

Профилактика ПАВ (психоактивных веществ)



Профилактика употребления ПАВ

Работе по профилактике употребления психо-активных веществ (ПАВ) среди подростков в последнее время уделяется все больше и больше внимания. Это направление становится приоритетным в работе психолога и

социального педагога. Так как современное общество все еще характеризуется крайней степенью **социально-психологической** и **политической нестабильности**. В таких условиях возникает почва для социально-негативных явлений, таких, как *преступность, падение нравов, наркомания и алкоголизм*. Девальвация культурных ценностей, неуверенность в завтрашнем дне плюс неумение или неспособность части населения, особенно подростков и молодежи, активно справляться с жизненными трудностями – вот те предпосылки, которые обеспечивают наркомании и алкоголизму прочные позиции в обществе.

Подростковый возраст (особенно младший подростковый) является тем периодом, когда особенно остра необходимость в проведении мероприятий по предотвращению алкоголизма и других форм аддиктивного (зависимого) поведения.

Общие признаки употребления ПАВ:

- Снижение интереса к учёбе, обычным увлечениям.
- Отчуждённость, скрытность и лживость.
- Эпизоды агрессивности, раздражительности, которые сменяются периодами неестественного благодушия.
- Компания подростка, зачастую состоит из лиц более старшего возраста и некоторые из них имеют опыт употребления ПАВ.

- Эпизодическое наличие крупных или небольших сумм денег непонятного происхождения.
- Изменение аппетита.
- Периодически тошнота, рвота.
- Изменение аппетита.
- Сужение или расширение зрачков, состояние оглушённости, заторможенности.
- Наличие следов инъекций на коже.

Часто причинами начала употребления алкоголя и наркотических веществ являются социально-психологические сложности подросткового возраста, психологические проблемы процесса взросления.

В подростковом возрасте дети очень любознательны, активно "познают мир", в то же время они еще очень доверчивы, полны ощущения собственной неуязвимости. Из-за этих особенностей они нередко могут попадать в опасные для жизни ситуации. Поэтому встает необходимость предупреждения начала экспериментирования с токсическими веществами, вызывающими зависимость, обучения детей навыкам безопасного поведения, навыкам сохранения жизни, здоровья и психологического благополучия в разных ситуациях.

У подростков развивается потребность во внимании к себе, к своим физическим особенностям, обостряется реакция на мнение значимой референтной группы, усиливается чувство собственного достоинства и максимализма.

Поэтому в этот период особенно важно развитие определенных социально-психологических навыков, обсуждение с подростками тех проблем, с которыми они часто сталкиваются один на один, проблем общения, отношений с людьми, как взрослыми, так и ровесниками.

Также в этот период формируется система ценностей, переосмысливается и переоценивается уже накопленный опыт и вырабатывается основание жизненной позиции, отношение к людям, обществу, миру и к своему месту в нем. В связи с чем, как никогда встает необходимость знания и принятия норм и правил функционирования коллектива, получения информации о взаимоотношениях со взрослыми и

сверстниками, о конфликтных ситуациях и путях разрешения конфликта. Возникает необходимость выработки навыков, способствующих формированию установки на здоровый образ жизни.

Рекомендации родителям по профилактике Употребления психоактивных веществ несовершеннолетними

По статистике основной возраст первого знакомства с наркотическими средствами происходит на 11-14 лет (41%) 15-17 лет (51%): в основном это курение марихуаны и гашиша, употребление ингаляторов потребление алкоголя вместе с медикаментами.

ПРИЧИНЫ:

- Любопытство (благодаря известному высказыванию не очень умных людей: «Все надо попробовать!»);
- Желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т. д.;
- Желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способом привлечения внимания;
- Безделье, отсутствие каких-либо занятий либо обязанностей, в результате — эксперименты от скуки.

СОВЕТЫ:

1. Помните, что если Вы сами не формируете нужное отношение к алкоголю, табаку и наркотикам у своего ребенка, то это обязательно сделает кто-то другой – и нет гарантии, что это отношение не окажется губительным для всех.
2. Объясните, что зависимый от наркотиков человек становится марионеткой, у него нет своей воли, нет умения распорядиться жизнью, любовью, счастьем – его только сосущее желание заполнить внутреннюю пустоту.
3. Для себя Вы должны, помнить, что курение и пьянство – это не норма. То, что не пошло дальше Вы, абсолютно не

- означает, что подросток сможет легко остановиться на относительно «безопасном» уровне употребления.
4. Общайтесь друг с другом! Общение – это основная человеческая потребность; общаясь, человек чувствует нужность другим, свою ценность как человека, что его замечают, что он важен для остальных.
 5. Всем нам необходимо говорить друг с другом и уметь слушать, особенно для родителей и детей.
 6. Быть внимательным к ребенку, его переживаниям, потребностям.
 7. Выслушивать, не перебивая, его точку зрения.
 8. Стремиться понять, в силу каких причин ребенок поступает так, а не иначе.
 9. Важно показать Вашему ребенку интерес к нему, его жизни, его проблемам, какими бы не значительными они не казались Вам.

Часто в школах проводятся занятия и лекции, на которых учащимся рассказывают о вреде курения, алкоголя и наркотических веществ. Приводится пугающая статистика. Но подростки редко примеряют чужой опыт на себя, не доверяют цифрам, продолжая «экспериментировать» и набивать шишки на собственных ошибках. Однако, употребление ПАВ очень быстро вовлекает ребят в зависимость, и остается пагубной привычкой на всю жизнь. Что в дальнейшем негативно отражается на здоровье и, зачастую, приводит к трагическим последствиям.

