







Профилактическая программа «Ближе друг к другу – дальше от наркотиков»

Методические рекомендации для классных руководителей по работе с родителями подростков, учащихся VI-X классов средних общеобразовательных школ

Программа занятий для родителей "Ближе друг к другу - дальше от наркотиков" была разработана в рамках 6 фазы программы по предотвращению наркозависимости в Центральной Азии (CADAP 6), финансируемой из средств Европейского Союза. Программа CADAP 6 реализуется на основании соглашения между представительством Европейского Союза и Правительством Кыргызской Республики.

Методические рекомендации для классных руководителей по работе с родителями подростков "Ближе друг к другу - дальше от наркотиков" были разработаны экспертами по вопросам социологии, психологии и укрепления здоровья стран Евросоюза и Кыргызстана.

Данная программа прошла согласование с Министерствами здравоохранения, образования и науки КР и Государственной службой по контролю наркотиков КР и является пилотным проектом, который будет реализовываться в городах Баткенской и Чуйской областей, с наиболее высоким риском распространения наркомании среди подростков.

Введение

Конструктивные взаимоотношения в семье и адекватная реакция родителей при воспитании детей являются одним из важнейших защитных факторов, позволяющих предотвратить употребление психоактивных веществ и пресечь модели рискованного поведения у подрастающего поколения.

Родители, которые заботятся о безопасности и здоровом развитии своих детей, умеют разговаривать с ними и оказывать эмоциональную поддержку в трудных ситуациях, обеспечивают дома дисциплину без насилия, объясняют, как дети должны соблюдать установленные правила и какие моральные и нравственные ценности функционируют в семье, а также присматриваются к тому, с кем и как ребенок проводит свое свободное время.

Например, наблюдение родителей за поведением подрастающего ребенка в свободное время и оказание ими поддержки при решении текущих проблем, могут быть противовесом для отрицательного влияния «трудных» сверстников в школьной среде или во дворе. Таким образом, родители могут ограничить развитие моделей рискованного поведения у своего ребенка, в том числе: агрессию, курение сигарет, употребление алкоголя, наркотиков или токсических веществ.

Целью данной программы является укрепление семейных уз, способствующих налаживанию доверительных отношений между родителями и детьми, которые могут повлиять на предупреждение рискованного поведения в подростковом возрасте, связанного с употреблением психоактивных веществ.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Рекомендации по проведению родительских собраний

Программа «Ближе друг к другу – дальше от наркотиков»:

- предназначена для родителей учащихся 6-10 классов средних общеобразовательных школ;
- состоит из трех последовательных занятий, которые проводятся в течение учебного года (систематичность проведения определяет классный руководитель);
- повышает осведомленность родителей о психоактивных веществах и формирует у них профилактические навыки;
- способствует в дальнейшем построению открытого диалога между родителями и детьми.

Структура занятий

Программа занятий для родителей состоит из **цикла трех** 45-60 минутных встреч с родителями, организуемых в школах в дополнении к планируемым родительским собраниям. Оптимальным вариантом является проведение этих занятий с месячным перерывом. Такой промежуток времени между встречами дает родителям возможность без излишней спешки выполнить **домашние задания**, которые являются важным элементом этой программы.

На первой встрече на тему: «**Правила поведения в семье**», внимание родителей обращается на роль семейных правил поведения, которые помогут предотвратить различные угрозы, в том числе употребление психоактивных веществ среди подростков, а также предоставляется практическая информация, как вовремя заметить, что ребенок мог начать эксперименты с психоактивными веществами.

На второй встрече на тему «**Оперативное семейное вмешательство**», родителям предоставляется актуальная информация на тему психоактивных веществ, способов так называемого оперативного семейного вмешательства и учреждениях, оказывающих помощь подросткам, оказавшимся в трудной ситуации.

Во время третьей встречи на тему **«Укрепляем семейные узы»** обсуждаются типичные трудности переходного возраста и подчеркивается особенное значение крепких семейных уз и совместного времяпровождения.

Условия проведения занятий

Необходимо позаботиться о неформальной и дружеской обстановке на встречах и побудить родителей к помощи в их организации. Очень важно, чтобы атмосфера на встречах была менее формальной, чем на плановых родительских собраниях. Можно подругому поставить стулья и парты, сесть в кругу или за одним столом с родителями, поставить столы в форме подковы. Очень важно также приготовить соответствующее количество экземпляров материалов, которые раздаются родителям (например, листовка, список моделей поведения, вызывающих беспокойство, описание домашних заданий и т.д.).

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЗАНЯТИЕ І. Правила поведения в семье

Продолжительность: 60 минут

Цель: формирование у родителей умения вовремя заметить угрозы, которые подстерегают подростков, в том числе: курение, употребление алкоголя, наркотиков или токсических веществ.

Задачи:

- 1. Обсудить с родителями правила поведения в семье, которые помогут предотвратить различные угрозы, в том числе употребление психоактивных веществ среди подростков.
- 2. Закрепить у родителей навыки определения предостерегающих сигналов употребления подростками психоактивных веществ для своевременного реагирования.

Методы работы:

Лекция

Дискуссия

Практическая работа в группах

Необходимые материалы:

флипчарт или обычная доска в классе; маркеры или мел; листы бумаги; ручки; рабочие формуляры (Приложение 1, 2) на количество участников.

План занятия:

1. Ознакомление с программой «Ближе друг к другу – дальше от наркотиков» (10 минут)

Учитель приветствует родителей и благодарит за то, что они нашли время принять участие в занятиях.

Внимание!

Очень важно, чтобы у родителей не создалось впечатление, что они вызваны в школу для принятия мер из-за плохого поведения своих детей.

Учитель знакомит родителей с программой «Ближе друг к другу — дальше от наркотиков» и объясняет, что будет проведено три встречи, основной темой которых будет предотвращение поведенческих проблем подростков, таких как, курение, употребление алкоголя, наркотиков или токсических веществ, и роль родителей в этом процессе.

Совместная работа во время встреч будет проходить в интерактивном режиме: это будут дискуссии в парах или обсуждения в небольших группах, а также беседы с родителями, в которых они смогут поделиться своим мнением

2. Представление родителей друг другу (5 минут)

Учитель просит родителей представиться в форме: «Я – XY, мама/отец Z».

«Представьтесь, пожалуйста, как Вас зовут, и как зовут Вашу дочь/сына, который учится в этом классе».

3. Упражнение: "Правила и последствия" (20 минут)

Цель: Показать родителям необходимость установления ребенку определенных границ ответственности и объяснения последствий их несоблюдения.

Вступлением к этому упражнению является комментарий учителя.

КОММЕНТАРИЙ УЧИТЕЛЯ

«В каждой семье существуют определенные правила поведения или семейные традиции, о которых должны знать и дети, и взрослые. Детям, а в особенности подросткам, необходимо установить границы ответственности, которые направляют и ориентируют поведение подростков, помогают избежать неприятностей. Эти правила являются указателем, как необходимо вести себя в жизни, что такое «хорошо», а что такое «плохо». Часто первые правила, с которыми знакомится ребенок, следуют из общих норм поведения или связаны с определенными традициями: эти правила касаются уважения старших, уважения личного пространства, неприменения насилия, исполнения домашних обязанностей, участия в семейной жизни.

Родители — это первые «учителя» ребенка, которые стоят на страже этих правил и определяют границы и последствия их несоблюдения.

Дети ожидают, что, когда происходит что-то нехорошее, родители сумеют решить данную проблему. Дети хотят, чтобы родители были их союзниками, на помощь которых они могут рассчитывать в трудных ситуациях.

Если родители слишком уступчивы, а члены семьи не придерживаются определенных правил, то подростки не умеют вести себя в обществе и не в состоянии соблюдать общепринятых норм поведения. Если родители слишком суровы и жестко контролируют ребенка, не принимая во внимание его мнения, это провоцирует бунт и попытку демонстрации собственной независимости, борьбу со строгими правилами или постоянным контролем».

Процесс:

Учитель делит родителей на пары. Просит в каждой паре обсудить правила поведения, принятые в их семье, и записать их на листе бумаги: «Какие правила должны соблюдаться детьми в Вашей семье?».

После этого учитель предлагает поделиться, по желанию родителей, примерами семейных правил, которые записываются на доске (например, "мы всегда обедаем в 18.00 часов"; "мой ребенок должен приходить из школы вовремя", "мы всегда сообщаем, куда мы идем и во сколько вернемся домой").

Учитель задает следующие вопросы: «Известно ли Вам, что Ваши дети понимают эти правила и придерживаются их?» и «Как ведут себя родители, когда ребенок нарушает установленные правила?».

Родители предлагают свои варианты ответов. Учитель выслушивает их, после чего комментирует:

КОММЕНТАРИЙ УЧИТЕЛЯ

«Подростки должны отдавать себе отчет о последствиях нарушений правил и знать, что в таких ситуациях они будут справедливо оценены. Молодой человек хочет надеяться, что в случае неудачи, он столкнется не только с критикой и отторжением. Очень важно, чтобы родители были гибкими и надежными партнерами — вели себя так, как обещали, и умели признаться в собственных слабостях, ошибках и своем неведении. Последствия должны быть сформулированы, как правила поведения. Ребенок необязательно должен с ними соглашаться, поскольку их устанавливают родители. Например, "Начиная с понедельника, я буду стирать только ту одежду, которая сложена в корзине для грязного белья". Нарушение каждого правила естественным образом влечет за собой ограничение какого-либо действия, например, если ты не пришел домой вовремя, так как мы договорились, то в следующие выходные ты никуда не пойдешь; если ты изрисовал школьные стены, то ты должен их побелить и т.д. Если родители ограничивают подростков разумно, то они помогают им расти в безопасности.

Чтобы ограничения каких-либо действий были эффективными, они должны быть:

- известными заранее
- суровыми, но не унизительными
- адекватными по отношению к поступку
- немедленными (не растянутыми во времени, по возможности должны наступить сразу же после нарушения правил)
- поэтапными должны быть строже по мере необходимости и в соответствии с тяжестью поступка

Чего следует избегать при определении ограничения каких-либо действий:

- мести
- поощрения ненадлежащего поведения или поступка
- угроз и обещаний, которых родители не выполняют
- желания пристыдить

- акцентирования только на наказании и отсутствие похвалы, если поведение ребенка этого заслуживает

4. Упражнение: «Три опасности для подростков: алкоголь, табак, наркотики или токсические вещества» (20 минут)

Цель: Научить родителей оценивать «предостерегающие сигналы», связанные с потреблением психоактивных веществ подростками. Обсудить роль родителей в профилактике опасных моделей поведения.

Процесс:

Учитель делит родителей на три группы. Каждой группе дает задание:

- 1 группа: «Что может свидетельствовать о том, что ребенок КУРИТ?»
- **2 группа:** «Что может свидетельствовать о том, что ребенок УПОТРЕБЛЯЕТ АЛКОГОЛЬ?»
- **3 группа:** «Что может свидетельствовать о том, что ребенок УПОТРЕБЛЯЕТ НАРКОТИКИ (анашу, спайсы и др.) или ТОКСИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА (клей, бензин, дихлофос, лекарства и др.)?»

Учитель просит родителей в каждой группе совместно обсудить проблему, связанную с употреблением разных психоактивных веществ подростками и записать на листе бумаги (10 минут).

По окончании времени учитель предлагает одному участнику из каждой группы представить результаты совместного обсуждения и записать на доске по следующей схеме:

Психоактивное вещество	Изменения в поведении	Изменения внешнего вида
Табак		
Алкоголь		
Наркотики или токсические		
вещества		

В случае необходимости учитель дополняет предложения родителей и делает выводы (комментарий).

КОММЕНТАРИЙ учителя

«Каждый подросток пытается скрыть от взрослых, что он употребляет то или иное психоактивное вещество. Но родители, при внимательном наблюдении, могут заметить происходящие изменения, связанные с началом их употребления. Сначала таких признаков немного, но чем дольше молодой человек употребляет психоактивные вещества, тем больше появляется «предостерегающих сигналов».

Заметив первые симптомы курения сигарет или употребления алкоголя, родители не принимают это всерьез, поскольку им кажется, что такое не может случиться в их семье и с их детьми. Однако необходимо помнить, что такие эксперименты часто ставятся подростками в переходном возрасте, поэтому очень важно, чтобы родители не игнорировали тревожных сигналов. Чем раньше родители начнут активно действовать, тем эффективнее будет помощь.

Если родители чувствуют, что не могут помочь своему ребенку, следует обратиться к квалифицированному специалисту. Стоит помнить о том, что не все изменения в поведении ребенка связаны с употреблением психоактивных веществ. Их причиной могут быть проблемы в семье и школе, несчастная любовь, эмоциональные конфликты и многое другое. Таким проблемам также необходимо уделить надлежащее внимание.

5. Заключение (5 минут)

Учитель благодарит родителей за активное участие на занятии и дает домашнее задание: составить «Список правил поведения в семье». Для этого раздает родителям инструкцию к домашнему заданию (Приложение 1).

Инструкция

- 1. Обсудите со своим мужем или женой (или другими взрослыми членами семьи) правила, установленные в вашей семье, которые помогут предостеречь подростков от употребления психоактивных веществ. При выполнении этого задания вам могут помочь идеи, которые обсуждались на этом занятии. Внесите в список не менее трех правил поведения в семье.
- 2. На следующую встречу принесите, пожалуйста, список «Правил поведения в семье» и приготовьтесь к тому, чтобы рассказать о вашем опыте и результате разговора с членами семьи.

Учитель раздает родителям дидактические материалы (Приложение 1 «Список правил поведения в семье», Приложение 2 «Поведение, вызывающее беспокойство»).

<u>Приложение 1</u>

СПИСОК ПРАВИЛ ПОВЕДЕНИЯ В СЕМЬЕ

Предлагаемые правила:

- Никто из членов нашей семьи не сядет в машину с водителем, который пил алкоголь

- Старшие братья и сестры не предлагают алкоголь и сигареты несовершеннолетним младшим
- Дети не приносят, не покупают и не готовят алкогольные напитки родителям или другим взрослым членам семьи
 - Дети не курят и не пьют алкоголь до совершеннолетия
 - Никто из членов нашей семьи не употребляет наркотики или токсические вещества
 - Родители и взрослые члены семьи не курят в помещениях, где пребывают дети

Список правил поведения в семье (заполняют родители)

1.	
2.	
3.	
4.	

Приложение 2

ПОВЕДЕНИЕ, ВЫЗЫВАЮЩЕЕ БЕСПОКОЙСТВО

Наблюдая за поведением ваших детей, обращайте внимание на предостерегающие сигналы, которые вызовут ваше беспокойство. Ниже в таблице приводятся некоторые примеры поведения, вызывающего беспокойство, которые могут свидетельствовать об употреблении психоактивных веществ или каких-то других проблемах в жизни ребенка.

Само появление какого-либо из этих признаков не является достаточным основанием, чтобы утверждать, что у ребенка серьезные проблемы с употреблением психоактивных веществ. Если же вы заметили несколько признаков, то это может быть предупреждающим сигналом, что происходит что-то нехорошее.

Внешние признаки:

неряшливый внешний вид

плохая координация движения покраснение глаз, слезотечение замедленная речь ношение солнечных очков, несмотря на то, что нет солнца неадекватное расширение/сужение зрачков значительное изменение веса подозрительные запахи: спиртного, клея,

<u>Изменения в привычках:</u>

сигаретного дыма или марихуаны

тяжело засыпает короткий сон в неподходящее время отсутствие аппетита или повышенная потребность в сладостях очевидная потеря интереса к дополнительным занятиям и хобби сильный интерес к статьям, лозунгам, музыкальным группам и т.д., которые пропагандируют курение марихуаны, алкоголь и прочие формы опасного поведения

Изменения в поведении:

неожиданные изменения настроения пребывание в компании, где молодежь пьет алкоголь, курит сигареты или употребляет какиелибо другие психоактивные вещества появление новой компании друзей и избежание любой беседы о новых друзьях перекладывание ответственности на других, ложь, увертывание враждебность, злость, неадекватная реакция на критику изоляция, безразличие к происходящему вокруг участившиеся просьбы дать денег возвращение домой позже, чем договорено пропажа их дома ценностей, одежды и других частые телефонные звонки от незнакомых людей, разговор с которыми ведется шепотом непонятными фразами

Изменения в школе:

ухудшение успеваемости (плохие оценки) пропуски занятий, прогулы засыпание на уроках проблемы с дисциплиной

ЗАНЯТИЕ II. Оперативное семейное вмешательство

Продолжительность: 60 минут

<u>Цель</u>: Знания о психоактивных веществах помогут родителям правильно реагировать на рискованное поведение подростка и мотивировать к поиску путей решения проблем.

<u>Задачи:</u>

- 1. Повысить уровень осведомленности родителей на тему психоактивных веществ, распространенных среди подростков в данном регионе.
- 2. Закрепить у родителей навыки оперативного семейного вмешательства, т.е. реакции родителей в ситуациях нарушения детьми установленных правил (например, эксперименты с сигаретами, алкоголем, наркотиками или токсическими веществами).
- 3. Научить родителей вести открытый разговор с детьми о последствиях употребления психоактивных веществ.
- 4. Предоставить информацию об организациях, оказывающих помощь лицам, которые употребляют ПАВ или попали от них в зависимость (речь идет о том, чтобы указать места, в которых ребенку может быть оказана помощь, даже если его употребление ПАВ не можно классифицировать, как зависимость) наркозависимым и их близким.

Методы работы:

Лекция

Дискуссия

Практическая работа в группах

Необходимые материалы:

рабочие формуляры (приложение 3, 4) на количество участников;

флипчарт;

цветная бумага;

листы бумаги;

фломастеры/ручки.

План занятия:

1. Приветствие родителей (5 минут)

Учитель приветствует родителей (благодарит тех, кто пришел во второй раз, и тех, кто пришел впервые). Напоминает о теме, которая будет продолжена на этом занятии и касается курения среди подростков, употребления ими алкоголя, наркотиков или токсических веществ.

2. Проверка домашнего задания (10 минут)

Учитель делит родителей на небольшие группы (по 4-5 человек). Задачей группы является обмен информацией на тему «Правила поведения в семье». Учитель просит обсудить, как и насколько были заинтересованы члены вашей семьи в этой беседе. Каждая группа презентует наиболее понравившиеся «Правила поведения в семье».

В заключении учитель спрашивает, сколько человек в каждой группе полностью выполнило домашнее задание и просит тех, кто не выполнил домашнего задания, сделать это как можно скорее. Тем родителям, которые выполнили задание, он сообщает, что записанные ими правила еще пригодятся на занятиях, поэтому написанное следует сохранить.

3. Упражнение "Оперативное семейное вмешательство" (20 минут)

<u>Цель:</u> Повысить уровень знаний родителей о факторах, предостерегающих подростка от употребления психоактивных веществ (хорошие взаимоотношения в семье) и отвечающих за успех семейного вмешательства.

Процесс:

Учитель раздает «План оперативного семейного вмешательства» (приложение 3) и дает время на его ознакомление. После этого просит родителей обсудить каждый шаг поиска решений выхода из трудной ситуации в семье, в которой подросток начал употреблять психоактивные вещества.

Учитель приглашает двух желающих принять участие в инсценировке и предлагает некую воображаемую ситуацию.

Сценарий:

Выберите двоих желающих: один из них будет матерью/отцом, а второй сыном/дочерью.

«Мать/отец приходит с работы домой и видит, что сын/дочь спит в одежде и от него пахнет алкоголем. Родитель должен поговорить с подростком, чтобы выяснить его поведение, сообщить ему о последствиях, к которым приведет нарушение правила, например, «Дети не употребляют алкоголь до совершеннолетия», используя рабочий формуляр "План оперативного семейного вмешательства" - Приложение 3.

* Обратите внимание: такой разговор с сыном/дочерью должен состояться в такой момент, когда ребенок трезв, а не находится под действием ПАВ.

После инсценировки учитель задает родителям вопросы: «Легко ли было начать разговор с ребенком на тему психоактивных веществ?», «Получилось ли у родителя вывести подростка на откровенный разговор?», «Прислушался ли подросток к советам родителя?». По окончании обсуждения учитель комментирует:

КОММЕНТАРИЙ учителя

«Семейное оперативное вмешательство должно включать в себя ясную информацию о том, что именно беспокоит родителей в поведении дочери/сына. Родители также должны спросить, при каких обстоятельствах ребенок пробовал курить, пить алкоголь, употреблять наркотики или токсические вещества. Очень важно, чтобы родители поговорили с ребенком, нет ли у него более серьезных проблем в школе или, например, с ровесниками. Вмешательство должно закончиться ясной информацией, что родители ждут от ребенка, чтобы он перестал курить, пить алкоголь.

Родители могут также подчеркнуть, что поведение сына/дочери может квалифицироваться, как правонарушение.

Родителям на заметку!

Прямо и ясно объясните подростку: «ЧТО?» - «ПОЧЕМУ?» - «КАК?»

Скажите ребенку, ЧТО вас беспокоит.

Скажите ребенку, ПОЧЕМУ его поведение вас беспокоит.

Скажите ребенку, КАК иначе он должен себя вести»

4. Упражнение «Составление карты доступности» (20 минут)

Цель: Помочь родителям проанализировать существующие источники поддержки, оказывающие помощь подросткам, столкнувшимся с трудной ситуацией.

Процесс:

Учитель делит родителей на 3 группы и просит перечислить и записать на листе бумаги тех людей и те места, куда родители и подростки могут обратиться за помощью в случае:

1 группа: «Если подросток КУРИТ»

2 группа: «Если подросток ПЬЕТ АЛКОГОЛЬ»

3 группа: «Если подросток УПОТРЕБЛЯЕТ НАРКОТИКИ (анашу, спайсы и др.) или ТОКСИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА (клей, бензин, дихлофос, лекарства и др.)?»

Учитель поясняет, что группы должны представить себе, какой из этих источников более доступен и важен, где можно получить реальную помощь и поддержку. Просит родителей в центре флипчарта разместить (нарисовать, приклеить) подростка, а вокруг подростка разложить цветные бумажки с источниками поддержки в соответствии с их доступностью и реальностью оказываемой помощи. Бумажка с наиболее реальной поддержкой располагается ближе к изображению подростка, а бумажка со специализированной помощью, может быть расположена на более дальнем расстоянии от изображенного подростка.

Среди официальных источников социальной и психологической поддержки можно назвать школьного психолога, классного руководителя, айыл окмоту, медицинского работника, милицию, НПО, религиозное сообщество. Неформальными источниками могут стать родители, соседи, друзья, родственники.

Анализ оказываемой поддержки:

Какую реальную поддержку из данного источника может получить подросток, употребляющий психоактивные вещества?

Может ли реакция со стороны этого источника быть негативной? Если да, то какой она может быть?

Что мы можем сделать для того, чтобы люди, к которым обращаются за помощью, могли обеспечить реальную поддержку?

Что родители могут сделать для того, чтобы помочь подростку?

Через 10 минут учитель просит одного человека из каждой группы презентовать результаты своих наработок.

По окончании презентации групп учитель комментирует:

КОММЕНТАРИЙ учителя

«В некоторых случаях вмешательство родителей не приносит ожидаемых результатов, и подросток не прекращает своего рискованного поведения, не отказывается от вредных привычек. В таких ситуациях следует обратиться за профессиональной помощью в соответствующее учреждение, в котором могут посоветовать, как решить такую проблему».

Учитель сообщает, что он подготовил для родителей информацию, где находятся ближайшие учреждения, в которые можно обратиться за помощью, и раздает родителям рабочий формуляр «Перечень организаций и центров помощи, оказывающих поддержку подросткам и их семьям» - Приложение 4.

5. **Заключение** (5 минут)

По окончании занятия учитель просит родителей, чтобы они закончили следующее предложение: «Эта встреча была очень важной для меня, поскольку я узнал, что…», или «Самое главное, что я вынес с сегодняшних занятий, - это …».

Учитель благодарит родителей за активное участие на занятии и дает домашнее задание:

Инструкция

- 1. Поговорите с ребенком (детьми) на тему последствий употребления психоактивных веществ и ясно представьте ему/им свои ожидания и правила: «ЧТО?» «ПОЧЕМУ?» «КАК?».
- 2. Напомните ребенку (детям) «Правила поведения в семье». Скажите своему ребенку (детям), почему так важно следовать этим правилам.

Я хотел/а бы предложить вам несколько вариантов, которые помогут вам провести беседу с детьми на тему правил безопасности.

Примеры

«Я не врач, но я знаю, что сигареты и алкоголь очень вредны для здоровья, а наркотики могут не только подорвать здоровье, но и привести к смерти или тюрьме. Поэтому следует твердо отказаться от предложения попробовать какое-либо психоактивное вещество».

«В жизни тебя ждет много интересного. Я очень хочу, чтобы ты достиг задуманного без серьезных препятствий. Когда ты пьешь алкоголь или употребляешь наркотики, то ты можешь попасть в аварию, заболеть и даже умереть. Поэтому не делай этого». «Никогда не садись в машину с пьяным водителем (если он пил алкоголь или употреблял наркотики). Позвони мне, вне зависимости от обстоятельств, а я постараюсь, чтобы ты целый и невредимый вернулся домой».

«Курение очень вредно — это потеря времени, денег, здоровья. Лучше не пробовать, потому что очень просто привыкнуть, а потом трудно бросить. Поэтому мне хотелось бы, чтобы ты не курил».

Приложение 3

ПЛАН ОПЕРАТИВНОГО СЕМЕЙНОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Если есть подозрения или вы уверены, что ваш ребенок употребляет какие-либо психоактивные вещества (курит, пьет алкогольные напитки, употребляет наркотики или токсические вещества), примите оперативные меры.

Разговор с ребенком

Шаг 1. Выясните ситуацию – объясните, каков повод вашей беседы:

- "Я хотел поговорить с тобой, потому что:
- У меня есть подозрения, что ты пьешь алкогольные напитки/куришь сигареты/ употребляешь наркотики/токсические вещества. Это очень меня беспокоит, поэтому я хочу серьезно поговорить с тобой. (или)
- Я узнал, что ты пьешь алкоголь/куришь сигареты/употребляешь наркотики/токсические вещества. Я очень беспокоюсь о тебе и твоем будущем, поэтому нам надо серьезно поговорить на эту тему".

- **Шаг 2. Сориентируйтесь в ситуации** по возможности оцените масштаб проблемы.
- Постарайтесь получить от ребенка как можно больше информации о его жизни. Заинтересуйтесь его кругом общения, узнайте, чем он занимается вне дома, чем интересуется, нет ли у него проблем в школе, в каких ситуациях ему хочется выкурить сигарету или выпить алкогольный напиток, и как часто это происходит.
- Сравните собранную таким образом информацию с вашими наблюдениями за ребенком и его поведением дома, с информацией, которая приходит из школы и других источников.
- **Шаг 3. Покажите свою реакцию** (в каждой ситуации: и когда вам наверняка известно, чем злоупотребляет ребенок, и когда это только ваше подозрение)
- выразите свое беспокойство по поводу употребления ребенком психоактивных веществ (табак, алкоголь, наркотики или токсические вещества);
- сообщите ему об изменениях, которые вы заметили, например, в успеваемости, внешнем виде или поведении ребенка;
- расскажите ребенку подробно об отрицательных последствиях для здоровья и угрозах для его безопасности, связанных с психоактивным веществом которое он употребляет;
- расскажите ребенку о возможных юридических последствиях, подчеркнув, что курение или употребление алкоголя несовершеннолетним лицом является правонарушением.

Сообщите ребенку, что самостоятельное решение об употреблении алкоголя и курении он будет принимать, когда станет взрослым и самостоятельным человеком.

Сообщите ребенку о том, что вы категорически требуете, чтобы он перестал употреблять данное психоактивное вещество (алкоголь, сигареты, наркотики или токсические вещества). Сообщите ребенку о мерах, которые вы собираетесь предпринять и о том, каковы будут их последствия.

Приложение 4

ОРГАНИЗАЦИИ И ЦЕНТРЫ ПОМОЩИ, ОКАЗЫВАЮЩИЕ ПОДДЕРЖКУ ПОДРОСТКАМ И ИХ СЕМЬЯМ

Перечень			
Nº	Название организации	Адрес и телефон	

ЗАНЯТИЕ III. Укрепляем семейные узы

Продолжительность: 60 минут

Цель: Анализирование родителями существующих взаимоотношений в семье и формирование позитивного общения с подростками, основанного на взаимной поддержке и взаимопонимании.

Задачи:

- 1. Помочь родителям разобраться с психологическими изменениями подростковом периоде.
- Развить навыки позитивного общения, адекватного реагирования на 2. потенциальные угрозы и разрешения конфликтных ситуаций.

Методы работы:

Мини лекция Дискуссия Практическая работа в группах

Необходимые материалы:

листовка «Ближе друг к другу – дальше от наркотиков» флипчарт или обычная доска в классе; листы бумаги; фломастеры/ручки;

раздаточный материал (информация для родителей) на количество участников; анкеты на количество участников.

План занятия:

1. Приветствие родителей (5 минут)

Учитель приветствует родителей (благодарит тех, кто пришел в третий раз, и тех, кто пришел впервые). Напоминает о теме, которая будет продолжена на этом занятии и касается курения среди подростков, употребления ими алкоголя, наркотиков или токсических веществ.

2. Проверка домашнего задания (10 минут)

Учитель делит родителей на небольшие группы (по 4-5 человек). Задачей группы является обмен информацией о беседе с детьми на тему последствий употребления психоактивных веществ и правил поведения в семье.

Каждая группа презентует наиболее понравившиеся «Правила поведения в семье» и выводы после проведенной беседы с подростком.

Рекомендации учителю:

- быть готовым к возможным обвинениям родителей друг к другу
- уметь своевременно прекратить критические дискуссии и перенаправить в конструктивное русло
- соблюдать конфиденциальность
- не передавать ребенка или информацию о нем в соответствующие органы или лечить

- передать информацию о ребенке его родителям и объяснить их ответственность.

В заключении, учитель спрашивает, сколько человек в каждой группе полностью выполнило домашнее задание и просит тех, кто не провел беседы с ребенком, сделать это в ближайшее время.

3. Упражнение «Вспомнить все» (10 минут)

<u>Цель:</u> Вспомнить свои ощущения в подростковом возрасте и попытаться разобраться в мироощущении своих детей.

Процесс:

Учитель спрашивает родителей, как им нравилось проводить свободное время, когда они были в подростковом возрасте. Ответы родителей записываются на одной половине доски, которая заранее делится пополам вертикальной линией.

После этого, учитель спрашивает, как их дети любят проводить свободное время. Ответы также записываются на другой половине доски.

Затем родителям задается вопрос: «Есть ли что-то общее, и какую разницу они видят в способах времяпровождения своих детей и своего, в их возрасте?».

Наводящие вопросы:

Какие ассоциации появляются у вас при сравнении способов времяпровождения в настоящем и в прошлом?

Находите ли вы что-то схожее или видите существенные различия в способах проведения свободного времени в настоящем и в прошлом?

Что преобладало среди способов времяпровождения в ваши подростковые годы, а что превалирует в настоящее время?

По окончании обсуждения учитель комментирует:

КОММЕНТАРИЙ учителя

«Видна существенная разница между способами времяпровождения подростков в прошлом и настоящем. Совместное проведение времени родителей с детьми является важным фактором, сближающим членов семьи и укрепляющим семейные узы. Крепкие семейные узы способствуют формированию ребенка как личности и укреплению чувства собственного достоинства, которое убережет подростка от различных опасностей, таких как курение, употребление алкоголя, наркотиков или токсических веществ, а также пребывания в «дурной компании», антисоциальное поведение и т.д.».

4. Упражнение «Справляемся вместе» (15 минут)

<u>Цель:</u> Выработать с родителями способы совместного времяпровождения для укрепления семейных уз.

Процесс:

Учитель делит родителей на группы из 5 человек, и просит каждую группу придумать и записать на листе бумаги как можно больше способов совместного времяпровождения, без дополнительных финансовых вложений.

Результатом этой работы является список предложений, как можно интересно провести с детьми свободное время.

Через 10 минут учитель просит одного человека из каждой группы презентовать результаты своих наработок. Самые интересные предложения по проведению свободного времени вместе с детьми записываются на флипчарте или доске.

5. Мини-лекция «Психические особенности подросткового возраста» (10 минут)

Учитель проводит мини-лекцию на тему угроз, связанных с подростковым периодом.

«В переходном периоде возрастает риск появления моделей трудного поведения среди подростков. Мы коротко побеседуем на тему некоторых из них.

Подростки хотят быть независимыми, в связи с этим они часто игнорируют советы родителей и старших (стоит обговорить, что стремление к независимости — это одна из фундаментальных задач подросткового периода, которая готовит его к взрослой жизни).

Принятие группой сверстников становится так же важным аспектом, как и одобрение родителей и близких (следует объяснить, что частые контакты со сверстниками очень важны для правильного общественного развития подростка, хотя часто создают определенные угрозы, без них невозможно правильное общественное развитие ребенка).

Эксперименты с новыми формами поведения (часто рискованными) являются неотъемлемой частью развития в подростковом возрасте (следует заметить, что эксперименты с новым поведением нужны подросткам для обучения новым жизненным ролям и дают возможность удовлетворить свою потребность приобрести новый опыт).

Подросткам не хватает опыта, а их возможность прогноза последствий своих действий в этом возрасте еще ограничена (следует заметить, что подросток находится в переходном возрасте, поэтому, некоторые его функции уже развиты так, как у взрослых (например, абстрактное мышление), а некоторые еще не успели развиться полностью (например, предвидение последствии), поэтому в этот период особенно увеличивается количество действий, рискованных для здоровья и безопасности).

Все указанные характеристики развития типичны для переходного возраста, а с другой стороны, несут в себе угрозу появления отрицательных форм поведения у подростков.

Многие кризисы и конфликты в этот период связаны с неадекватным, неловким или оскорбительным отношением к ним взрослых людей.

Родители, которые заботятся о безопасности и здоровом развитии своих детей, умеют разговаривать с ними и оказывать эмоциональную поддержку в трудных ситуациях, обеспечивают дома дисциплину без насилия, объясняют, как дети должны соблюдать установленные правила и какие моральные и нравственные ценности функционируют в семье, а также присматриваются к тому, с кем и как ребенок проводит свое свободное время и пытаются уберечь своих подрастающих детей от принятия многих рискованных решений.

Например, наблюдение родителями за поведением подрастающего ребенка в свободное время и оказание ими поддержки при решении текущих проблем, могут быть противовесом для отрицательного влияния «трудных» сверстников в школьной среде или во дворе. Таким образом, родители могут ограничить развитие моделей рискованного поведения у своего ребенка, в том числе: агрессию, курение сигарет, употребление алкоголя, наркотиков или токсических веществ.

Семейные традиции часто становятся почти что священными, и по праву, так как они способствуют именно тому общению и времяпровождению, которые укрепляют семейные узы любви и привязанности. А уж они, в свою очередь, останутся с вашим ребенком всю его жизнь, оградив его от многих невзгод».

6. Заключение (10 минут)

Учитель подводит итог трех встреч. Он подчеркивает значимость хороших взаимоотношений в семье и внимательного отношения родителей к изменениям в поведении их детей (предупреждающие сигналы).

По окончании занятия учитель просит родителей, чтобы они закончили следующее предложение: «Эта встреча была очень важной для меня, поскольку я узнал, что...», или «Самое главное, что я вынес с сегодняшних занятий, - это».

Учитель благодарит родителей за активное участие на занятии и просит заполнить анкету.