

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ АКАДЕМИЯ  
ПОСТДИПЛОМНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Институт развития образования  
Кафедра педагогики семьи

**Методические рекомендации  
по проведению информационно-просветительских  
семинаров для родителей «Здоровый ребенок - здоровое будущее»**

Целевая группа: специалисты системы профилактики девиантного (аддиктивного поведения).

Цыганкова Наталия Игоревна,  
кандидат психологических наук,  
доцент кафедры педагогики семьи  
СПб АППО

Эрлих Олег Валерьевич,  
заведующий кафедрой педагогики семьи  
СПб АППО,  
кандидат педагогических наук

Санкт-Петербург, 2020

## **Введение**

Формирование здорового образа жизни ребенка - одно из стратегических направлений государственной политики в сфере образования. Важное место в сфере формирования здорового образа жизни занимают вопросы пропаганды здорового образа жизни и профилактики немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ несовершеннолетними.

Как показывают данные криминальной статистики и повседневная реальность, наиболее подверженными наркотизации становятся дети и подростки. Это не случайно, ибо подросток, испытывая тягу ко всему необычному, запретному, а потому интересному для него, проявляет любопытство, смешанное со страхом, к наркотикам и наркосодержащим веществам. Немаловажное влияние на предпочтения, интересы и увлечения подростка оказывает референтная группа сверстников. Наркомания становится своеобразным атрибутом данной группы. Ценностная, волевая сферы подростка зачастую не оказываются сформированными настолько, чтобы противостоять влиянию и отказаться от наркотика.

В силу индивидуально-психологических и физиологических особенностей и психическая, и физическая зависимость от наркотиков у подростка вырабатываются гораздо быстрее. Излечиться от пагубной страсти подростку намного сложнее, чем взрослому, если, конечно, родители не забьют тревогу уже в самом начале заболевания.

Результаты многочисленных исследований и статистических данных показывают существование устойчивой тенденции к значительному и постоянному росту потребления наркотиков и токсических веществ с одновременным снижением возраста приобщающейся к ним молодежи.

Данные методические материалы разработаны с целью преодоления профессиональных дефицитов специалистов системы профилактики в сфере повышения роли родителей (законных представителей) обучающихся образовательных организаций в обеспечении безопасности и формирования здорового образа жизни детей и подростков.

Реализация общих задач направлена на формирование у детей ценностного, ответственного отношения к своему здоровью, готовности соблюдать законы здорового образа жизни; усвоение социально ценных поведенческих норм, коммуникативных навыков, обеспечивающих ребенку эффективную социальную адаптацию; развитие умения регулировать свое поведение, прогнозировать последствия своих действий.

Реализация специфических задач связана с формированием у детей представления о негативном воздействии ПАВ на физическое здоровье человека и его социальное

благополучие, готовности отказаться от любых форм использования ПАВ; с развитием отрицательных оценок в отношении различных аспектов наркоманий; освоением приемов поведения, позволяющих избежать наркозависимости.

## **I. Организация проведения информационно-просветительских семинаров для родителей «Здоровый ребенок - здоровое будущее»**

Данные мероприятия рекомендуется проводить в формате районных, городских межведомственных мероприятий с привлечением родительской общественности образовательных организаций.

**Цель организации проведения семинаров для родителей «Здоровый ребенок – здоровое будущее»:** содействие формированию безопасной образовательной среды, повышение социальной активности родителей в сфере профилактики немедицинского потребления наркотических средств и психотропных средств обучающимися, привлечение внимания родителей к проблеме подростковой наркомании.

### **Поставленная цель достигается через решение следующих задач:**

1. Информирование родителей о государственной политике в сфере противодействия незаконному обороту наркотиков и ситуации с незаконным потреблением наркотических средств и психотропных веществ среди обучающихся.

2. Просвещение родителей по вопросам воспитания и социализации детей и подростков, факторах риска и защиты от вовлечения в потребление наркотических средств обучающихся.

3. Содействовать формированию мотивации родителей на поддержку участия их детей в проводимых профилактических мероприятиях и участие самих родителей в этих мероприятиях.

4. Информировать о состоянии работы по профилактике в образовательной организации.

5. Информировать об организациях, оказывающих помощь в трудных жизненных ситуациях (психолого-педагогическую, медицинскую, социальную, правоохранительную), в образовательной среде и учреждениях здравоохранения, социальной защиты населения, молодежной политики и связей с общественными организациями в рамках межведомственного взаимодействия и социального партнерства, телефонах доверия, кризисных служб.

6. Информировать о возможностях организации досуга детей и семей (культурные, спортивные, дополнительного образования) на бесплатной основе.

7. Организовать непосредственное общение и дискуссионное обсуждение темы антинаркотической профилактики между представителями родительской общественности, с одной стороны, и ответственными за решение данных вопросов, непосредственными руководителями городского и районного уровня, представителями правоохранительных органов, Прокуратуры, других субъектов профилактики, с другой стороны.

8. Изучить отношение родителей к проблеме наркотизации подростков и наркопрофилактики (социологический опрос).

**Целевая группа семинаров:** родители обучающихся образовательных организаций.

**Условия проведения семинара:** не допускается присутствие детей до 15 лет.

## **II. Научно-методические основы организации и проведения информационно-просветительских семинаров для родителей с учетом современной социальной ситуации развития детей и подростков.**

Работа с современным родительским сообществом требует от педагога понимания особенностей современных родителей, научно-методической, педагогической и андрагогической (учитывающей психологические и образовательные потребности взрослых людей) компетентности в этой области деятельности.

Немаловажным поэтому является знание не только практических приемов работы с современными родителями в области профилактики социальных рисков детей и подростков, но и определенных теоретических основ, которые могут показать и объяснить специфику состояния и динамические тенденции развития современного института родительства в целом.

В научном сообществе предлагаются различные определения понятия «родительство». Так, Г.С. Абрамова [1] рассматривает родительство как социальные роли отца и матери, причем она считает, что освоение социальных ролей «матери» и «отца» – это главная жизненная задача развития человека в период взросления.

И.С. Кон [4] определяет родительство как систему взаимосвязанных явлений: родительские чувства, любовь, привязанность к детям; специфические социальные роли и нормативные предписания культуры; обусловленное тем и другим реальное поведение, отношение родителей к детям, стиль воспитания.

Т.А. Гурко [2] отмечает, что в англоязычной литературе используются два термина, обозначающие родительство. Первый из них – *parenthood* – чаще используют специалисты, анализирующие институциональные характеристики родительства. Второй – *parenting* – употребляется для раскрытия собственно родительских ролей, включая отклонения от одобряемых в конкретной культуре моделей обращения с детьми.

«Parenthood» чаще применяют при анализе институциональных характеристик родительства (нормы, ценности) и юридических статусов (например, установление отцовства, отказ от материнства, усыновление и т.д.).

«Parenting» чаще употребляется для раскрытия содержания родительских ролей (практик, деятельности, поведения) и отношения к детям, включая отклонения от одобряемых в данной культуре моделей обращения с детьми: пренебрежение основными потребностями детей (neglect), злоупотребления (abuse), насилие (violence). Во втором смысле родительства (parenting) можно говорить о «практиках родительства», поскольку в русском языке нет другого термина.

Р.В. Овчарова [5], определяет родительство как «интегральное психологическое образование личности (отца и/или матери), включающее совокупность ценностных ориентаций родителя, установок и ожиданий, родительских чувств, отношений и позиций, родительской ответственности и стиля семейного воспитания». При этом каждый компонент содержит эмоциональные, когнитивные и поведенческие составляющие, а родительство в целом проявляется как на субъективно-личностном уровне, так и на индивидуальном уровне.

В современных исследованиях рассмотрены новые динамические тенденции, подчас противоречивые, характеризующие изменения, направленность и специфику развития института родительства в современной России, которые следует учитывать при организации активного взаимодействия с родителями в условиях проведения семинара «Здоровый ребенок - здоровое будущее». Так, во всероссийском исследовании «Семья и родительство в современной России» (2009 г.) были отмечены некоторые негативные тенденции развития института родительства в первом десятилетии 21 века на примере родительских семей респондентов от 16 до 44 лет. В данном исследовании указывается на то, что в целом современная российская семья находится в состоянии переживания ею кризиса развития. Одним из эффектов кризиса российской семьи стало нарушение стандартов социализации, в которых в прошлом ключевую роль играла фигура отца. В современном поколении значимость отца как агента влияния или поведенческого образца заметно снизилась. Доля тех, кто назвал отца «референтным» лицом, оказавшим на респондента наибольшее влияние, снизилась с 41,1% в старшей до 31,8% в «молодежной» группе. На роль отца в родительской семье влияла не только принадлежность к группе, но и другие показатели. В бедных семьях влияние отца отметили только 26,8% опрошенных, в семьях с приемлемыми или высокими стандартами жизни – 40,7%. Способность отца выполнять роль хранителя семейных ресурсов, обеспечить передачу важных образовательных и экономических ресурсов следующему

поколению, безусловно, также существенно влияла на образцы поведения. Респонденты с высшим образованием оценивали роль отца выше, чем респонденты со средним образованием (36,6% и 42,2% соответственно). Чем слабее становилась фигура отца, тем более укреплялась в сознании респондентов фигура матери. В молодежной группе доля тех, кто оценивал роль матери, как самую значительную, достигла 73,8% (в старшей возрастной группе - 61,9%). Возникли предпосылки для дальнейшей легитимации неполной семьи вровень с нарастающей маргинализацией отца. Подобные практики привели к явлению, которое можно охарактеризовать как асимметрия ответственности: основная тяжесть воспитания детей ложится на плечи матери. Что касается отца, то он все чаще уходит от семейных обязанностей в практику «последовательной полигамии» (выражение С. Голода).

В целом, по мнению названного исследователя, речь идет не о кризисе, а о трансформации института семьи в новых рыночных глобальных условиях, результатом чего выступает появление множества различных типов семей и форм организации частной жизни и воспитания детей.

Скорее можно говорить о кризисе брака в связи с ростом сожительства. Исторически все супруги не всегда были счастливы, хотя браки были стабильными. Сегодня чаще всего сохраняют брак счастливые супруги, а там, где счастливы супруги, счастливы и дети.

Среди новых тенденций в развитии института родительства – укрепление в сознании части молодого поколения представления о рациональном планировании рождения ребенка, снизилось число аборт.

Существенная тенденция последних десятилетий - разделение родительства и супружества. Выражается это в увеличении числа супружеских пар (зарегистрированных и незарегистрированных), которые сознательно отказываются иметь детей, с одной стороны. С другой – широкое распространение получили семьи с одним родителем (обычно матерью).

Еще одна из тенденций, связанная с трансформацией института родительства – его отделение от биологической основы. Многие отцы (реже матери) не проживают вместе с детьми, причем некоторые из них являются «эпизодическими» родителями (детей, например, воспитывает бабушка), а другие, не поддерживая никаких контактов с ребенком, так и остаются только биологическими родителями. Одновременно растет число фактических родителей, не связанных с воспитываемым ребенком биологическими узлами. В России это происходит за счет распространения сводных семей и соответствующего увеличения числа отчимов и мачех, увеличения числа родителей,

лишенных родительских прав, расширения практики усыновления (удочерения) детей, в том числе не родственниками.

Ежегодное увеличение числа детей, принятых в семью на воспитание приемными родителями и патронатными воспитателями, означает профессионализацию родительства. Такие родители проходят специальный отбор, заключают договор и получают заработную плату, а также отчитываются за свою работу. Они также должны получать профессиональное сопровождение со стороны представителей органов опеки, а также специалистов психологов, медиков, педагогов, юристов.

В целом, как показали исследования при поддержке Российского гуманитарного научного фонда в 1995, 2011 и 2012 году, меняются отношения родителей с детьми – родители реже практикуют авторитарные методы воспитания, отношения становятся более доверительными и демократичными.

Нельзя не упомянуть об изменении отношений между взрослыми детьми и родителями. Существенно уменьшилось количество молодых супругов, ожидающих помощи от родителей. Эта ситуация объективна, поскольку в новых экономических условиях молодые юноши и девушки имеют доходы намного выше родительских и становятся более независимыми.

«Нынешние глобальные масштабы унификации культуры определяются главным образом средствами массовой коммуникации, особенно телевидением. Современные средства массовой информации превращают нашу планету в «большую деревню», обитатели которой потребляют один и тот же культурный продукт».

По причине миграции и эмиграции в России, как и в других странах, увеличивается число межэтнических и межстрановых браков, смешиваются семейные нормы разных культур.

Высокая доля проживающих в неполных семьях (около 40% по данным различных источников) позволяет сделать следующий вывод: наряду со статистической нормой проживания подростков в полных семьях, ситуацией, близкой к статистической норме, также выступает в настоящее время социальный феномен проживания в неполной семье. В связи с этим, проживание подростков в неполных семьях не может служить основанием для прогнозирования социальных рисков развития подростков.

В настоящее время сам фактор материального достатка в семье наряду с полнотой семьи, не является фактором, гарантирующим защиту от попадания подростков в группу потребителей наркотических средств и психотропных веществ, в связи с чем необходима не только целенаправленная профилактическая работа с обучающимися, но и организация

систематической просветительской работы с родителями в контексте профилактики потребления их детьми психоактивных веществ.

Важным показателем, отражающим уровень «родительской компетентности» современных родителей, который, в свою очередь, позволяет выделить группы подростков, которые могут в определенных условиях быть вовлечены в потребление наркотических средств и психоактивных веществ, является социально-педагогический и психологический статус подростков: самооценка, мотивация и интерес к учебной деятельности, переживание негативных эмоциональных состояний, влияющих на поведение, трудности и проблемы в социальном взаимодействии. При проведении просветительской работы с родителями необходимо обращать их внимание на эти факты, поскольку причины плохого настроения детей, проявлений у них неконтролируемых вспышек гнева, безусловно и в первую очередь, формируются в семье, зависят от семейной психологической атмосферы.

Особенно следует обращать внимание родителей на факт того, что существует группа подростков, чувствующих, что «всем не до них», что «они не нужны» и «не успешны». Подобные риски в настоящее время характерны не только для семей, характеризующихся как «неблагополучные», где дети зачастую «заброшены» и безнадзорны, но в современных условиях могут выступать следствием того, что в выполнении своих родительских обязательств – многие «добросовестные родители», чтобы прокормить и одеть своих детей, обеспечить их всем необходимым, также в результате ввиду занятости и усталости, не находят времени и возможности уделять необходимое детям внимание, вникать в сложности и проблемы их повседневной жизни.

Особого внимания требует ситуация с острыми переживаниями унижения и беспомощности, возникающими у части обучающихся в результате конфликтов как с педагогами, так и с родителями. Длительные конфликты, и это следует объяснять родителям, безусловно, выступают фактором, стимулирующим появление и развитие социальной дезадаптации обучающихся.

Для повышения родительской компетентности, осознания родителями всей широты факторов, стимулирующих появление конфликтных и кризисных ситуаций, влияющих на эмоциональное состояние и поведение обучающихся, родителей следует информировать об этом. Следует обращать внимание родителей на то, что все без исключения факторы, оказывающие влияние на эмоциональное и психологическое состояние их детей, или могут в большей или меньшей степени компенсироваться, не допускаясь, в случае наличия атмосферы эмоционального благополучия в семье,



или, напротив, в случае отсутствия у ребенка поддержки со стороны родителей, интенсифицироваться и в итоге приводить к асоциальному поведению ребенка.

Особого внимание требует группа обучающихся, испытывающих трудности и проблемы в социальном взаимодействии. Значительная часть факторов, оказывающих влияние как на формирование и наличие трудностей и проблем в социальном взаимодействии у подростков, так и на формирование поддержки подростков в этой сфере - это различные аспекты их взаимоотношений с родителями. В частности, к группе респондентов, которые испытывают определенную степень социального одиночества и трудности в социальном взаимодействии, относятся подростки, у которых отношения с родителями более напряженные, им трудно получить от родителей тепло и заботу, возможность обсуждать с родителями личные проблемы, трудно получить от родителей советы по поводу учебы. При обсуждении с родителями необходимо уделять внимание такому значимому фактору антинаркотической профилактики, как контроль со стороны родителей свободного времени подростков.

При создании системы психолого-педагогического сопровождения семьи и родителей как действенного фактора в профилактике рисков социального развития ребенка для родителей немаловажно представлять реальный уровень педагогического влияния на своих детей и их поддержки в сравнении с влиянием и поддержкой в их отношении со стороны главной (в силу возрастных психоэмоциональных особенностей) для подростков референтной группы - их сверстников, подросткового сообщества.

Важным показателем ситуации с употреблением наркотических средств и психотропных веществ является ответ на вопрос, какое количество сверстников употребляет наркотики и психоактивные вещества. Этот показатель указывает на степень наркогенного заражения среди обучающихся общеобразовательных учреждений. Родителям необходимо напоминать, что в подростковом возрасте друзья играют в ряде случаев решающее значение в принятии решений и поведении подростка, а также информировать их о наиболее распространенных причинах начала употребления наркотиков несовершеннолетними.

### **Особенности подросткового возраста, влияющие на начало употребления наркотических средств и психотропных веществ.**

Подростковая наркомания, как курение и пьянство, связана со свойственной подростковому возрасту тягой к экспериментированию, поиску новых необычных ощущений и переживаний. По наблюдениям врачей-наркологов, 2/3 молодых людей приобщаются впервые к наркотическим веществам из любопытства, желания узнать,

что там – «за гранью запретного». Иногда первую дозу подростку навязывают обманом – под видом сигареты или напитка, красивых таблеток, конфет.

Следовательно, необходимо искать возможности для того, чтобы любопытство и склонность к риску реализовывались по-другому. Такими возможностями обладает спорт, социальная активность, возможность попробовать себя в интересной трудовой деятельности и другое.

Наркомания - это явление, связанное с влиянием группы. До 90% наркоманов начинают употреблять наркотики в компаниях сверстников. Как правило, это происходит на дискотеках и домашних вечеринках. «Приобщение» к компании для подростка – вопрос первой необходимости для родителей, учитывая то, что подростки чувствуют себя одинокими в силу особенностей возраста. Поэтому особенно важно знать друзей вашего ребенка, дружить с ними, уважать право подростка на выбор приятелей.

Зачастую подростки пробуют наркотики от скуки или оттого, что им попросту нечем заняться. Дети не умеют придумывать себе занятия, от которых бы они получали удовольствие (что жизненно важно для подростка). Необходимо организовывать досуг подростков, специально заниматься выбором интересной для них деятельности.

Вовлечение в потребление наркотиков связано еще и с тем, что у подростков действительно очень непростая жизнь. Им, в отличие от взрослых, переживание успеха жизненно необходимо, а возможностей для этого у них существенно меньше, чем у взрослых. Необходимо организовать жизнь подростка в школе и дома так, чтобы он чувствовал себя достойным человеком, имел возможность самовыражения, высказывания собственного мнения без риска услышать в ответ от взрослого оскорбление или пренебрежение.

Для подросткового возраста нередки сильнейшие переживания и бросание в крайности (любовь – так уж навсегда, горе – на всю жизнь и т. п.). Непереносимость эмоций такой силы толкает подростков к поиску каких-то способов облегчить свое состояние, в том числе и к приему химических веществ. В этой ситуации крайне важно, чтобы рядом с подростком был взрослый, который сможет понять состояние ребенка и захочет помочь ему справиться с этим состоянием.

Кто-то принимает наркотики от нечего делать, а кто-то – от желания расслабиться, от неумения организовать свой досуг. Необходимо обеспечить оптимальную нагрузку подростков. В ряде случаев детям нужен индивидуальный подход к учебной нагрузке, правильная организация досуга.

Часто дети и подростки «уходят в наркотики» от семейных и личных проблем, от заброшенности или, наоборот, гиперопеки. Если вам кажется, что ваши семейные

отношения не влияют на состояние подростка, вы, скорее всего, ошибаетесь. Обращение за помощью к специалистам при возникновении семейных проблем крайне полезно, а если вас тревожит поведение ребенка – особенно важно.

Некоторые начинают пить, курить, а затем и принимать наркотики, подражая родителям и старшим. Очень важно, чтобы родители и другие взрослые осознавали это и стремились собственным примером показывать, что жить без злоупотребления психоактивными веществами можно и нужно. И это здорово! Здорово быть трезвым!

Особую тревогу вызывает общедоступность психоактивных веществ. Их может получить или купить кто угодно и где угодно. Более того, употребление наркотиков стало частью подростковой субкультуры и в некоторых детских сообществах является обязательным условием принятия подростка в группу. Необходима постоянная специальная работа по воспитанию у подростков активной личностной позиции неприятия наркотиков, по формированию в доме и в школе негативного отношения к наркотикам и их употреблению.

#### **Особенности семьи, влияющие на вероятность знакомства детей с наркотиками**

Наркомания является «псевдоинфекционным» заболеванием в том смысле, что возникает при тесном контакте с наркоманами. Однако существуют некоторые факторы, знание которых может помочь родителям снизить вероятность знакомства их детей с наркотиками. Эти факторы разделяются на провоцирующие (факторы риска) и защитные. Рассматривая эти факторы, необходимо обратить внимание, что в плане профилактики наркомании не существует различия между употреблением наркотиков и алкоголя.

Защитными факторами являются:

- Сплоченность семьи, общее участие всех членов семьи в домашних делах и каких-либо общественных движениях (включая религиозные); поддержка творческих занятий подростка.
- Стремление членов семьи повысить самоуважение ребенка и уважительное отношение друг к другу, не допускающее оскорблений и недоверия. Права всех членов семьи должны соблюдаться одинаково, вне зависимости от того, ребенок это или взрослый.
- Традиция открытого и неформального общесемейного обсуждения всех проблем, связанных с употреблением алкоголя и наркотиков, любым членом семьи.
- Небольшое количество или полное отсутствие употребляющих наркотики и алкоголь в окружении подростка. Это означает, что более безопасно выбирать такие детские коллективы, где меньше подростков употребляют алкоголь и наркотики,

и не допускать употребления этих веществ членами семьи. Также следует способствовать уменьшению количества точек, в которых торгуют наркотиками (например, сообщать о них в полицию).

- Участие родителей и других членов семьи в общественных антинаркотических и антиалкогольных движениях.

### **Особенности поведения, указывающие на то, что подросток, возможно, принимает наркотики**

Все чаще возникает вопрос о том, как распознать ребенка, уже принимающего или пробующего наркотики. Внешний вид наркомана с небольшим стажем ничем не отличается от внешнего вида благополучного подростка. Самые важные симптомы проявляются в изменении поведения. Каждый из перечисленных ниже признаков не является безусловно надежным. Иногда их считают нормальными для переходного возраста, однако их появление в любом случае должно настораживать. Если вы заметили в поведении подростка некоторые из этих признаков, надо внимательно понаблюдать за ним.

- Нарушения сна: позднее пробуждение и очень поздний отход ко сну; сонливость в дневное время.

- Падение интереса к повседневным занятиям (работе, учебе) и привычным хобби.

- Изменение круга друзей, появление среди друзей личностей без имен, избегающих встреч с вашей семьей.

- Снижение успеваемости или эффективности труда.

- Необъяснимое или чрезмерное увеличение потребности в деньгах, пропажа личных вещей.

- Появление рассеянности, забывчивости, ухудшение памяти и способности к обучению.

- Повышение раздражительности и появление внезапных, немотивированных смен настроения – от добродушия и бурного веселья к раздражительности, безразличию, подавленности; приступы агрессии, озлобленности, замкнутость, нежелание ни с кем говорить.

- Появление склонности к препирательствам, оскорблениям, насмешкам и агрессии.

- Увеличение количества прогулов и опозданий, нетипичное для подростка, стремление большую часть времени проводить вне семьи.

- Изменение внешнего вида в сторону экстравагантности либо неопрятности, неаккуратности в одежде и причёске, запущенности.
- Повышение интереса к неформальным молодежным течениям и объединениям; заявления о непонимании со стороны окружающих, бессмысленности или скучности повседневной жизни.
- Повышение интереса к разговорам о наркотиках, серьезное отношение к «праву человека» на их употребление, призывы к терпимости по отношению к наркотикам и наркоманам.
- Учащение различного рода недомоганий, повышение интереса к лекарствам и химическим веществам.

Все перечисленные признаки не обязательно свидетельствуют об употреблении подростком психоактивных веществ. Эти признаки могут являться особенностями протекания кризиса подросткового возраста.

Для предварительной диагностики употребления наркотиков можно также использовать экспресс-тесты, похожие на тесты для диагностики беременности, но они, к сожалению, не являются абсолютно надежными.

#### **Организационно-методические требования к проведению семинаров для родителей «Здоровый ребенок - здоровое будущее».**

Компетентная работа педагогов с родительской общественностью сегодня предполагает адресность и сфокусированность такой деятельности, направленность ее не просто на «всех родителей», а учет дифференцированных особенностей и потребностей различных групп родителей. Основанием для проектирования такой дифференцированной системы партнерства и работы образовательной организации с родительской общественностью могут выступать требования к профессиональной компетентности современного российского педагога, содержащиеся в Профессиональном стандарте педагога (и вариативных профессиональных стандартах педагогов и специалистов различных специализаций), содержание которых активно обсуждается в настоящее время педагогической общественностью. В рамках профессионального стандарта педагога выдвинуты, как отмечено в тексте стандарта, новые требования к личностным качествам учителя, неотделимым от его профессиональных компетенций, таких как: готовность учить всех без исключения детей, вне зависимости от их склонностей, способностей, особенностей развития, ограниченных возможностей. Также отмечена необходимость наполнения профессионального стандарта учителя новыми компетенциями: работа с учащимися, имеющими проблемы в развитии, работа с девиантными, зависимыми, социально запущенными и социально уязвимыми

учащимися, имеющими серьезные отклонения в поведении. В стандарте прописаны новые требования к педагогу, которые он должен реализовать в процессе обучения, воспитания и развития обучающихся. При проведении воспитательной работы современному педагогу, наряду с решением спектра указанных воспитательных задач, отныне поручается также «уметь поддерживать конструктивные воспитательные усилия родителей (лиц, их заменяющих) учащихся, привлекать семью к решению вопросов воспитания ребенка». Таким образом, для работы в логике новых профессиональных стандартов педагога образовательной организации на современном этапе педагогам предстоит в процессе проектирования систем партнерства и взаимодействия с родительской общественностью в интересах успешности обучения, воспитания, социализации и развития ребенка ориентироваться на следующие примерные дифференцированные по своим особенностям и образовательным потребностям группы родителей:

- Родители одаренных детей.
- Родители детей, обучающихся по программам инклюзивного образования (здесь в свою очередь широкий круг вариативных групп родителей, в соответствии с особенностями инклюзивных потребностей детей).
- Родители учащихся, для которых русский язык не является родным в преподавании.
- Родители учащихся, имеющих проблемы в развитии.
- Родители учащихся с девиантным поведением, зависимыми, социально запущенными, социально уязвимыми учащимися, имеющими серьезные отклонения в поведении.

При проведении воспитательной работы педагогу необходимо уметь поддерживать конструктивные воспитательные усилия родителей (лиц, их заменяющих) учащихся, привлекать семью к решению вопросов воспитания ребенка.

Новые современные педагогические технологии должны гибко реагировать на меняющиеся потребности участников образовательного процесса и гибко корректироваться в соответствии с данными потребностями. Деятельностный подход к обучению, идеи отечественной педагогики сотрудничества, диалога как основы человеческого сознания, проектного обучения, группового взаимодействия, технологии тестирования, наиболее приемлемы сегодня. Актуальным в профессиональной педагогической работе является:

- Превращение преподавателя в учебном процессе в преподавателя - консультанта.

- Умение использовать все элементы технологии в контексте педагогики сотрудничества.

Мониторинг внедрения современных форм и методов в учебном процессе показал, что стремление к рациональному соотношению традиционных и современных педагогических технологий, ориентированных на теорию и практику личностно-ориентированного обучения, стимулирующих познавательную активность и самостоятельность (Ю.В. Филатова) показал, что одной из форм практической деятельности, в рамках которой решаются задачи активного вовлечения родительской общественности в профилактику незаконного потребления и распространения наркотических средств и психотропных веществ несовершеннолетними, являются семинарские занятия.

Сама по себе семинарская форма деятельности (с лат. *seminarium* означает «рассадник, посев знаний») известна довольно давно, с древнегреческих и римских времен. Как активная форма обучения, семинар выполняет особенную функцию - способствует формированию постоянного привычного состояния размышления, поиска, сосредоточенности. Одним из видов семинара является практический семинар. Цель практического семинара - отработка конкретных навыков у его участников. И.О. Загашов и С.И. Заир-Бек среди трех основных типов семинаров обращают внимание на семинар исследовательского типа с тематикой по отдельным частям проблемы для их углубленной проработки. Именно эта форма семинара была выбрана для проведения профилактической работы с родительской общественностью. По методике проведения семинарское занятие представляет собой обсуждение, дискуссию, ориентированные на творческий потенциал участника, так и на приобретение более современных знаний. Они помогают проникнуть в суть изучаемых проблем, овладеть методами анализа социально-экономических процессов. (Филатова Ю.В.)

В ходе дискуссии на семинаре возможно выявить вопросы, которые не получили должного внимания у родителей.

### **III. Алгоритм организации и проведения информационно-просветительского семинара для родителей «Здоровый ребенок - здоровое будущее»**

Пошаговый алгоритм организации, проведения и участия родительской общественности и представителей субъектов профилактики регионального и районного уровня в информационно-просветительских семинарах (далее - ИПС) включает в себя планирование, информирование, этапы, структуру, критерии оценки.

ИПС проводится в форме семинара-дискуссии.

На семинаре модератор организует дискуссию по заранее подготовленным вопросам, по которым участники - родители - обдумывают ответы и формируют свое мнение в процессе работы семинара.

*Алгоритм методики проведения семинара включает:*

- Определение партнеров семинара (представители системы образования района, представители субъектов профилактики регионального и районного уровня) не менее чем за месяц до проведения семинара.

- Согласование даты и места проведения не менее чем за месяц до проведения семинара.

- Размещение пресс-релиза на сайте органа управления образованием, учреждения-координатора в районе за неделю до проведения семинара.

- Доведение до родительской общественности, педагогического сообщества, всех заинтересованных лиц цели и задач семинара.

- Разработка программы, плана семинара.

- Рекомендуемая литература, сайт для родителей с комментариями.

- Выделение VIP- приглашенных представителей властных структур, докладчиков, модератора семинара.

- Проведение консультаций с представителем учреждения-координатора в районе по согласованию условий и пространства проведения семинара.

- Согласование основных докладчиков и выступающих с информационными сообщениями, выступающего одного представителя родительской общественности, дающего старт дискуссии участников с целью успешной организации семинара необходимо нацелить участников на следующие виды деятельности в ходе семинара:

- Засушивание докладов и выступлений

- Вопросы участникам семинара

- Выступление родителей, один представитель родительской общественности по теме выслушанных докладов и выступлений

- Необходимые пояснения модератора по ходу семинара

- Заключительное слово от организаторов, модератора семинара

- оценочные суждения родителей

- одна из главных дидактических задач модератора на семинаре – включенное наблюдение за ходом семинара, его педагогический анализ, систематизация знаний, выводов, подготовка заключения.

- заполнение анкеты для родителей.



*Процесс подготовки к ИПС имеет ряд этапов:*

- Формулирование дидактической цели, темы выступлений
- Подбор информационно-методического обеспечения
- Определение конкретных вопросов, рекомендаций для участников
- Определение узловых вопросов, начиная с аргументации
- Организация выступлений участников, рекомендации по культуре проведения

дискуссии

- Оценка работы в форме обратной связи

По своей структуре семинар начинается со вступительного слова модератора, в котором кратко излагаются место и значение обсуждаемой темы в современном аспекте, напоминает порядок и направления ее обсуждения, конкретизируется ранее известный участникам план проведения семинара. После этого начинается работа семинара.

Завершается ИПС сообщением результатов анкетирования и дискуссией участников.

Учитывая непродолжительное время семинара (1 час 30 минут - 2 часа) следует определить длительность вступительного и заключительного слова, выступлений и строго регламентировать время всех участников. Однако делать это следует корректно и с учетом реальности сложившейся ситуации в аудитории. Целесообразно из общего времени ИПС выделить 30 минут на взаимодействие с родителями в режиме онлайн либо офлайн конференции, содержанием которого является ответы на вопросы родителей, полученные в чате либо непосредственно на семинарах (вебинарах), приглашение для этого специалистов-практиков соответствующего запросам родителей профиля.

Проведение семинаров при большом количестве участников (до 200 человек) затрудняет организацию активного взаимодействия в ходе семинара и его дискуссионной части, требует особого искусства ведения диалога, навыков и опыта взаимодействия с родительской общественностью.

*Задачи модератора:*

- Не обойти вниманием представителей различных групп участников в аудитории, вовлекая их в обсуждение дополнительными вопросами, содержательными комментариями, помогая раскрыть содержание обсуждаемой темы.

- По ходу обсуждения темы модератор может напомнить, что полученную информацию, знания нужно применить в своей воспитательной роли родителя.

- В то же время важно не свести обсуждение важной практической темы к формальному информированию, критике имеющихся проблем воспитания, перекладывания ответственности на плечи родителей.

- Формирование идеи партнерства с родителями.

При планировании выступлений модератор не должен допускать выступления «общего порядка», не связанные с обсуждаемой на семинаре темой. Эти действия модератора имеют важное значение: родители получают опыт обсуждения острой темы без морализаторства, выделяя главное, оценивая с учетом возможностей участников и аудитории в целом. (Правила высказываний озвучиваются родителям в начале семинара).

В процессе проведения семинара для установления контакта с аудиторией и демонстрации материалов выступлений обязательным условием является использование современных технических средств, демонстрация фактического, в том числе статистического материала, убедительно подтверждающего основные задачи семинара.

Заключительное слово зависит от процесса проведения семинара, подготовленности аналитического материала, активности участников. Оно может быть фрагментарным, указывающим на слабые стороны обсуждаемой проблемы, или логически кратко воспроизводящим все важнейшие вопросы темы. Последнее следует использовать в том случае, если у модератора сложится впечатление, что участники не представляют отдельные выступления как взаимосвязанные составные части одной проблемы. Важно отметить, что хорошо усвоено, а над чем следует дополнительно поработать.

Следует обратить внимание родителей на то, что им необходимо самостоятельно изучить (новые официальные документы, публикации, сайты и т.д.)

Эффективность семинарского занятия зависит от степени вовлечения участников в процесс активного обсуждения темы.

*Во время оценивания качества семинарского занятия, а также в ходе подготовки к нему необходимо использовать следующие критерии:*

- целенаправленность
- планирование
- организация семинара, заполненность времени вопросами, поведение ведущего и выступающих по отношению к участникам
- стиль проведения семинара: оживленный, с постановкой вопросов и дискуссией или равнодушное, попустительское
- отношение участников к ведущему и выступающим
- управление группой, контакт с группой, уверенность, свободное общение, целесообразность требований, обоснованность замечаний, эмоциональная окрашенность и тон речи.

### **Организационно-педагогические условия проведения семинаров:**

- Мотивированность и организационная поддержка органов управления образованием для проведения работы с родителями в форме городских информационно-просветительских семинаров.
- Наличие нормативно-правовых документов для проведения работы по наркопрофилактике с родителями учащихся.
- Наличие концептуального обоснования и программного обеспечения семинаров.
- Готовность к межведомственному взаимодействию представителей субъектов профилактики в организации и проведении семинаров.
- Наличие у специалистов готовности и опыта педагогического взаимодействия с родителями, основанного на принципах диалога.

### **Оборудование, организация семинара**

- регистрация участников;
- технические средства обеспечения проведения семинара, вебинара, «Открытый микрофон», чат и т.д., необходимые технические средства для проведения мероприятия в формате вебинара;
- тематический фильм – заставка, информационное сообщение для родителей о проводимом семинаре);
- демонстрация результатов проводимых антинаркотических мероприятий с несовершеннолетними, в том числе, при участии родителей;
- проведение социологического опроса родителей при необходимости.

### **Раздаточный материал, папка участника семинара:**

- буклеты для родителей,
- программа семинара,
- справочные материалы по району, городу,
- краткие рекомендации для родителей по воспитанию здорового ребенка.

### **Заключение**

Содержание психолого-педагогической профилактики отражается наиболее актуальные для каждого возраста проблемы, связанные с различными аспектами наркотизации. Педагогическая профилактика должна носить опережающий характер. Целевая подготовка детей осуществляется заблаговременно, т.е. до наступления того возрастного этапа, когда приобщение к тому или иному виду наркомании для ребенка становится реальным. Педагогическая профилактика должна носить не запрещающий, а формирующий, конструктивно-позитивный характер. Важно не только сформировать

у ребенка представление о недопустимости употребления ПАВ, но и показать ему, как без помощи ПАВ можно сделать свою жизнь интересной, счастливой и успешной. При организации психолого-педагогической профилактики должен соблюдаться принцип запретной информации. Полностью исключается использование сведений, способных спровоцировать интерес детей к наркотизации, облегчающих возможность приобщения к психоактивным веществам.

Педагогическая профилактика предполагает решение двух групп задач:

1. Реализация общих задач направлена на формирование у детей ценностного, ответственного отношения к своему здоровью, готовности соблюдать законы здорового образа жизни; усвоение социально ценных поведенческих норм, коммуникативных навыков, обеспечивающих ребенку эффективную социальную адаптацию; развитие умения регулировать свое поведение, прогнозировать последствия своих действий.

2. Реализация специфических задач связана с формированием у детей представления о негативном воздействии ПАВ на физическое здоровье человека и его социальное благополучие, готовностью отказаться от любых форм использования ПАВ; с развитием отрицательных оценок в отношении различных аспектов наркомании; освоением приемов поведения, позволяющих избежать наркозависимости.

Список литературы.

1. Абрамова Г.С. «Общая психология» издательство: Инфра-М серия: Высшее образование, 2018.

2. Гурко Т. А. Взаимоотношения родителей и взрослых детей: понятия для анализа // Социологические исследования. 2020. № 12, С. 105-115.

3. Заир-Бек С. И., Муштавинская И. В. Развитие критического мышления на уроке: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / Заир-Бек С. И., Муштавинская И.В. – 2-е изд. дораб. – М.: Просвещение, 2011 – 223 с., с илл. – (Работаем по новым стандартам).

4. Информационно-просветительский портал «Открытая академия родительской культуры» URL: <https://spbappo.ru/struktura/institut-razvitiya-obrazovaniya/kafedra-pedagogiki-semi/>

5. Кон И.С. Психология ранней юности. - М.: Просвещение, 1989. - 256 с.

6. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства. М.: Издво Института Психотерапии, 2003. 319 с.

7. Первичная психолого-педагогическая профилактика наркозависимости среди учащихся образовательных учреждений Санкт-Петербурга: методические рекомендации /

Н.И. Цыганкова, С.А. Черняева, О.В. Эрлих и др.; под науч. ред. С.В. Алексеева. – СПб.: СПб АППО, 2012. – 32 с.

8. Практическая психология образования; Учебное пособие 4-е изд. / Под редакцией И. В. Дубровиной - СПб.: Питер., 2004. - 592 с.

9. Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!». 5-9 классы. / авт.-сост.: Цыганкова Наталия Игоревна. Эрлих Олег Валерьевич. - М.: ООО «Русское слово - учебник», 2015. - ... с. =(Инновационная школа).

10. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Профилактика наркомании и алкоголизма: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений - М.: Академия, 2009. –165 с.

## Приложение

### **Рекомендации родителям по профилактике зависимого поведения учащихся**

Многим родителям удается вырастить ребенка свободным, самостоятельным, способным принимать решения и отвечать за себя и за других. Однако не всегда получается именно так. Пока ребенок маленький, многое можно сделать.

Советы, которые вы увидите здесь, простые и знакомые, но если их последовательно выполнять, многих бед можно избежать.

#### *Младший подростковый возраст.*

Родители хотят, чтоб их дети выросли успешными, здоровыми и счастливыми. Однако не всегда получается именно так. Родители жалуются, что подростки не уважают старших, совершают глупые поступки, говорят неправду. Уже в 11-12 лет проявляются первые подростковые реакции. Подросток становится непослушным, авторитет сверстников начинает конкурировать с родительским.

Что можно сделать?

1. Помните, что закончился тот период, когда ваш авторитет был безоговорочным: мнение сверстников становится очень важным, и, уважая подростка, стоит прислушаться, на чье мнение, кроме Вашего, он опирается.

2. Заботьтесь о своем авторитете «сейчас», в тот момент, когда Вы задумались об этом. Будьте внимательны к Вашим отношениям с подростком, потому что он критично относится к Вашему поведению. Он подвергает сомнению Ваши слова каждый раз, когда они расходятся с делом. Старайтесь не обманывать подростка. Говорите о людях, значимых для него, реалистично отмечая их слабые и сильные стороны.

3. Помните, что если Вы говорите ребенку неправду, он: а) это обязательно в какой-то момент узнает; б) будет считать, что тоже имеет право Вас обмануть; в) возможно, уже привык к Вашей неправде и копирует Ваше поведение.

4. Помните, что если Вы плохо отзываетесь о близких подростку людях (папе, маме, бабушке или дедушке и др.), он расстраивается, но часто не говорит Вам об этом, потому что боится обидеть. Если родственники ему важны, он выстраивает двойные отношения: с Вами – как будто того родственника нет, с родственником – как будто он не знает о Вашей неприязни. Двойные отношения формируют скрытность, подталкивают к обманам. Если Вы хотите, чтобы подросток был открыт с Вами, будьте готовы обсуждать с ним сильные и слабые стороны окружающих его людей (включая как родственников, так и Вас и его самого).

5. Если все же родственник заслуживает негативной оценки, сообщите ее, одновременно отметив и позитивные черты (ведь не зря же Вы выбрали ребенку в родители именно эту маму или именно этого папу). Объясните ребенку возникшие проблемы взрослого (болезнь, неумение переносить стрессы), если не знаете, как сформулировать свое негативное отношение, не разрушив мир ребенка, обратитесь за советом к психологу.

6. Никогда не переносите негативные черты родственника на ребенка: «ты такой же лгун, как отец (мать)». Эта черта закрепится быстро и прочно при данных формулировках. Разделите подходы: «он врет, но это не повод тебе говорить неправду».

7. Выполняйте обещания, данные подростку. Если не можете выполнить (например, обещали поездку на курорт, а в семье кризис), объясните ситуацию и выполните обещание при появившейся возможности.

8. Договаривайтесь с подростком. Подросток ценит договор, так как это средство влияния на окружающих. До этого у него есть только просьбы и капризы, а тут появляется новый способ, когда получение желаемого зависит не только от взрослых, но и от него. Договор – это обмен потребностями: выясните у подростка, что ему нужно. Это может быть желание играть в компьютерные игры дома или поездка к другу. Сообщите подростку, что нужно Вам. Например, убирать комнату или записывать домашние задания. Договоритесь на взаимное выполнение обещаний. Если подросток выполнил договор, обязательно выполните свою часть; если не выполнил – не уступайте ему в данном случае, он должен

знать, что выполнение обещаний – процесс взаимный. Если у вас не получается договариваться, обратитесь за помощью к психологу.

9. Помните, что договор – это не способ достичь чистоты в комнате или в тетрадах. Договор – это обучение подростка на коротких примерах помнить о своей ответственности.

10. Эмоции и воля – две составляющие, отвечающие за защиту подростка от наркотиков. Если подросток часто находится в плохом настроении, вял, ворчлив, пассивен, стоит выяснить причину. Может быть, плохое настроение связано с низкой самооценкой, неуспешностью, постоянным Вашим недовольством или конфликтами в семье. Подростку важно помочь научиться выходить из плохого настроения, тогда более вероятно, что он не будет использовать психоактивные вещества как лекарство от депрессии.

11. Если подросток не привык отвечать за свои поступки, если он не думает, как будет выбираться из кризисных ситуаций, потому что родители всегда это делали за него, он не сможет применить знания об опасности наркотиков на практике. Он привык, что все вопросы решают родители, и подсознательно считает, что и от этой опасности родители тоже спасут.

12. Научите подростка ответственности за свои дела (уроки, спорт), не вступайте с ним в сговор, когда он просит позвонить тренеру и отменить тренировку, потому что во дворе интересный футбол. Помните, что он провоцирует Вас на обман и потом сам напомнит Вам, что Вы тоже обманываете.

13. Помните, что препятствия к успеху, если их ограниченное количество, не только не вредны, но и полезны. Научившись преодолевать неудачи, подросток не будет останавливаться при столкновении с ними, а сможет собраться и преодолеть их. Поэтому, не делайте за него заданий, если он не может с ними справиться. Если задания адекватны, подростка следует научить справляться самостоятельно или с небольшой помощью. Если задания, с Вашей точки зрения, не стоят труда подростка, прежде чем участвовать в выполнении, подумайте, как он будет справляться с подобными ситуациями, будучи взрослым.

14. Помните, что постоянное недовольство ребенком так же вредно, как и постоянная похвала.

Перейдя в среднюю школу, многие подростки начинают хуже учиться. Это важный этап, обратите на него внимание. Причин может быть несколько. А) ребенок взрослеет, начинают доминировать коммуникативные интересы над учебными. Б) первая

учительница снисходительно относилась к шалостям, новые учителя требуют большей дисциплины. В) Вы много помогали в младшей школе и решили, что дальше ребенок должен справляться сам. Г) произошли какие-то важные или даже травматические события в жизни подростка или семьи. В любом случае, стоит обратить внимание на снижение успеваемости, оказать подростку посильную помощь, при неэффективности обратиться к психологу за советом и помощью.

В подростковом возрасте появляются перепады настроения, связанные с гормональной перестройкой. Ребенок, подросток часто не понимает, что с ним происходит, он ищет виноватых в своем плохом настроении и находит – в своем окружении: школа, родители или в самом себе. Принятие подростка в период эмоциональных срывов – непростая, но очень важная задача родителей.

Подростки все больше времени проводят со своими сверстниками. Компании бывают разными – некоторые компании возникают из школьной дружбы, иногда подросток вливается в компании по интересам; подростки, много времени проводящие во дворе, включаются в дворовые компании, которые часто опасны наличием в них криминальных элементов, подростков, употребляющих психоактивные вещества. Занятость подростка в кружках и секциях помогает: а) структурировать свободное время подростка, б) повышать самооценку, так как развиваются умения, которых нет у одноклассников, в) находить друзей среди подростков, занимающихся тем же делом.

Стремление стать взрослым – характерная черта подросткового возраста. Появляется она и у младших подростков. Существуют традиционные представления в обществе, определяющие взросление. Среди них такие фразы, как: «Детям курить нельзя» и «Когда станешь взрослым, тогда и будешь пить алкоголь». Эти фразы у подростков вызывают желание попробовать стать взрослыми раньше времени, приобщиться к миру взрослых через сигареты или употребление алкоголя. Особенно «ценным» оказывается опыт, приобретаемый рядом со взрослыми.

Младший подросток еще в значительной степени зависим от мнения родителей. Он достаточно неуверенно чувствует себя без родительской поддержки. Именно поэтому родители довольно сильно могут влиять на занятость младшего подростка, его окружение, его учебу. Важно понимать, что перейдя из младшей школы в среднюю. Он не становится взрослым и полностью ответственным за учебу. Стиль отношений, когда родители достаточно времени проводят с подростком, когда они адекватны в требованиях и выполнении обещаний, является самой лучшей профилактикой аддиктивного поведения.



### *Старший подростковый возраст.*

Родители хотят, чтоб их дети выросли успешными, здоровыми и счастливыми. Иногда они для этого отдают ребенку все свободное время. Или тратят много денег на его вещи, питание, развитие, досуг. Многим родителям удается вырастить ребенка свободным, самостоятельным, способным принимать решения и отвечать за себя и за других. Однако не всегда получается именно так. Родители жалуются, что подростки не уважают старших, совершают глупые поступки, говорят неправду, употребляют алкоголь и наркотики. Что можно сделать, чтобы предупредить такую ситуацию или хотя бы иметь возможность выйти из нее наиболее щадящим способом?

1. Помните, что в подростковом возрасте авторитет сверстников порой выше авторитета родных. Это закономерность, такое случается довольно часто.

2. Стоит прислушаться, на чье мнение, кроме Вашего, подросток опирается, постараться понять, чем эти люди привлекают подростка. Даже если Вас пугают новые люди и новые идеи, стоит спокойно обсуждать все новое с подростком - это верный путь, что он не закроется от Вас и в дальнейшем сможет выслушать Вашу точку зрения.

3. Если Вам кажется, что подросток не обращает внимания на Ваше мнение, помните, что в глубине души он ценит родных и те правила, которые когда-то вводились в семье. Однако особенность подросткового возраста такова, что он хочет все перепроверить.

4. Позаботьтесь о своем авторитете «сейчас», в тот момент, когда Вы задумались об этом. Будьте внимательны к Вашим отношениям с подростком, так как он подвергает сомнению Ваши слова каждый раз, когда они расходятся с делом. Старайтесь не обманывать подростка. Говорите о людях, значимых для него, реалистично отмечая их слабые и сильные стороны.

5. Помните, что если Вы говорите подростку неправду, он: а) это обязательно в какой-то момент узнает и, скорее всего, уже узнал; б) он будет считать, что тоже имеет право говорить неправду, в том числе и Вам; в) возможно, он уже привык к Вашей неправде и копирует Ваше поведение.

6. Помните, что если Вы плохо отзываетесь о близких подростку людях (папе, маме, бабушке или дедушке, других людях), он расстраивается, а иногда и злится, не говоря Вам об этом. Если родственники ему важны, он может выстраивать двойные отношения: с Вами – как будто того родственника нет,

с родственником – как будто он не знает о Вашей неприязни. Двойные отношения формируют скрытность, подталкивают к обманам. Если Вы хотите, чтобы подросток был открыт с Вами, будьте готовы обсуждать с ним сильные и слабые стороны окружающих его людей (включая как родственников, так и Вас) и его самого.

7. Если все же родственник заслуживает негативной оценки, сообщите ее, одновременно отметив и позитивные черты (ведь не зря же вы выбрали ему в родители именно эту маму или именно этого папу). Объясните ребенку возникшие проблемы взрослого (болезнь, неумение переносить стрессы), если не знаете, как сформулировать свое негативное отношение, не разрушив мир ребенка, обратитесь за советом к психологу. Иногда говорить о родственнике, который «сидит в печенках», помогает юмор. Подростки прекрасно на него реагируют, а юмор позволяет в мягкой форме выразить любые негативные чувства.

8. Никогда не переносите негативные черты родственника на подростка: «ты такой же лгун, как отец (мать)». Если подросток злится на Вас, он постарается стать похожим на родственника, с которым Вы в ссоре, примеряя на себя как позитивные, так и негативные его черты.

9. Выполняйте обещания, данные подростку. Если не можете выполнить (например, обещали поездку на курорт, а в семье кризис), объясните ситуацию и выполните обещание при появившейся возможности.

10. Договаривайтесь с подростком. Подросток ценит договор, так как это средство влияния на окружающих. До этого у него были только просьбы, требования и скандалы, а тут появляется новый способ, когда получение желаемого зависит не только от взрослых, но и от него. Договор – это обмен потребностями: выясните у подростка, что ему нужно. Это может быть желание играть в компьютерные игры дома или поездка к другу, деньги. Сообщите подростку, что нужно Вам. Например, убирать комнату или сообщать Вам, если он задерживается, или помощь в хозяйственных делах. Договоритесь на взаимное выполнение обещаний. Если подросток выполнил договор, обязательно выполните свою часть; если не выполнил – не уступайте ему в данном случае. Он должен знать, что выполнение обещаний – процесс взаимный. Если у вас не получается договариваться - обратитесь за помощью к психологу.

11. Помните, что договор – это не способ достичь чистоты в комнате или в квартире. Договор – это обучение подростка на коротких примерах помнить о своей ответственности.

12. Эмоции и воля – две составляющие, отвечающие за защиту подростка от наркотиков. Если подросток часто находится в плохом настроении, вял, ворчлив, пассивен, стоит выяснить причину. Может быть, плохое настроение связано с низкой самооценкой, неуспешностью, постоянным Вашим недовольством или конфликтами в семье. Подростку важно помочь научиться выходить из плохого настроения самостоятельно, тогда более вероятно, что он не будет использовать психоактивные вещества как лекарство от депрессии.

13. Если подросток не привык отвечать за свои поступки, если он не думает, как будет выбираться из кризисных ситуаций, потому что родители всегда это делали за него, он не сможет применить знания об опасности наркотиков на практике. Ведь он привык, что все вопросы решают родители, и подсознательно считает, что и от этой опасности, если что, родители тоже спасут. Помогайте ему справиться с кризисами, но не спасайте в каждой мелкой ситуации – пусть он научится отвечать перед учителями за прогулы и двойки, будет поставлен в неприятную ситуацию беседы с тренером, который требует ответственного отношения к занятиям. Обучайте его, как справляться с трудностями, но не делайте это за него.

14. Научите подростка ответственности за свои дела (уроки, спорт), не вступайте с ним в сговор, когда он просит позвонить тренеру и отменить тренировку, потому что во дворе интересный футбол. Помните, что он провоцирует Вас на обман, и потом сам напомнит Вам, что Вы тоже обманываете.

15. Помните, что постоянное недовольство ребенком так же вредно, как и постоянная похвала.

16. Перейдя в старшую школу, многие подростки начинают задумываться, куда они пойдут после школы. Поддерживайте в них интерес к выбору профессии, обсуждайте с ними, но оставляйте их постоянно в состоянии выбора, чтобы даже ваше совместное решение на последнем этапе принимал он сам. Это придаст ему больше собственной значимости в случае удачного выбора и избавит Вас от обвинений, что «вы меня туда засунули», если выбор будет неудачен.

17. Для подросткового возраста характерны перепады настроения, связанные с гормональной перестройкой. Подросток часто не понимает, что с ним происходит, он ищет виноватых в своем плохом настроении и находит – в своем

окружении: школа, родители, или он сам. Принятие подростка в период эмоциональных срывов – непростая, но очень важная задача родителей.

18. Подростки все больше времени проводят со своими сверстниками. Компании бывают разными – некоторые компании возникают из школьной дружбы, иногда подросток вливается в компании по интересам; подростки, много времени проводящие во дворе, включаются в дворовые компании, которые часто опасны наличием в них криминальных элементов, подростков, употребляющих психоактивные вещества. Занятость подростка в кружках и секциях помогает: а) структурировать свободное время подростка, б) повышать самооценку, так как развиваются умения, которых нет у одноклассников, в) находить друзей среди подростков, занимающихся тем же делом.

19. Стремление стать взрослым – характерная черта подросткового возраста. Существуют традиционные представления в обществе, определяющие взросление. Среди них такие фразы, как: «Детям курить нельзя» и «Когда станешь взрослым, тогда и будешь пить алкоголь». Эти фразы у подростков вызывают желание попробовать стать взрослыми раньше времени, в том числе, приобщиться к миру взрослых через сигареты или употребление алкоголя. Особенно «ценным» оказывается опыт, приобретаемый рядом со взрослыми.

20. Не секрет, что многие подростки «пробуют» алкоголь и наркотики. Эта опасность в наше время существует среди различных контингентов – от гимназий и лицеев до коррекционных школ. На первом этапе защитой от опасностей психоактивных веществ могут стать: а) память о предостережениях родителей или обещания, данные родителям. Это действует, если к подростковому возрасту сохранены доверительные отношения в семье. б) способность осознать последствия. Формируется только при обучении ребенка в более раннем возрасте проговаривать вслух различные сложные или чрезвычайные ситуации. в) хорошая самооценка подростка. Такой подросток не будет употреблять только для того, чтобы хорошо выглядеть в глазах товарищей, г) выбор компании. Если в компании подростка не принято употреблять наркотики, опасность употребления подростком наркотиков значительно снижается.

21. Для подростка, который однократно попробовал алкоголь или наркотики, опасным является а) спокойное отношение родителей к инциденту: «дети балуются», «вся молодежь такая», б) эмоциональная нестабильность подростка, плохие отношения в семье и убеждение подростка, что действие алкоголя или наркотиков снимает душевное напряжение. в) безнадзорность, когда

родители не только не в курсе жизни ребенка, но и не замечают изменений, которые с ним происходят до первых краж или вызова в полицию.

22. Если подросток изменился в поведении, стал скрытен, агрессивен к родителям, сменил состав друзей, периодически находится в эмоционально необычном состоянии (возбужденном или погруженном в себя), если нарушен прежний контакт между родителями и подростком, если из дома пропадают деньги и вещи, стоит задуматься о причине перемен. Наркотики – одна из возможных причин. Консультация у психолога и нарколога может прояснить ситуацию, помочь разобраться в изменении состояния подростка, оказать адекватную помощь.

23. Если подросток уже принимает наркотики или родители предполагают, что у подростка появились наркотики, но он сам отказывается говорить на данную тему, родители могут обратиться к психологу без подростка. Психолог, побеседовав с родителями, поможет им выстроить отношения таким образом, чтобы консультация подростка у психолога или нарколога стала возможной.

24. Признание проблемы – первый шаг к решению проблемы.

Приложение

### **Особенности семьи, влияющие на вероятность знакомства детей с наркотиками**

Наркомания является «псевдоинфекционным» заболеванием в том смысле, что возникает при тесном контакте с потребителями наркотиков. Однако существуют некоторые факторы, знание которых может помочь родителям снизить вероятность знакомства их детей с наркотиками. Эти факторы разделяются на провоцирующие (факторы риска) и защитные (факторы защиты).

#### **Защитными факторами являются:**

- Сплоченность семьи, общее участие всех членов семьи в домашних делах и каких-либо общественных движениях (включая религиозные); поддержка творческих занятий подростка.
- Стремление членов семьи повысить самоуважение ребенка и уважительное отношение друг к другу, не допускающее оскорблений и недоверия. Права всех членов семьи должны соблюдаться одинаково, вне зависимости от того, ребенок это или взрослый.

- Выбирать такие детские коллективы, где меньше всего вероятность вовлечения подростков в потребление наркотиков, и не допускать потребления этих веществ членами семьи.
- Способствовать уменьшению количества точек, в которых торгуют наркотиками (например, сообщать о них в полицию).
- Участие родителей и других членов семьи в общественных антинаркотических движениях.

## **Приложение**

### **Особенности поведения, указывающие на то, что подросток, возможно, принимает наркотики**

Все чаще возникает вопрос о том, как распознать ребенка, уже принимающего или пробующего наркотики. Внешний вид наркомана с небольшим стажем ничем не отличается от внешнего вида благополучного подростка. Самые важные симптомы проявляются в изменении поведения. Каждый из перечисленных ниже признаков не является безусловно надежным. Иногда их считают нормальными для переходного возраста, однако их появление в любом случае должно настораживать. Если вы заметили в поведении подростка некоторые из этих признаков, надо внимательно понаблюдать за ним.

- Нарушение сна: позднее пробуждение и очень поздний отход ко сну; сонливость в дневное время.
- Падение интереса к повседневным занятиям (работе, учебе) и привычным хобби.
- Изменение круга друзей, появление среди друзей личностей без имен, избегающих встреч с вашей семьей.
- Снижение успеваемости или эффективности в привычных видах деятельности.
- Необъяснимое или чрезмерное увеличение потребности в деньгах, пропажа личных вещей.
- Появление рассеянности, забывчивости, ухудшение памяти и способности к обучению.
- Повышение раздражительности и появление внезапных, немотивированных смен настроения – от добродушия и бурного веселья к раздражительности, безразличию, подавленности; приступы агрессии, озлобленности, замкнутость, нежелание ни с кем говорить.

- Появление склонности к препирательствам, оскорблениям, насмешкам и агрессии.
- Увеличение количества прогулов и опозданий, нетипичное для подростка, стремление большую часть времени проводить вне семьи.
- Изменение внешнего вида в сторону экстравагантности либо неопрятности, неаккуратности в одежде и причёске, запущенности.
- Повышение интереса к неформальным молодежным течениям и объединениям; заявления о непонимании со стороны окружающих, бессмысленности или скучности повседневной жизни.
- Повышение интереса к разговорам о наркотиках, серьезное отношение к «праву человека» на их употребление, призывы к терпимости по отношению к наркотикам и наркоманам.
- Учащение различного рода недомоганий, повышение интереса к лекарствам и химическим веществам.

Однако родителям и педагогам следует обращать внимание на то, что все перечисленные признаки не обязательно свидетельствуют об употреблении подростком психоактивных веществ. Эти признаки могут являться особенностями протекания кризиса подросткового возраста.

Для предварительной диагностики на предмет немедицинского (незаконного) потребления наркотиков рекомендуется использовать экспресс-тесты, похожие на тесты для диагностики беременности, но следует учитывать, что они не являются абсолютно надежными средствами.

## Приложение

### Рекомендации родителям.

Подростковый возраст - это остро протекающий переход от детства к взрослости, в котором в поведении ребенка переплетаются противоречивые тенденции: уровень притязаний подростка намного превышает его возможности и реальный социальный статус (он еще не взрослый, но начинает требовать, чтобы к нему относились как к взрослому); чрезвычайная сконцентрированность на самих себе, эгоцентризм, с одной стороны, а с другой – способность проявлять альтруизм (бескорыстие), внимание и чувствительность. С одной стороны, внимание неустойчиво, с другой стороны, подростки могут сидеть часами, сосредоточившись на том, что им действительно интересно; особенность эмоционального реагирования подростков - сравнительная

легкость возникновения у них переживаний эмоциональной напряженности, психологического стресса, способность бурно и непосредственно выражать свои эмоции, зачастую неумение сдерживать радость, гнев, замешательство.

Следовательно, необходимо искать возможности для того, чтобы любопытство и склонность к риску реализовывались по-другому. Такими возможностями обладает спорт, социальная активность, возможность попробовать себя в интересной исследовательской, проектной, трудовой деятельности и другое.

Наркомания – это явление, связанное с влиянием группы. До 90% постоянных потребителей наркотиков начинают употреблять наркотики в компаниях сверстников. «Приобщение» к компании для подростка – вопрос первой необходимости для родителей, учитывая то, что подростки чувствуют себя одинокими в силу особенностей возраста. Поэтому родителям особенно важно знать друзей своего ребенка, дружить с ними, уважать право подростка на выбор приятелей. Зачастую подростки пробуют наркотики от скуки или оттого, что им попросту нечем заняться. Дети не умеют придумывать себе занятия, от которых бы они получали удовольствие (что жизненно важно для подростка). Необходимо организовывать досуг подростков, специально заниматься выбором интересной для них деятельности.

Вовлечение в немедицинское потребление наркотиков связано еще и с тем, что у подростков действительно очень непростая жизнь. Им, в отличие от взрослых, переживание успеха жизненно необходимо, а возможностей для этого у них существенно меньше, чем у взрослых. Необходимо организовать жизнь подростка в школе и дома так, чтобы он чувствовал себя достойным человеком, имел возможность самовыражения, высказывания собственного мнения без риска услышать в ответ от взрослого оскорбление или пренебрежение.

Для подросткового возраста нередки сильнейшие переживания и бросание в крайности (любовь – так уж навсегда, горе – на всю жизнь и т. п.). Непереносимость эмоций такой силы толкает подростков к поиску каких-то способов облегчить свое состояние, в том числе и к приему химических веществ. В этой ситуации крайне важно, чтобы рядом с подростком был взрослый, который сможет понять состояние ребенка и захочет помочь ему справиться с этим состоянием.

Необходимо обеспечить оптимальную учебную и досуговую нагрузку подростков. В ряде случаев родителям необходимо осознавать, что их детям нужен индивидуальный подход к учебной нагрузке, правильная организация досуга.

Часто дети и подростки «уходят в наркотики» от семейных и личных проблем, от заброшенности или, наоборот, гиперопеки. Если родители полагают, что отношения



в семье не влияют на состояние подростка, скорее всего, они ошибаются. Обращение за помощью к специалистам при возникновении семейных проблем крайне полезно, а если родителей тревожит поведение ребенка – это особенно важно.

Некоторые начинают пить, курить, а затем и принимать наркотики, подражая родителям и старшим. Очень важно, чтобы родители и другие взрослые осознавали это и стремились собственным примером показывать, что возможно успешно жить без потребления психоактивных веществ. Особую тревогу вызывает общедоступность психоактивных веществ. Их может получить или купить, кто угодно и где угодно. Более того, потребление наркотиков стало частью подростковой субкультуры и в некоторых детских сообществах является обязательным условием принятия подростка в группу. Необходима постоянная специальная работа по воспитанию у подростков активной личностной позиции неприятия наркотиков, по формированию в доме и в школе негативного отношения к наркотикам и их немедицинскому (незаконному) потреблению.

В этот непростой период Вам особенно важно проявлять терпение. Для разрядки эмоционального напряжения полезно научить подростка использовать юмор, самим уметь с помощью шутки разрядить напряженные ситуации. Нужно направить усилия на развитие поисковой активности подростков, «включать» его в такие виды деятельности (например, в системе дополнительного образования, внеурочной деятельности), в которых есть усложненные, интересные для них новые задания, предъявляющие к нему повышенные требования. Мечта имеет чрезвычайно важное значение для развития подростка, создавая идеальные образы будущего, как личностного, так и профессионального.

Важно «услышать», понять, о чем мечтают Ваши дети, обеспечить им стабильность, безопасность, уверенность в себе, помочь определиться с возможной профессиональной сферой будущей жизни. Подростковая наркомания связана со свойственной подростковому возрасту тягой к экспериментированию, поиску новых необычных ощущений и переживаний. По наблюдениям врачей-наркологов, 2/3 молодых людей приобщаются впервые к наркотическим веществам из любопытства, желания узнать, что там – «за гранью запретного». Иногда первую дозу подростку навязывают обманом – под видом сигареты или напитка, красивых таблеток, конфет.