры может стать выработанный во время мозгового штурма *проект.*

Участвовать в игре могут не только те, кто разрабатывал проект, но и те, кто ознакомился с проектом позже и присоединился к нему. Прежде чем вы начнете ситуативную игру, убедитесь, что все понимают сценарий однозначно.

Разыгрывание сценария и обсуждение занимают от 2 до 3 часов.

Результат ситуативной игры нельзя планировать заранее, в любом случае «проживание» проекта через игру приносит большую пользу – сплачивает команду, стимулирует творчество, инициативу, выработку новых идей и новых направлений работы.

*Шаг 1.* Сценарий зачитывается вслух. Попутно участники игры должны делать пометки: кто участвует, каковы роли. Группой составляется список ролей.

*Шаг 2.* Распределение ролей. Лучше, если роли будут распределены жеребьевкой, потому что нежелательно играть те же профессиональные роли, что и в жизни.

*Шаг 3.* Каждый участник придумывает себе «ролевое имя» и свое ролевое поведение.

*Шаг 4.* Группа спонтанно разыгрывает сценарий. Ведущий наблюдает со стороны. Если игра снимается на видео, то следует спросить заранее, нет ли возражений. Видеозапись может быть использована группой для анализа и по завершении игры стирается.

*Шаг 5.* Ведущий останавливает игру, когда:

* ситуация грозит обернуться неприятностями (например, участники вышли из ролей и начался конфликт);
* развязка игры уже произошла и достаточно материала для обсуждения;
* ситуативная игра не развивается, действие застопорилось.

*Шаг 6.* Обсуждение. Ситуативные игры всегда должны разбираться. Это самый важный этап, позволяющий осмыслить пережитый опыт и сделать из него конструктивные выводы.

Спросите участников, как они себя чувствуют. Начните обсуждение чувств с того участника, который более остальных эмоционально вовлечен (взволнован, взбудоражен). Не спорьте и не позволяйте другим спорить с участниками, когда те говорят о своих чувствах, – это их право.

Расспросите участников, что помогло их персонажам успешно выйти из ситуации.

После того, как один из участников расскажет о своих впечатлениях и открытиях, попросите остальных сделать комментарии по поводу его персонажа (но не самого участника!).

Продолжайте работать со всеми участниками по этой же схеме. Важно сохранять определенный ритм обсуждения – вы должны дать возможность высказаться всем, кто хочет, но не затягивать обсуждение. Задавайте больше направляющих вопросов, четко отслеживайте, не стало ли участникам скучно.

После обсуждения выведите участников из их ролей (прикоснитесь рукой и скажите: «Вы не (ролевое имя), а (настоящее имя)»). Не забудьте это сделать, так как в противном случае привязанность к своему персонажу может негативно сказаться на психологическом состоянии этого участника и всей остальной группы.

Если вы использовали во время игры видеозапись, то при ее просмотре вместе с группой на особо важных моментах останавливайте запись и комментируйте материал. После просмотра видеозапись сотрите.

**Глава 12. Обучение других (дуплицирование)**

Это эффективная форма обучения, позволяющая усвоить максимум знаний и навыков. Именно такая форма обучения в большей мере формирует мировоззрение обучающегося, его приверженность идеям профилактики. Обучение других – самая активная форма передачи и усвоения знаний, навыков, умений, потому что транслируется и сам механизм «передачи–усвоения».

Педагог-организатор, проведя обучение группы родителей на основе описанных выше форм, делегирует самым активным из них обучение других родителей: право и возможность выступить перед родителями с лекцией, провести среди них фокус-группу, дискуссию, мозговой штурм. Таким образом, педагог-организатор получает добровольных помощников (волонтеров) из числа обучившихся у него родителей.

Педагог играет в отношении волонтеров-родителей роль координатора их деятельности, информационного и методического консультанта и супервизора (т.е. наблюдает их работу и дает обратную связь).

Известно, что в любой группе людей распределение социальной активности следующее:

* 5% – это уже состоявшиеся лидеры, те люди, кто имеет активную жизненную позицию, финансовую независимость, влияние на других, легко откликается на новое;
* 40% – это люди со скрытыми лидерскими качествами, которые пока никак не проявились, они откликаются на новое, если им четко показана выгодность перемен;
* 35% – это исполнители, которые могут участвовать в новой деятельности, но не хотят нести ответственность за перемены;
* 20% – пассивные личности, сопротивляющиеся переменам.

Педагогу важно учитывать, что распределение активности среди родителей учащихся приблизительно такое же.

Это означает, что в его распоряжении уже сейчас есть родители-лидеры (5%), однако эти люди, занимая ответственное положение, имея общественное влияние и финансовую независимость, имеют также и дефицит времени. Вряд ли они станут активистами в реализации программы профилактики, тем более родителями-волонтерами. Педагогам-организаторам и родителям-волонтерам нужно понимать, что именно такие родители могут повлиять на поддерживающие организации и обеспечить спонсорские вливания в программу.

Около 40% родителей могут стать реальной основой родительского объединения профилактической направленности, реализовавшись как лидеры в профилактической работе (активные родители —> родители-волонтеры). Их активность зависит напрямую от степени удовлетворения их потребностей этой деятельностью. Основная обучающая и мотивационная работа педагога должна адресоваться именно этой группе родителей, потому что такие люди охотнее других берут на себя ответственность за перемены. Именно эти родители откликаются на вопрос: «Кто готов для этого потратить 1-2 часа в месяц?» – и берут на себя какие-то обязательства.

Около 35% родителей – это те, с кем будут работать активные родители, привлекая их к реализации проектов, к выполнению промежуточных поручений. Активные родители выполняют важную функцию примера для этой группы. Именно эту группу затем предстоит мотивировать и обучать родителям-волонтерам.

Пассивные и сопротивляющиеся переменам 20% родителей не делают погоды в выполнении про­граммы профилактики, хотя работа с этой группой должна продолжаться. Скорее всего, эффект проявится не от рабо­ты с ними педагога-организатора, а от работы родителей-волонтеров: сопротивление пассивной части ослабеет, когда накопится определенная «критическая масса» активных, умеющих мотивировать других родителей.

Понятно, что прежде чем родители воспитанников начнут реализовывать полученные в процессе обучения знания, навыки, умения, должно пройти какое-то время. Педагогу нужно понимать, что общественные процессы инертны и развиваются по определенным законам. Это означает, что и деятельность педагога должна учитывать эти законы и соотноситься с определенными этапами развития общественного процесса, иначе педагога ждут разочарование, усталость и неверие. Чтобы предотвратить это, педагог должен вовремя передать ответственность подготовлен­ным им родителям-волонтерам.

*Этапы работы педагога-организатора с родителями по реализации программы профилактики:*

1-й – педагог информирует, мотивирует и обучает родителей, используя разные формы;

2-й – педагог вовлекает активных родителей, обучает их, разделяет с ними ответственность, делегирует выполнение отдельных поручений;

3-й – активные родители создают и реализуют профилактические проекты, привлекая других родителей; педагог координирует их деятельность, продолжает обучение, выявляет родителей-волонтеров;

4-й – педагог делегирует лидерство родителям-волонтерам; если это не происходит, наступает фаза спада;

5-6-й – педагог-организатор вынужден становиться лидером родительской организации, выполняя все функции волонтеров; при этом уменьшается приток новых родителей, и истощаются творческие ресурсы педагога. Даже в том случае, если педагог наращивает собственную активность, ведет больше занятий с родителями, вкладывает больше времени, спад активности и заинтересованности родителей неизбежен.

Если передача лидерства подготовленному волонтеру состоялась – начинается новая волна активности родителей, вместо педагога этапы реализует родитель-волонтер. Роль педагога-организатора сводится к поддержке, поощрению, воодушевлению, признанию заслуг лидера и его дальнейшему обучению.

**Часть 4. МЕТОДИКА РАБОТЫ ПЕДАГОГОВ дополнительного образования С РОДИТЕЛЯМИ ДЕТЕЙ, СКЛОННЫХ К УПОТРЕБЛЕНИЮ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ**

**Глава 13. Советы педагога родителям**

Если в группе ребенок-наркоман.. Его родители растеряны и подавлены. Как им помочь? Что посоветовать? Многие семьи, пережив первый шок, думают, что достаточно найти опытного врача, хорошую клинику, и беды как не бывало. Но это иллюзия. Лечение предстоит продолжительное, и положительные результаты появятся не скоро. Поэтому, если у вас состоится доверительный разговор с родителями, может быть, стоит попытаться рассказать им в общих чертах о комплексном подходе к реабилитации ребенка. Это поможет родителям грамотно выстроить не только ближайшие планы, но и дальние перспективы.

Прежде всего, в ходе групповых или индивидуальных встреч объясните родителям, что им придется примириться с тем, что такого понятия как «полное излечение от наркомании» не существует. Периоды то обострения, то улучшения состояния больного наркоманией неизбежны. Но при правильном лечении ремиссии могут стать очень продолжительными, хотя опасность обострения все равно останется, стоит только наркоману оказаться в условиях, провоцирующих болезнь.

С медицинской точки зрения излечить наркомана нельзя – всегда есть риск рецидива. Но это не значит, что бывший наркоман не может вернуться к полноценной жизни.

Врачи предлагают различные системы гипноза и кодирования, хирургические вмешательства (операции на головном мозге, блокирующие центры, отвечающие за формирование зависимостей), многочисленные методы медикаментозного и психотерапевтического лечения, реабилитационные программы. Но практика показывает, что самыми действенными оказываются только те методы, параллельно с которыми решается задача научить подростка жить без наркотиков. Другие способы эффективны лишь отчасти, потому что личность больного остается по-прежнему деформированной. Он и после лечения продолжает принадлежать наркотической культуре. Рецидив в таком случае неотвратим.

Что же делать? Не сдаваться! И помнить, что в лечении наркомана принимают участие три равноправные силы: сам зависимый, его окружение (учителя, родители, родственники, друзья) и специалисты. Что ответственность за результат лечения одна на всех. И что путь, который придется пройти наркоману, чтобы освободиться от зависимости, немалый – полтора-два года поэтапной борьбы.

Подскажите родителям, что куда действеннее, когда ребенком в трудных ситуациях занимается родитель другого пола: девочкой – отец, мальчиком – мать. И еще: время от времени нужно проверять ситуацию в семье взглядом со стороны, взглядом специалиста. Поэтому школьный психолог должен быть доступен каждой нуждающейся в нем семье. Сообщите родителям его телефон и часы приема.

Посоветуйте родителям, что при обсуждении с подростком такой болезненной темы лучше опираться на его самолюбие, чем на страх. Ну да, все правда, что наркомания – это смерть в молодом возрасте, но на подростка такая правда не действует, вот ведь в чем сложность! Его бесполезно запугивать: будешь принимать наркотики – заболеешь СПИДом и умрешь. Он не поймет, потому что еще не осознает ценности и уязвимости собственной жизни.

Для подростка главная ценность здоровья и жизни именно в том, чтобы экспериментировать, испытывать себя, рисковать. И тот, кто пытается привить ему ценности, которые основаны на взрослом понимании болезни и здоровья, обречен на провал. Подросток не принимает их, такие ценности отсутствуют в его опыте, и поверить в них он не хочет, ведь они ограничивают его стремление к самопознанию и самореализации. Вот почему упреки, какими бы справедливыми они ни были, приносят только вред.

Посоветуйте родителям разговаривать с подростком иначе. Например, так: «Конечно, постоянно контролировать, следить за тобой каждую минуту мы не сможем, но если ты начнешь нюхать или курить наркотики, мы будем считать тебя безвольным слабаком, который не способен обойтись без допинга». До подростка такие доводы доходят лучше. Правда, только в том случае, когда мнение родителей для него важно. Обычно подросток отлично знает, что, пробуя наркотик, он поступает плохо, но боится семейного скандала и скрывает свой поступок. Скорее всего, он даже не понимает, что бояться ему нужно не родителей, а продолжения экспериментов, втягивания в наркотическую зависимость. Зато это понимают родители, как и то, что их ребенку нужна помощь. И тут важно не скатиться до угроз и запугиваний, оправдывая худшие опасения ребенка. Он замкнется, а родителям в такой момент особенно понадобится его доверие. Зачитайте на родительском собрании вслух или раздайте всем заранее подготовленные памятки о том, как правильно поступать родителям в такой ситуации: «Не кричите, не браните, не набрасывайтесь с кулаками. Не обвиняйте друг друга: «Это ты, отец, виноват, куришь, вот и результат!» – «Сама виновата, мать должна лучше смотреть за ребенком!» Такой путь самый бесперспективный.

Объясните родителям о важности поддержки ребенка, здесь возможны такие формы: «Ты правильно сделал, что сознался, рассказал нам все. Не каждый способен признаться в ошибке, на это сила воли нужна», «Давай вместе сходим к специалисту». Родителям необходимо сказать, что они хотят помочь ребенку.

Важно выяснить (если возможно, то совместно с педагогом): что, сколько и как долго он принимает. Если он все отрицает – расскажите о своих подозрениях, если спорит – опровергайте, но не берите с него слова, не заставляйте подчиняться. Лучше спросите, что он сам думает делать дальше. Самое время дать ему понять, что вы на его стороне, что не осуждаете, а готовы искать вместе с ним способ избавиться от наркомании.

Подскажите родителям, что в этой ситуации им важно быть открытыми и дружелюбными и помочь ребенку начать наверстывать упущенное: режим дня, забота о внешнем виде, хорошей физической форме могут стать мощными факторами реабилитации.

Если дело зашло слишком далеко, посоветуйте родителям немедленно обратиться за медицинской помощью. Убедите родителей, что одним им с этой бедой не справиться, и пусть их меньше всего волнует, что скажут окружающие. Главное – ребенок и его здоровье.

В конце памятки нужно обязательно указать адреса и номера телефонов служб, специализирующихся на помощи пострадавшим от наркомании.

**Глава 14. Разработка памятки для родителей: Последовательность действий при подозрении на потребление наркотиков ребенком**

Предположение, что ребёнок потребляет наркотики, вызывает у родителей сильные отрицательные эмоции, за которыми нередко следуют скоропалительные, необузданные действия, которые могут только усугубить ситуацию. Педагог в этом случае может предложить родителям ряд действий в случае явного подозрения ребенка в употреблении наркотических веществ в форме ПАМЯТКИ:

**1. Начните с себя!** Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок излечился от наркомании – **начните анализ ситуации с себя и со своих семейных отношений.** Где и как в семье были созданы условия того, что ребёнок захотел сбежать в мир наркотиков? Прежде чем лечить ребёнка, избавьтесь от этих условий, иначе ваши действия не будут иметь эффекта.

**2. Прежде всего – не поддаваться панике.** Найдите в себе силы для решения ситуации. Криком на ребенка, битьем, угрозами Вы ничего не добьетесь. Беда, которая стала горем для Вас и всей семьи, поправима. Но исправить ситуацию можно, только если Вы отнесетесь к ней спокойно и обдуманно, так же, как Вы раньше относились к другим неприятностям. Найдите смелость признаться себе в том, что Ваш ребёнок болен, и скажите ему о своих подозрениях прямо такими словами: «Мне кажется, что ты принимаешь наркотики». Только не пытайтесь начинать разговор в тот момент, когда Ваш любимый отпрыск ещё находится под воздействием наркотика, ***–*** это бессмысленно. Дождитесь, когда он полностью придёт в себя.

Как правило, если ребёнок только начал экспериментировать с наркотиком, бывает достаточно одной беседы. В ней Вам необходимо спокойно и доходчиво объяснить, чем чревато употребление наркотиков. Ни в коем случае нельзя использовать тактику запугивания, пытаться силой заставить ребёнка изменить свои взгляды. Так Вы получите только скрытность и недоверие. После этой беседы не выпускайте ребёнка из поля своего зрения. Если Ваша беседа не произвела должного результата и он продолжает употреблять наркотики, скорее всего ситуация намного серьёзнее. Не исключено, что экспериментальный период закончился, и Ваш ребёнок уже болен. В этой ситуации Вы должны проявлять хладнокровие, последовательность и жёсткость. Помните, что игра в «друзей» только продлевает агонию! ***Мы даём Вам примерный текст беседы с Вашим ребёнком***, который Вы можете изменить в соответствии с особенностями личности вашего ребёнка. Главное при этом, избегайте бесполезных разъяснений и запугиваний!

*«Ты уже взрослый человек, обладатель своей собственной жизни. Ты можешь делать со своей жизнью что хочешь. Мы – твои родители, сожалеем, что твоя жизнь может оборваться из-за наркотиков и готовы оказать тебе любое содействие, любую помощь. Если у тебя есть желание исправить ситуацию, мы поможем. Если нет, то мы хотели бы напомнить тебе: кроме права самому определять, как жить, у тебя есть ещё и ответственность за себя, свои поступки. Мы заметили тот ущерб, который ты нанёс и себе и нам. У тебя резко ухудшилось здоровье, исчезли друзья, появились проблемы с милицией. Нас тревожат твои неприятности в школе. Мы понимаем, что наркотики стоят очень дорого и нужны тебе постоянно. Ты сейчас не в состоянии честно добывать на них деньги, то есть ты воруешь! Ты стал зависеть от людей, которых раньше сам осуждал, из дома пропадают вещи и деньги. За всё это ты несёшь полную ответственность. Кроме того, мы любим тебя и считаем, что не зря дали тебе жизнь. Но это не значит, что мы должны отказаться из-за твоей страсти от своей жизни. Поэтому, мы не можем позволить тебе медленно нас убивать. Если ты склоняешься к наркотикам, мы вынуждены нарушить твою свободу и попытаться вернуть тебя. Либо тебе придётся уйти из семьи. Но мы бы хотели твоего участия в своей собственной судьбе. Нам больно и стыдно идти против своих принципов – применять к себе насилие, но мы идём на это для тебя. Убивать себя мы не позволим!»*

Цель этой беседы достигнута уже тогда, когда Ваш ребёнок согласен пойти на консультацию к наркологу. Только профессионал способен оценить, как далеко зашла болезнь Вашего ребёнка, и дать квалифицированную информацию о преодолении зависимости.

***Не настраивайтесь на лёгкую победу***. Скорее всего, вы даже не дождётесь честного признания. Наркоманию (как и алкоголизм) называют «болезнью отрицания», потому что заболевший человек даже самому себе не признаётся в своей зависимости, ему всегда кажется, что стоит только захотеть ***–*** и он сможет отказаться от привычки.

Не пытайтесь контролировать употребление, запирать ребёнка на ключ, отсылать его в другой город – это обычно не приносит желаемого результата. Берегите собственные нервы, они вам ещё пригодятся. Тем более что этим Вы ничего не добьётесь. Представьте себе, как бы Вы себя вели, заболей Ваш ребёнок другой тяжелой болезнью. В такой ситуации ведь никому не придёт в голову унижать и оскорблять его только за то, что он болен. Не считайте, что сын или дочь стали наркоманами только из-за собственной распущенности, корни болезни могут находиться намного глубже.

***Наберитесь терпения и постарайтесь понять***, что ребёнок повзрослел и он вовсе не Ваша собственность, поэтому вправе жить так, как хочет, и самостоятельно выбирать – употреблять ему наркотики или нет. Другое дело, что Вы можете, да просто обязаны, сказать ему, что не одобряете этот выбор, и сделать всё, чтобы он имел полную информацию о том, что его ждёт в будущем, какие необратимые процессы будут происходить в организме, если отказаться от лечения.

***Постарайтесь понять, что не в Ваших силах сию минуту всё изменить***. Самое сложное – признать, что ваш ребёнок всё равно будет делать то, что считает нужным. Но при этом он должен знать, что ответственность за свой образ жизни (и за последствия своей болезни) он несёт самостоятельно.

***Не пытайтесь бороться в одиночку*** – обычно это бесполезно, не делайте из этой болезни семейной тайны, обязательно обратитесь за помощью к специалистам. Большинство консультантов и психологов уверены, что процесс лечения химически нужно начинать с лечения их близких. Но речь здесь идёт далеко не о медикаментозном лечении. Речь о духовном самосовершенствовании.

**3. Разберитесь в ситуации.**

Даже в том случае, когда Вам точно известно, что ребёнок потребляет наркотики, это отнюдь не означает, что он обязательно станет зависимым от наркотиков и через непродолжительное время погибнет. Формирование зависимости от наркотиков происходит достаточно быстро, но всё же на это требуется время. Нельзя не учитывать, что подростка могли уговорить «только попробовать» наркотик или дали его обманным путём вместо чего-то другого (например, лекарства, витамина и т.п.), вынудили принять его под давлением или в состоянии алкогольного опьянения. Не спешите с категоричными выводами. Бывают случаи, что первое знакомство с наркотиком становится последним. Постарайтесь определиться, сумеете ли Вы сами справиться с ситуацией или же необходимо обратиться за помощью к специалистам.

**4. Сохраните доверие ребёнка к себе.**

Поговорите со своим ребёнком на равных. Отсутствие общения приводит к нарастанию непонимания, отдаляет Вас и ребёнка друг от друга. Нормальное общение всегда включает в себя способность не только слушать, но и слышать. Оно поможет Вам лучше понять своего ребёнка, узнать его взгляды и чувства. У подростков достаточно сильно желание к общению, стремление быть выслушанным. Очень ценным для сохранения доверия может быть разговор-воспоминание о Вашем детстве, юности, о совершенных в прошлом ошибках, о Вашем собственном опыте употребления алкоголя, неудачного самолечения психических травм. Возможно, в таком разговоре удастся выявить общность Ваших прошлых и стоящих сегодня перед ребёнком проблем. Вполне возможно, что ребёнок потребляет наркотики, чтобы самоутвердиться, пережить жизненную драму.

**5. Узнайте как можно больше сведений о действиях, последствиях различных психоактивных веществ.**

Обладая этими сведениями, будьте внимательны, не обнаруживаете ли Вы признаки, указывающие на то, что Ваш ребёнок потребляет наркотики. Если Ваши предположения подтвердились, не притворяйтесь, что всё в порядке.

**6. Измените свое отношение к ребёнку.**

Случившееся должно заставить Вас понять, что Ваш ребёнок – уже взрослый человек, который по своей глупости и самонадеянности начал принимать наркотики, зная, что это крайне опасно. После этого ребёнок не должен получать от Вас никаких денег на карманные расходы. Дети часто считают родительские деньги своими собственными. Дайте понять, что это не так.

**7. Не позволяйте собой манипулировать.**

Будьте готовы встретить сопротивление со стороны ребёнка, его раздражение, попытки Вами манипулировать. Такие попытки шантажа могут быть предприняты неоднократно, обычно для получения денег. В случае отказа ребёнок может заявить, что если он не получит денег, то его убьют за долги, или он покончит с собой. Подобные заявления должны встречать только спокойный и решительный ответ «нет». К шантажу могут присоединиться демонстративные попытки покончить с собой, чтобы Вы своевременно его спасли и исполнили желание подростка. Введение ограничений в конце концов поможет подростку убедиться в том, что он Вам небезразличен. А Вы не забудьте подчеркнуть, что действуете так, любя и тревожась за него, и поступаете так в его интересах.

**8. Не исправляйте за ребёнка его ошибки.**

Заглаживая ошибки своего ребёнка, родители усиливают его склонность к продолжению потребления наркотиков. Получается, что за своё поведение подросток получает двойное вознаграждение: сначала в виде «химического счастья» от наркотика, а потом и ликвидацию всех неприятных последствий. Подобная родительская забота оборачивается «медвежьей услугой»: ребёнок не сталкивается с последствиями своего поведения и не делает выводов, становится безответственным и непригодным к жизни в обществе.

**9. Меньше говорите, больше делайте.**

Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания «посадить» ребёнка, «сдать» его в больницу, быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению. Он их просто не слушает или делает вид, что слушает, на самом деле практически не слыша ни единого Вашего слова. Такое отношение к Вашим словам формируется у ребенка потому, что Вы не выполняете ни одно из своих «страшных» обещаний. Поэтому, выслушав Ваши очередные угрозы, он легко даёт обещание исправиться, стать «нормальным» человеком. Обещать он будет всё, что угодно, так как не собирается ничего выполнять. Он давно перестал верить в реальность Ваших угроз. Ребёнок считает Вас своей собственностью, поэтому не ждёт от Вас никаких конкретных действий. Но в том случае, когда ВЫ выполните то, что обещали, он станет гораздо более управляемым и послушным.

**10. Приложите усилия, чтобы привлечь ребёнка к лечению.**

Необходимо собрать, например, у психиатра-нарколога вместе всех людей, которые значимы для пациента и обеспокоены его наркотизацией. Этим лицам специалист может помочь составить письменные отчёты о потреблении им наркотиков, его поведении, о котором они сами знают, и об их чувствах, вызванных таким поведением. Нужно, чтобы в отчёте каждый человек из окружения, значимого для подростка, описал, какие чувства вызывает у него лично конкретный поступок или поведение в целом подростка и как это отразилось на его отношении к больному. Сведения должны выражать участие и заботу о ребёнке. Не нужно давать оценки, выражать гнев, обиду, осуждать. Психиатр-нарколог поможет заинтересованным лицам выбрать и обсудить необходимое для пациента лечение. План лечения обдумывается заранее, для того чтобы больной, приняв решение начать лечение, имел возможность сразу госпитализироваться в наркологический стационар.

Врачу также необходимо помочь всем заинтересованным лицам решить, что они будут делать, если пациент отвергнет все предлагаемые формы помощи.

После этого организуется групповая встреча с пациентом, во время которой значимые для него лица излагают все данные отчёта и рекомендации в объективной, участливой и неоценочной манере.

**11. Предоставьте ребёнку возможность прекратить приём наркотиков самостоятельно.**

Бывают случаи, когда ребёнок сам признается в том, что он употребляет наркотик, но категорически отказывается обращаться за помощью к врачу. Разрешите ему попробовать предпринять такую попытку. Это практически невозможно, но дайте ребёнку самому убедиться в этом.

**12. Не допускайте самолечения.**

Категорически сопротивляйтесь, если подросток захочет заниматься самолечением, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из его окружения. Для лечения наркотической зависимости используются определённые препараты, неграмотное применение которых может привести к серьёзным осложнениям, угрожающим жизни. Грамотное, квалифицированное лечение может проводить только психиатр-нарколог.

**13. Помогите ребёнку найти врача.**

Для этого имеются «телефоны доверия», узнайте всё о клиниках и специалистах, которые должны иметь лицензию на консультирование, диагностику, лечение и реабилитацию больных с наркотической зависимостью. Посоветуйтесь по телефону, как вести себя в создавшейся ситуации. Возможно, приём наркотиков – это попытка ребёнка решить свои личные проблемы. Тогда лучше сначала проконсультироваться с психологом или психотерапевтом, которые работают в наркологических учреждениях. Если Вы предполагаете, что ребёнок систематически употребляет наркотики, нужно, не теряя времени, обратиться к психиатру-наркологу. Узнайте о различных методах лечения, разных врачах, после чего выберите тот метод и того специалиста, которому Вы доверяете. Помощь ребёнку в поисках врача – это единственное одолжение, которое Вы должны сделать. Необходимо поддержать решение ребёнка обратиться за помощью к врачу и присутствовать на первом приёме для моральной поддержки.

**14. Восстановите доверие к ребёнку, после того, как он прекратит потреблять наркотики.**

В первую очередь прекратите обсуждать проблему наркотической зависимости, не напоминайте ребёнку о самом существовании наркотика, так как навязчивые разговоры могут сыграть провокационную роль. Установите разумные границы контроля. Конечно, Вы не сразу успокоитесь, но не позволяйте страхам взять верх над благоразумием, не опускайтесь до обысков, осмотров ребёнка – это не поможет, но травмирует его.

**15. Помогайте ребёнку изменить жизнь к лучшему.**

Постарайтесь найти время для общения с подростком и совместных занятий. Вместе ходите в театры, музеи, на спортивные соревнования. Поощряйте его увлечения, интересы, помогите ему найти дело по душе – всё это поможет стать альтернативой потребления наркотиков. Обратите внимание на то, как Вы сами относитесь к курению, алкоголю, самолечению. Если Вы справились с негативным потреблением таких веществ, то Ваш пример послужит образцом поведения для Ваших детей. Не оставляйте достижения детей без внимания. Напоминайте им, что все плохое проходит.

«Дорогие мамочка, папа!

*Не скрывайте от меня своих чувств и реакций*, связанных с неприятным для Вас открытием. Не кричите, не устраивайте истерик и не ругайтесь. Сделайте паузу, осознайте чувства, которые в данный момент испытываете, выдохните. Поделитесь со мной своей тяжестью и болью, не прячьте их. Ваше доверие только прибавит мне взрослости и ответственности.

*Не требуйте от меня объяснений* «Почему я употребляю наркотики, алкоголь, курю? и пр.» Я редко могу найти истинные причины, поэтому подменяю их простейшими внешними поводами, в которых почему-то всегда виноват кто-то другой. Чем больше Вы настаиваете на обсуждении, тем больше я привыкаю лгать не только Вам, но и самому себе.

*Не верьте мне, когда я хочу Вас убедить, что я ещё «маленький».* Обратите внимание, что я делаю это только тогда, когда мне это выгодно. Во всех остальных ситуациях я вполне «большой» и самостоятельный. Просто я хочу таким образом избавиться от ответственности за свое наркотическое (алкогольное и пр.) поведение и переложить её на Вас.

*Не угрожайте мне всеми смертными карами*, не обещайте того, чего никогда не сможете выполнить по отношению ко мне. Ваше мужество совершить поступок и действия вместо слов, гораздо убедительнее, чем очередная словесная проработка.

*Не скрывайте* от значимых для меня знакомых и родственников, что я курю, выпиваю, употребляю наркотики. Как бы больно и стыдно Вам ни было, их необходимо честно предупредить, потому что это означает Вашу готовность бороться, а, кроме того, может уберечь их детей и сохранит к Вам хорошее отношение.

*Никогда не говорите: «Я в твои годы...».* Вам это кажется положительным примером, а мне прямым намёком на мою несостоятельность и никчемность».

**16. Если на родителей надежды нет**

Тогда поговорите с воспитанником сами. Не ждите, что он придет к вам с откровенными признаниями. Найдите предлог оставить его после уроков, расспросите о жизни, о последних событиях, о планах на будущее. Возможно, вам удастся установить контакт, вызвать эмоциональную реакцию. Подросткам часто не хватает именно такого личного общения.

На уроках вы задаете вопросы, ответы на которые вам заранее известны. Здесь же диалог придется строить иначе. И надо быть готовым принять и разделить самые неожиданные реакции собеседника.

Увидев, что ученик закрывается от ваших вопросов, от всяких попыток вмешательства в его личную жизнь, отступите. Найдите другого человека – тренера, родственника, соседа – кого угодно, с кем у подростка сохранилась внутренняя связь, уговорите его побеседовать с учеником.

Но если вы поймете, что рядом с подростком действительно нет ни одного разумного человека, которому он доверяет, не ломитесь напрасно в запертую дверь. Время уходит. Обратитесь к инспектору по делам несовершеннолетних. Он обычно хорошо знает распространителей наркотиков в своем районе и подскажет способ помочь вашему воспитаннику.

**Глава 15. Основные этапы реабилитации**

В ходе проведения информационно-разъяснительной профилактической работы с родителями педагоги дополнительного образования могут подготовить памятку об основных этапах проведения реабилитации подростков, употребляющих психоактивные вещества. Основная информация для разработки памятки:

* 1. Первый этап реабилитации – подготовительный: осознание того, что надо лечиться, принятие решения и поиск специалистов. Решение о начале лечения должен принять сам зависимый. Это очень важно. Специалисты, педагоги, родители и друзья могут только подтолкнуть к этому. Единственный по-настоящему значимый мотив: «Я буду лечиться, потому что мне это надо». А не потому, что надоело выслушивать мамины крики, перестало хватать денег на наркотики, родители грозятся выгнать из дому. Если подросток выставляет какие-то условия, при которых он согласен пойти к врачу, значит, он еще не готов расстаться с наркотиками.

Роль родителей на подготовительном этапе – помочь ребенку найти наиболее подходящий способ лечения. Если он не готов сразу идти к врачу, нужно начать с консультации психолога. Возможно, сначала на прием к нему пойдут одни родители, а подросток вступит в диалог со специалистом позже. Важно продумать весь путь лечения, а не только ближайшие шаги. Отсутствие перспектив может отрицательно сказаться на результатах.

1. Следующий этап лечения – снятие физической зависимости (детоксикация). Он самый непродолжительный, занимает от 5 до 10 дней. Во время детоксикации наркозависимый – скорее пассивная сторона. Он выполняет указания врачей, проходит процедуры, задача которых – очистить организм от физического присутствия наркотика и исключить его из процесса обмена веществ. Довольно скоро проявления абстинентного синдрома исчезают, пациент перестает испытывать физические страдания и органическую потребность в новой дозе наркотика.

Детоксикация – единственный из этапов лечения, когда участие врача необходимо. После возвращения подростка из клиники нужно немедленно приступать к реабилитации. Этот этап самый длительный и трудоемкий. Подростку предстоит избавиться от психической зависимости от наркотика. Восстановить утраченные навыки, социальные связи, наладить разрушенные отношения с друзьями, родителями и учителями. Такую реабилитацию можно пройти в специальных центрах или участвуя в амбулаторных реабилитационных программах, самая известная из которых – «12 шагов». Она предусматривает регулярное, на протяжении многих лет, посещение бывшим наркоманом группы самопомощи. Вполне реальный способ вернуться к нормальной жизни.

Некоторые семьи принимают решение самостоятельно проводить процесс реабилитации. В этом случае подскажите родителям, что им помогут встречи со специалистами по семейной терапии.

1. И последний этап – вхождение в реальную жизнь или, как говорят специалисты, социальная реабилитация. Эта часть пути требует самостоятельности от выздоравливающего подростка. Социальная реабилитация – учеба или трудоустройство – поможет ему избавиться от мыслей, что он «не такой, как все», «больной». А родителям на этом этапе реабилитации, как, впрочем, и на всех предыдущих, остается только посоветовать терпеть, понимать подростка и всячески ему помогать.

**Глава 16. Адреса государственных лечебно-профилактических учреждений Тюменской области, оказывающих наркологическую помощь**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Населенный пункт** | **Адрес** | **Телефон****врача - нарколога** | **Часы работы****врача - нарколога** |
| **Тюмень** | Тюменский р-н, 23 км. Салаирского тракта.ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации»ул. Профсоюзная, 17, Служба семейного консультирования по вопросам наркозависимости [www.ocpr72.ru](http://www.ocpr72.ru/) | (8-3452)77-05-52,77-04-13(8-3452)25-88-08 | Понедельник – пятница с 8-30 до 20-00, суббота и воскресеньес 11-30 до 20-00 |
| ул. Семакова, 11 Областной наркологический диспансер | (8-3452)46-15-47 | Амбулаторная службас 8-00 до 19-00, суббота с 8-00 до 12-00 |
| ул. Авторемонтная, 2 Областная больница № 19 | (8-345-2)43-07-04 | Амбулаторный приемс 8-00 до 15-00 |
| **Абатское** | ул. Ленина, 54 Областная больница № 5 | (8-345-56)4-11-92 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Аромашево** | ул. Строителей, 66 Областная больница № 6 | (8-345-45)2-25-77 | Амбулаторный приемс 8-00 до 18-00 |
| **Армизонское** | ул. Дзержинского, 31 Областная больница № 7 | (8-345-47)2-35-65 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Бердюжье** | ул. Земляных, 14 Областная больница № 8 | (8-345-54)2-10-102-21-91 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Вагай** | ул. Зеленая, 12 Областная больница № 9 | (8-345-39)2-23-402-12-68 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Викулово** | ул. К.Маркса, 120 Областная больница № 10 | (8-345-57)2-45-55 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Голышманово** | ул. К.Маркса, 1 Областная больница № 11 | (8-345-46)2-57-04 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Заводоуковск** | ул. Хахина, 19 Областная больница № 12 | (8-345-42)2-23-80 | Амбулаторный приемс 8-00 до 12-00 |
| **Исетское** | ул. Кирова, 91 Обл. больница № 13 | (8-345-37)2-29-80 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Ишим** | ул. Пономарева, 26Тюм. обл. психиатрическая клиническая больница | (8-345-51)2-31-297-43-79 | Амбулаторная службас 8-00 до 16-00 |
| **Казанское** | ул. Больничная, 20 Обл. больница № 14 | (8-345-53)4-15-15 | Амбулаторный приемс 8-00 до 15-00 |
| **Нижняя Тавда** | ул. Дзержинского, 20 Обл. больница № 15 | (8-345-33)2-38-43 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Омутинское** | ул. Луначарского, 22 Обл. больница № 16 | (345-44)3-16-513-15-77 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Сладково** | ул. Ленина, 15-а Обл. больница № 17 | (8-345-55)2-36-89 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Б. Сорокино** | ул. Ленина, 83 Обл. больница № 18 | (8-345-50)2-11-03 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Тобольск** | ул. Первомайская, 22-а | (8-345-6)22-75-14 | Амбулаторная службас 8-00 до 18-00 |
| ул. 8 микрорайон, д.40Служба семейного консультирования по вопросам наркозависимости | (8-345-6)24-50-50 | Понедельник – пятница с 8-30 до 20-00, суббота и воскресеньес 9-00 до 18-00 |
| **Уват** | ул. Белкина, 1-а Обл. больница № 20 | (8-345-61)2-15-31 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Упорово** | ул. Володарского, 113 Обл. больница № 21 | (8-345-41)3-21-713-25-42 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |
| **Юргинское** | ул. Ленина, 5 Обл. больница № 22 | (8-345-43)2-44-75 | Амбулаторный приемс 8-00 до 17-00 |
| **Ялуторовск** | ул. Чкалова, 25 Обл. больница № 23 | (8-345-35)2-03-14 | Амбулаторный приемс 8-00 до 11-00 |
| **Ярково** | ул. Ленина, 68 Обл. больница № 24 | (8-345-31)2-52-51 | Амбулаторный приемс 8-00 до 16-00 |

Телефоны экстренного реагирования:

* Государственное автономное учреждение Тюменской области «Областной центр профилактики и реабилитации»: 77-05-52;
* Служба семейного консультирования ГАУ ТО «Областной центр профилактики и реабилитации»: 25-88-08 (г. Тюмень), (3456) 24-50-50 (г. Тобольск);
* Управление Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков России по Тюменской области: 27-00-00, 27-01-24;
* Государственное лечебно-профилактическое учреждение Тюменской области «Областной наркологический диспансер»: 24-27-88, 24-27-44 (помощь несовершеннолетним), 78-25-38 (помощь лицам от 18 лет);
* Общественная приемная Губернатора Тюменской области по защите прав детей и подростков: 20-15-49;
* Автономное учреждение социального обслуживания населения «Центр социальной помощи семье и детям «Мария»: 33-79-39.