

**Методическая разработка
родительского собрания на тему:
«Профилактика зависимостей
в условиях новых
современных вызовов»**

Автор:
Заместитель директора по ВР
Соловьева О.Г.

Пояснительная записка

«Профилактика зависимостей в условиях новых современных вызовов»

Почему сегодня так распространена наркомания среди подростков? В первую очередь, потому, что подросток еще не сформировался как полноценная личность, он эмоционально слаб и чрезмерно любопытен. Кроме того, подростку хочется быстрее стать взрослым, отличаться от других своих сверстников и решать проблемы самым легким способом. Но, в силу своей незрелости подросший ребенок не понимает, что вредное пристрастие не помогает решать обычные жизненные проблемы, а приводит к новым, более серьезным. Такое проявление «взрослости», как наркомания, становится губительным для юного человека.

Специалисты утверждают, что наркомания у детей и подростков имеет самую опасную причину – удовольствие. Впервые попробовав коварный препарат, подросток испытывает необычайно приятные ощущения, которые стремится получить еще и еще. В результате повторных приемов наркотического вещества появляется зависимость, причем, не только физическая, «ломка» в отсутствие дозы, но и психическая – зависимость от удовольствия, приносимого наркотиком.

Цель: повышение уровня педагогических знаний у родителей по вопросам профилактики употребления ПАВ.

Задачи:

1. Формировать у родителей понимание значимости данной проблемы в обществе, желание предупредить проблему.
2. Обозначить роль семьи в решении данной проблемы.
3. Познакомить родителей с лекарственными препаратами, обладающими психотропными действиями.

Эта тема очень актуальна, за последние 10 - 12 лет количество больных наркоманией и потребителей наркотиков в России увеличилось в 10 раз. Употребление несовершеннолетними и молодежью алкоголя, наркотиков и других ПАВ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Приобщение несовершеннолетних и молодежи к употреблению ПАВ характеризуется опасной тенденцией. Употребление наркотиков и психоактивных веществ становится определенной молодежной культурой потребления, ценностной установкой, опасным образом жизни. По данным социологических исследований средний возраст начала приобщения к наркотикам снизился до 14 лет у мальчиков и до 14,6 лет у девочек.

Форма работы родительского собрания: "круглый стол"

Возрастная группа: учащиеся 7 – 8 классов

Ожидаемые результаты:

В ходе работы родительского собрания повысить уровень педагогических знаний и компетентности по вопросу здоровье сберегающего фактора. Развить коммуникативные, снизить уровень тревожности.

I. Вводная часть:

Добрый день уважаемые родители! Рада видеть вас на нашем собрании.

Хочу спросить: С каким настроением вы пришли? (рука вверх – отличное, рука посередине – хорошее, рука внизу – плохое)

Что вы испытали, когда вы узнали о теме нашего собрания?

Какие у вас возникли ощущения и чувства? (Опрос родителей).

Можно ли эту тему оставить без внимания? Почему?

Тема нашего собрания "Профилактика зависимостей в условиях новых современных вызовов".

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

- "Разве тебе безразлична судьба детей?" - спросили спасатели.

Третий путник им ответил: - "Я вижу, что вы вдвоем справляетесь. Я добегу до поворота, узнаю, почему дети попадают в реку, и постараюсь предотвратить это".

Эта притча иллюстрирует возможные подходы к решению проблемы употребления психо-активных веществ. Можно спасти "тонущих" детей, строя лечебницы и реабилитационные центры. Заниматься этим должны, и занимаются профессионалы. Так вот, задача педагогов и родителей - "добежать до поворота реки и не дать детям упасть в воду".

- Так о чём же пойдёт наш разговор? (ответы родителей)

Употребление психо-активных веществ - это глобальная проблема современного человечества.

Поэтому я предлагаю сегодня обсудить эту тему.

Форма нашей сегодняшней работы - "круглый стол", то есть все участники разговора равны друг перед другом и вправе высказывать свое мнение, спорить, доказывать и т.п.

Сегодня нам предстоит разговор об одной из самых актуальных проблем современной молодежи. Что нужно знать об этом? Как уберечь своего ребенка от этой трагедии? На эти и многие другие вопросы мы постараемся ответить в ходе нашего собрания.

II. Основная часть:

1. Информация к размышлению. В 1890 году в одном из медицинских журналов была опубликована статья Л.Н. Толстого, которая называлась «Почему люди одурманиваются», его интересовали причины, по которым люди употребляют наркотики. Выяснилось, что одна из них – отсутствие знаний об опасности знакомства с одурманивающими веществами. Большинство опрошенных просто не подозревали о том, чем придется расплачиваться за минуты «удовольствия».

2. **Разминка на общение.**

- Вы должны объединиться в тройки, как сидите (желательно, чтобы сидели вперемешку и мамы и папы разных семей). Обсудив вопрос в команде дать ответ.

Викторина:

1. Какую болезнь в конце 19 века лечили с помощью героина? (в конце 19-го века туберкулез и пневмония приобрели характер пандемии, убивая миллионы человек. Как только кто-то начинал регулярно покашливать, этого человека считали едва ли не кандидатом в покойники. А героин подавлял кашель, и являлся (да и является) отличным седативным средством).

2. В каком популярном газированном напитке содержится экстракт листьев коки? (в составе Кока-Колы присутствует экстракт листьев коки в очень маленьком количестве).

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

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

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

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

- Итак, заряд на общение получили.

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

Поднимите, пожалуйста, руки у кого в домашней аптечке имеются медицинские препараты от сильной боли, бессонницы, или кашля?

Итак, разговор сегодня пойдет о психо-активных веществах, а именно об «Аптечной наркомании».

«Аптечная наркомания» – это условное, собирательное понятие. Оно подразумевает использование без назначения врача определенных лекарственных препаратов, обладающих психотропным действием, с целью достижения состояния опьянения или одурманивания, сходного с наркотическим.

Что характерно, данные препараты имеют **широкий диапазон действий** – избавляют от болевых ощущений, оказывают успокоительное и сосудорасширяющее воздействие.

Аптечная наркомания распространённая проблема, которая с каждым годом набирает обороты.

Это серьёзная проблема, которая затрагивает разные слои общества. Дело в том, что многие аптеки отпускают лекарства с содержанием наркотических веществ без предоставления рецепта, это значит, что каждый желающий может спокойно приобрести любое наркотическое средство.

Чтобы обезопасить себя и близких стоит рассмотреть список аптечных наркотиков. Конечно, без них не получится обойтись, потому что многие из

них **помогают в экстренных ситуациях** снизить болевые ощущения, но все же не стоит принимать их часто, чтобы не развилось привыкание.

Распространенные сегодня аптечные наркотики.

Препарат «Лирика». Этот препарат предназначен для эпилептиков, он избавляет от судорожных припадков. По принципу воздействия Лирика похожа на морфий, героин или метадон. При частом приеме у человека возникает **сильное привыкание**.

Препарат «Терпинкод, Нурофен-плюс». Терпинкод и Нурофен - плюс являются аналогами, разница состоит в цене. Оба средства предназначены для лечения сильного кашля, они усиливают выведение мокроты из дыхательных путей. В составе имеется психостимулирующее вещество – кодеин. Конечно, при приеме курса зависимости не возникнет, но все же с использованием данных средств, стоит быть осторожным. Таблетки, вызывающие зависимость способны привести к опасным последствиям.

Стоит отметить! По разрушающему воздействию препараты Терпинкод и Нурофен-плюс во много раз превосходят кокаин. Смертельный исход может возникнуть уже через несколько месяцев приема. Смерть наступает в результате внезапной остановки дыхания.

Препарат «Пенталгин-Н»

Пенталгин-Н является комбинированным средством, которое оказывает обезболивающее, противовоспалительное и жаропонижающее воздействие. Во время приема целой упаковки препарата Пенталгин возникает опьянение.

Препарат «Гликодин». Гликодин является препаратом, который применяется для устранения сильного кашля. Он выпускается в виде сиропа. Он проявляет высокую эффективность при кашлевом синдроме любого типа.

Во время использования 1-2 баночек развивается состояние, которое похоже на алкогольное опьянение.

Препарат «Мидриацил (тропикамид)». Мидриацил или тропиками – офтальмологическое средство. Оно назначается для увеличения диаметра зрачков, диагностики глазного дна. Производится в виде глазных капель. Опасность этого препарата состоит не только в привыкании, но и также в побочных эффектах, которые могут возникнуть при его использовании:

Препарат «Валокордин, корвалол». Лекарственные средства обладают седативными и спазмолитическими свойствами. Данные лекарственные средства применяют для устранения болевых чувств во время заболеваний сердца, но они не предназначены для лечения болезней сердечно - сосудистой системы.

Важно! При систематическом приеме корвалола и валокордина возникает привыкание к фенобарбиталу, и это негативно отражается на состоянии здоровья. Многие люди, особенно зависимые, часто принимают данные препараты для снятия похмельного синдрома, стресса.

Все перечисленные препараты могут быть использованы с целью достижения заветного состояния эйфории, но они опасны для жизни.

Что нужно помнить родителям

- Любые лекарственные препараты не должны быть доступными для детей, независимо от возраста ребенка!
- Важно показывать собственный родительский пример ответственного отношения к своему здоровью: недопущение бесконтрольного употребления лекарств и самолечения, обращение к врачу в случае заболевания.
- Одной из проблем является распространение сведений об аптечных наркотиках в интернете и свободный доступ к этой информации. Решить эту задачу может наличие родительского контроля в виде сетевых фильтров, родительских программ слежения и т.д. при использовании ребенком компьютера, посещении социальных сетей, мессенджеров и приложений.

Необходимо быть бдительным и реагировать на любые изменения в поведении и эмоциональном состоянии подростка:

Если возникли подозрения. Постарайтесь удержаться от проявления первых негативных эмоций – не ругайте, не угрожайте, не наказывайте ребенка, не применяйте к нему физическую силу.

Не стоит впадать в панику, помните, данная ситуация поправима, если к ней отнестись спокойно и обдуманно.

Не теряйте времени на «чтение моралей» и нотаций! В этой ситуации лучше поддержать ребенка, проявив к нему искреннее внимание и заботу.

Если вы предполагаете, что ребенок употребляет ПАВ, без промедления обращайтесь за квалифицированной помощью к специалисту – врачу психиатру-наркологу.

Проводится игра на снижение тревожности, стимулирование эмоциональности.

Коробка эмоций. В этой игре предлагается родителям сложить в «коробку эмоций» их впечатления, переживания, эмоции, связанные с вопросом, который обсуждается на собрании.

- Я предлагаю вам обсудить несколько вопросов.

Время на работу 5 минут (идет работа в группах, споры и, неожиданные порой, мнения. Через отведенное время начинаем обсуждение. Защиту проводит один человек, но высказываются в дополнение по кругу все участники, желательно привести пример из своего жизненного опыта).

- Как повысить самоуважение ребенка и помочь ему сказать «Нет!» зависимостям?

- Как моя собственная точка зрения по этому вопросу формирует точку зрения моего ребенка?

- Могут ли семейные идеалы и жизненные ценности, привитые в раннем детстве, помочь в формировании отношений к ПАВ?

- Предлагаю ознакомиться с памяткой «Несколько правил, позволяющих предотвратить потребление пав вашим ребенком» (приложение 2).

III. Завершающая часть (рефлексия)

В заключение хочу показать небольшой видеоролик о жизненных обстоятельствах, которые по разному изменяют людей.

И от кого это зависит?!

<https://www.youtube.com/watch?v=AMv51P2IW5A&t=3s>

Мы не можем, к сожалению, изменить жизнь так, чтобы нашим детям всегда и всюду было легко и приятно, чтобы их никто никогда не оскорблял и не унижал. Но вполне в наших силах обеспечить ребенку тыл – сделать так, чтобы он всегда знал: он необходим нам и дорог.

Поддержка в семье и любовь более всего помогают воспитывать чувство ценности жизни.

Игра «Я желаю тебе завтра...» (родители встают в круг, по очереди берут друга за руки и говорят пожелания).

До новых встреч!

Информация для родителей



Препарат «Лирика»

Этот препарат предназначен для эпилептиков, он избавляет от судорожных припадков. В прошлом его часто применяли наркологи, средство помогало справиться с абстинентным синдромом – ломкой.

По принципу воздействия Лирика похожа на морфий, героин или метадон. При частом приеме у человека возникает **сильное привыкание**. Во время использования средство погружает в состояние эйфории, наркоманы его продлевают, запивая таблетки алкогольными напитками.

К характерным **признакам зависимости** от препарата **Лирика** и можно отнести:

Нервное, агрессивное поведение;

Перепады в настроении – истеричное веселье или слезы, депрессия;



Препарат «Терпинкод, Нурофен-плюс»

Терпинкод и Нурофен-плюс являются аналогами, разница состоит в цене. Оба средства предназначены для лечения сильного кашля, они усиливают выведение мокроты из дыхательных путей. В составе имеется психостимулирующее вещество – кодеин. Конечно, при приеме курса зависимости не возникнет, но все же с использованием данных средств стоит

быть осторожным.

Обычно для достижения приятного чувства, эйфории принимают за раз до 2-5 пачек. А умельцы добывают из таблеток кодеин и вводят в организм при помощи внутривенных инъекций.

Таблетки, вызывающие зависимость способны привести к опасным последствиям:



Ухудшение зрительных функций вплоть до полной слепоты;

Развитие разных опасных болезней сердечно-сосудистой системы;

Развитие психических отклонений, суицидальных наклонностей.

Стоит отметить! По разрушающему воздействию препараты Терпинкод и Нурофен-плюс во много раз превосходят кокаин. Смертельный исход может возникнуть уже через несколько месяцев приема. Смерть наступает в результате внезапной остановки дыхания.

Во время приема целой упаковки препарата Пенталгин возникает опьянение. А при восстановлении у человека проявляется абстинентное состояние. Болевые чувства можно устранить при помощи очередной дозы лекарства.



Препарат «Пенталгин-Н»

Пенталгин-Н является комбинированным средством, которое оказывает обезболивающее, противовоспалительное и жаропонижающее воздействие. Оно проявляет высокую эффективность в период после операций, а также помогает при мигрени, при болезнях периферической нервной системы.

В аптеках продается только по предоставлению рецепта.

Во время приема целой упаковки препарата Пенталгин возникает опьянение.



«Гликодин»

Гликодин является препаратом, который применяется для устранения сильного кашля. Он выпускается в виде сиропа. Он проявляет высокую эффективность при кашлевом синдроме любого типа.

Гликодин считается аналогом кодеина. В его составе имеется декстрометорфан. Это вещество входит в список психотропных компонентов, поэтому его продают по рецепту от врача.

Многие зависимые принимают его в качестве диссоциативного анестетика, который способен вызвать галлюцинации. Во время использования 1-2 баночек развивается состояние, которое похоже на алкогольное опьянение.

Препарат «Мидриацил (тропикамид)»

Мидриацил или тропикамид – офтальмологическое средство, которое относится к группе парасимпатолитиков. Оно назначается для увеличения диаметра зрачков, диагностики глазного дна.

Производится в виде глазных капель. Из аптеки отпускается только по предоставлению рецепта от врача.

Опасность этого препарата состоит не только в привыкании, но и также в побочных эффектах, которые могут возникнуть при его использовании:

Отечность конечностей;

Постоянные темные синяки и отеки под глазами;

Снижение иммунной системы;



Препарат «Валокордин, корвалол»

Лекарственные средства обладают седативными и спазмолитическими свойствами. В препаратах в составе имеются фенобарбитал и этиловый спирт.

Данные наркотики в аптеке отпускаются только по рецепту врача.

К основным показаниям приема относятся:

Нервные состояния;

Стрессовые ситуации;

Повышенная раздражительность;

Головные боли;

Повышение артериального давления;

Частое сердцебиение;

Проблемы со сном.

Обычно данные лекарственные средства применяют для устранения болевых чувств во время заболеваний сердца, но они не предназначены для лечения болезней сердечно-сосудистой системы. Как только фенобарбитал попадает в кровь, человек чувствует спокойствие, болевые ощущения притупляются, пропадает тревожность и нервозность.

Важно! При систематическом приеме корвалола и валокордина возникает привыкание к фенобарбиталу, и это негативно отражается на состоянии здоровья. Многие люди, особенно зависимые, часто принимают данные препараты для снятия похмельного синдрома, стресса.





Приложение 2

Необходимо быть бдительным и реагировать на любые изменения в поведении и эмоциональном состоянии подростка:

- беспричинные пропуски занятий, снижение успеваемости или работоспособности, неусидчивость или взбудораженность на занятиях;
- для этого важно поддерживать контакты с учителями в школе – ребенок постоянно находится в поле зрения педагогов, в том числе и в неожиданных, нестандартных ситуациях;
- снижение социальной активности, утрата чувства ответственности, потеря интереса к прежним увлечениям;
- снижение или отсутствие интереса к семейным проблемам: ребенок не хочет участвовать в семейных делах, обсуждениях, кроме того, равнодушен и к семейным неприятностям;
- смена круга друзей или появление новых подозрительных знакомых, замаскированные разговоры по телефону, приглушенным голосом, суть которых вам непонятна или настораживает, использование в речи определенного сленга;
- ничем не объяснимые поздние возвращения домой, особенно в необычном состоянии, напоминающем алкогольное опьянение, при этом запах алкоголя может отсутствовать;
- резкие перепады настроения, появление раздражительности по мелочам, вспышек агрессии, немотивированная грубость;
- появление лживости, изворотливости;
- нарушение режима дня: сонливость днем и ночная бессонница;
- активное стремление к контактам с лицами, имеющими отрицательную репутацию;
- крайне тревожный признак – когда в доме начинают пропадать деньги или вещи.

Если возникли подозрения

- Постарайтесь удержаться от проявления первых негативных эмоций – не ругайте, не угрожайте, не наказывайте ребенка, не применяйте к нему физическую силу.
- Но и не откладывайте решение этой проблемы!
- Не стоит впадать в панику, помните, данная ситуация поправима, если к ней отнестись спокойно и обдуманно.
- Не теряйте времени на «чтение моралей» и нотаций! В этой ситуации лучше поддержать ребенка, проявив к нему искреннее внимание и заботу.
- Если вы предполагаете, что ребенок употребляет ПАВ, без промедления обращайтесь за квалифицированной помощью к специалисту – врачу психиатру-наркологу.

НЕСКОЛЬКО ПРАВИЛ, ПОЗВОЛЯЮЩИХ ПРЕДОТВРАТИТЬ ПОТРЕБЛЕНИЕ ПАВ ВАШИМ РЕБЕНКОМ:

- 1. Общайтесь друг с другом.** Общение — основная человеческая потребность, особенно для родителей и детей. Отсутствие общения с вами заставляет его обращаться к другим людям, которые могли бы с ним поговорить.
- 2. Выслушивайте друг друга.** Умение слушать — основа эффективного общения, но делать это не так легко, как может показаться со стороны.
- 3. Ставьте себя на его место.** Подростку часто кажется, что его проблемы никто и никогда не переживал. Было бы неплохо показать, что вы осознаете,

насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда ему это действительно необходимо.

4. Проводите время вместе. Очень важно, когда родители умеют вместе заниматься спортом, музыкой, рисованием или иным способом устраивать с ребенком совместный досуг или вашу совместную деятельность. Это необязательно должно быть нечто особенное. Пусть это будет поход в кино, на стадион, на рыбалку, за грибами или просто совместный просмотр телевизионных передач.

5. Дружите с его друзьями. Очень часто ребенок впервые пробует ПАВ в кругу друзей. Порой друзья оказывают огромное влияние на поступки вашего ребенка.

6. Помните, что ваш ребенок уникален. Любой ребенок хочет чувствовать себя значимым, особенным и нужным. Вы можете помочь своему ребенку развить положительные качества и в дальнейшем опираться на них. Когда ребенок чувствует, что достиг чего-то, и вы радуетесь его достижениям, повышается уровень его самооценки.

7. Подавайте пример. Помните, что ваше употребление, так называемых, "разрешенных" психоактивных веществ открывает дверь детям и для "запрещенных".



ТО Росстандарта
по Ростовской области

Аптечная наркомания: что делать? ПАМЯТКА для родителей



Защитите: расскажите про вред приема лекарств без показаний



Будьте примером: не допускайте сами покупку лекарств без рецепта



Не проходите мимо: информируйте полицию о местах продажи подросткам лекарств без рецепта



Кто в опасности? Наши дети!



ТО Росстандарта
по Ростовской области

Аптечная наркомания: **ПОД УГРОЗОЙ ДЕТИ** ПАМЯТКА для родителей



Почему аптечная наркомания распространена среди подростков



Желание быть как все*

Лекарство не может быть вредным

Стоит как «пирожок»

Легко купить в аптеке без рецепта

Уважаемые родители!!

- Аптечная наркомания распространена среди подростков **14-18 лет****
- Быстрое возникновение зависимости

Лекарство без рецепта может нанести непоправимый вред Вашей семье

*Жукова Е. Не бросайте детей в беде// Наше время. №177 от 24 Мая 2019 г

**Мысливцева А.В., Мальшико Е.В. Клинические проявления новых потенциально опасных психоактивных веществ при медицинском освидетельствовании на состояние опьянения//Главный врач Юга России, 2018. №3. – С.57-59.