



**СИСТЕМА РАБОТЫ КЛАССНОГО  
РУКОВОДИТЕЛЯ ПО  
ПРОФИЛАКТИКЕ УПОТРЕБЛЕНИЯ  
ПАВ  
«СООБЩИ, ГДЕ ТОРГУЮТ  
СМЕРТЬЮ»**

**8 (4742) 36-91-60**

Путник, идущий вдоль реки, услышал отчаянные детские крики. Подбежав к берегу, он увидел тонущих в реке детей и бросился их спасать. Заметив проходящего мимо человека, он стал звать на помощь. Тот стал помогать тем, кто ещё держался на плаву. Увидев третьего путника, они позвали его на помощь. Но тот, не обращая внимания на призывы, ускорил шаги. «Разве тебе безразлична судьба детей?,- спросили спасатели. А путник ответил: «Я вижу, что вы вдвоём пока справляетесь. А я добегу до поворота, узнаю, почему дети попадают в воду и постараюсь это предотвратить.»



## **УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ МОЖНО ВЫДЕЛИТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ГРУППЫ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ:**

- воздерживающиеся от употребления;**
- случайно употребляющие с целью развлечения (1–2 раза);**
- экспериментирующие с ПАВ время от времени (например, по выходным);**
- регулярно употребляющие (без зависимости, но имеющие проблемы, связанные с употреблением);**
- зависимые от ПАВ.**



# ПО КЛАССИФИКАЦИИ ПРОФИЛАКТИКУ ДЕЛЯТ НА СЛЕДУЮЩИЕ ВИДЫ

- **Первичная (предупредительная) профилактика** имеет целью предупредить начало употребления ПАВ молодыми людьми, воздерживающимися от употребления, а также прекратить случайное и экспериментальное употребления. Усилия первичной профилактики направлены на сохранение либо укрепление здоровья.
- **Вторичная (селективная) профилактика** избирательна, она ориентирована на лиц, имеющих регулярный опыт проблемного употребления ПАВ без зависимости, но при этом с высокой вероятностью возникновения заболевания.
- **Третичная (модификационная) профилактика** является преимущественно медицинской, индивидуальной и ориентирована на лиц со сформированной зависимостью от ПАВ. Такая профилактика направлена на предупреждение дальнейшего развития заболевания, уменьшение вредных последствий и на предупреждение рецидива.



# ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

- изменение ценностного отношения детей и молодежи к наркотикам, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающее снижение спроса на психоактивные вещества в молодежной среде.
- сдерживание вовлечения детей и молодежи в прием наркотических средств за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений.



# ЦЕЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ:

- **создание безопасной образовательной среды, обеспечивающей условия для личностного развития учащихся и их ориентацию на здоровый образ жизни и укрепление физического здоровья.**



# ЗАДАЧИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С ПОДРОСТКАМИ:

- **Научить содержательному проведению досуга, практике самопознания и самовоспитания;**
- **Уметь строить реальные жизненные планы и искать пути их реализации;**
- **Осознать негативные последствия приема наркотиков, уметь применять способы отказа от наркотиков.**



# ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ПРИНЦИПЫ ПРОФИЛАКТИКИ

- 1 принцип - комплексность - подразумевает комплексное взаимодействие органов и учреждений.
- 2 принцип - дифференцированность профилактических подходов: по возрасту, по степени вовлеченности в наркогенную ситуацию, по степени наличия факторов риска развития наркозависимости.
- 3 принцип - аксиологичность - предполагает формирование у детей и молодежи представлений о, здоровом образе жизни, законопослушности.
- 4 принцип - многоаспектность - включает сочетание различных направлений целевой профилактической деятельности (разнообразные формы, методы работы).
- 5 принцип - непрерывность - профилактическая работа не должна ограничиваться только временем пребывания ребенка в школе, что обеспечивается благодаря привлечению к работе системы дополнительного образования.



# ВЛАДЕЙТЕ АДЕКВАТНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ

- Виды наиболее употребляемых наркотиков.
- Знать опасности, связанные с употреблением наркотиков.
- Уметь определять внешние признаки употребления наркотиков.
- Быть осведомленными об «уличных» названиях наркотиков.
- Распознавать признаки употребления наркотиков, симптомы наркотического опьянения, замечать изменения в поведении, настроении, внешнем виде ребенка.
- Знать, как реагировать на употребление ребенком наркотиков, где и как можно быстро получить квалифицированную помощь.



# УЧИМСЯ БЕСЕДОВАТЬ С ДЕТЬМИ О НАРКОТИКАХ ДЕТИ 10-14 ЛЕТ

- Ребят в этом возрасте интересует все необычное: как и что работает, где об этом можно узнать.
- Значимыми становятся друзья. Интересы и пристрастия в этом возрасте часто определяются увлечениями друзей. Самооценка детей в значительной степени определяется тем, насколько они принимаются — не принимаются друзьями, сверстниками. В этом возрасте ребята зачастую принимают решения под влиянием друзей и сверстников. В этом возрасте некоторые дети начинают принимать токсические и наркотические вещества.
- В этом возрасте важно обучать ребенка навыкам отказа - развивать умение говорить «нет»:
- Скажи «нет» — твердо сказать «нет» и показать, что это окончательное и неизменное решение. Не соглашаться, не обсуждать.
- Задавай вопросы — если предлагают незнакомые вещества, то спроси: «Что это?», «Где ты взял?». Если приглашают в незнакомое место — «Кто еще придет?», «Где это будет?», «Кто будет из знакомых, родителей?» и т. д.
- Объясни причину — объясни отказ причинами: «Я сегодня вечером занят», «Тренер сказал, что наркотики повредят игре», и т. д.
- Предложи что-то другое — если наркотик предлагает друг, то сказать «нет» бывает труднее. Предложи сделать что-то другое: посмотреть фильм, послушать музыку, сыграть в футбол и т. д. Ты показываешь, что отвергаешь не друга, а наркотик.
- Уходи — когда все указанные способы опробованы и не принесли результата, то немедленно уходи или убегай. Иди домой, к друзьям, в школу, в клуб и т. д. Обязательно обсуди произошедшее со взрослыми.



# ЧТО ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

- Уметь различать летучие вещества бытовой химии, различные наркотики.
- Вредные последствия употребления наркотиков.
- Действие наркотиков на различные органы человека, опасность для растущего молодого организма.
- Последствия употребления наркотиков для жизни самого человека, его друзей, близких, общества.



# РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

- Выберите время для спокойного общения с ребенком. В это время уделите ему все свое внимание. Совместная прогулка, поход в кафе-мороженое, парк и т. п. сделают ваше общение более естественным.
- Поощряйте ребенка за его стремление участвовать в полезных досуговых мероприятиях (спортивные секции, музыкальные или театральные кружки и т. п.). Ребенок сможет обрести уверенность в себе и друзей.
- Научите ребенка отличать ложную рекламу (мифы) от реальности.
- Попросите ребенка прочитать газету и отметить статьи, в которых говорится о проблемах употребления наркотиков. Обсудите с ребенком опасности, подстерегающие человека и изменяющие жизнь его и других людей из-за употребления наркотиков.
- Подружитесь с родителями друзей своего ребенка — вы сможете помогать друг другу в укреплении здорового образа жизни ваших детей.
- Объединитесь с другими родителями для проведения совместных досуговых мероприятий (походы, соревнования, прогулки и т. п.), чтобы сократить свободное время препровождение детей, тем самым — риск наркотизации.
- Покажите ребенку альтернативу наркотикам (спорт, хобби), расскажите, как понравившееся занятие может стать делом жизни.



# ПОДРОСТКИ 8-9 КЛАССОВ (15-16 ЛЕТ)

- В этом возрасте для ребят важно общение с группой сверстников. Очень часто в этот период ребята расстаются со старыми друзьями и обретают новых, влияние которых становится значительнее. Дети начинают принимать совершенно новые решения, основанные на новой информации, целях, ценностях.
- Подростки начинают мыслить абстрактно, задумываться о будущем. Они уже понимают, что их действия имеют последствия, а их поведение влияет на окружающих. В этом возрасте неразвитое самовосприятие: чувство неуверенности в том, достаточно ли быстро они взрослеют, ценят ли их. Избыточно самокритичны. Обостряются отношения со взрослыми, возможны конфликты. В этом возрасте подросткам необходимы сильная моральная и эмоциональная поддержка, достойные образцы для подражания среди взрослых.



# ЧТО ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

- Свойства и природу основных наркотических веществ.
- Влияние наркотиков на работу внутренних органов человека.
- Стадии наркотической зависимости.
- Влияние наркотиков на все сферы жизни человека, все социальные уровни.
- Экономический ущерб государству от наркотизации.



# РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

- Продолжайте обсуждать в семье проблемы употребления наркотиков. Концентрируйтесь на непосредственном эффекте, а не на отсроченных медицинских последствиях.
- Усиьте родительское влияние в противовес друзьям и улице. Твердо отстаивайте правила о недопустимости употребления наркотиков. Подростки могут возражать, говоря, что «все так делают» и ничего с ними не происходит плохого. Подчеркните непредсказуемость употребления наркотиков. Расскажите, что иногда бывает достаточно одной пробы вещества, чтобы изменилась жизнь и возникла зависимость.
- Знайте друзей своего ребенка и их родителей. Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, приглашайте их чаще домой. Кооперируйтесь с родителями друзей для организации совместного интересного досуга.
- Контролируйте местонахождение своего ребенка (вы должны знать, с кем общается, как и где проводит время).
- Продолжайте обучать говорить «нет» в различных проблемных ситуациях, например, когда он может оказаться в гостях, где нет взрослых, а ребята предложат наркотики. Проговорите ситуации, в которых ребенку могут предложить наркотики. Учите принимать самостоятельные решения, уверенно использовать навыки отказа.
- Для подростка важно, как его воспринимают другие. Он будет увереннее в себе, если будет хорошо физически развит, аккуратно одет (научите следить за кожей, внешним видом и т. д.).
- Обсуждайте с ним значимые для его возраста темы (внешность, сексуальность, влюбленность и т. д.).
- Пересмотрите семейные правила с учетом изменившегося возраста ребенка (круг его домашних обязанностей, временные рамки прогулок с друзьями и т. д.).
- Говорите о настоящей дружбе. Подчеркните, что настоящие друзья никогда не просят сделать что-то, что может навредить жизни и здоровью.
- Организуйте дома праздники для друзей ребенка, тщательно продумав программу. Покажите, что можно радоваться и получать удовольствия в жизни без употребления химических веществ.
- Помогите ребенку поверить в себя, свои силы.
- Дайте ребенку понять, что с любыми проблемами он может обращаться к вам, что вы выслушаете его, постараетесь понять и принять в любой сложной ситуации.

## МОЛОДЁЖЬ – 10-11 КЛАССЫ (17-19 ЛЕТ)

- Старшеклассники ориентированы на будущее. Реалистично воспринимая взрослых, они хотят, чтобы взрослые обсуждали с ними их проблемы, заботы, пути решения проблем и т. д. В то же время подростки придерживаются групповой ориентации, влияние друзей на модель и стиль их поведения значительно.



# ЧТО ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ:

- Непосредственные и отсроченные последствия употребления определенных видов наркотиков.
- Сопутствующие заболевания при употреблении наркотиков.
- Вредное влияние наркотиков на репродуктивную систему человека, особенно во время беременности.
- Влияние наркотиков на возможность работы с техническими приборами, вождения машины, занятия определенными видами деятельности.
- Негативное влияние употребления наркотиков на жизнь самого человека, его близких, общества в целом.
- Наркотики и государственные законы.
- Уметь развенчивать мифы о наркотических веществах, скором и безболезненном избавлении от наркозависимости.



# РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ:

- Продолжайте беседовать об употреблении наркотиков. Сделайте акцент на возможных отдаленных социально-психологических последствиях употребления их (разрушение шансов поступить в планируемый ВУЗ, устроиться на определенную работу, потеря друзей, одиночество и т. д.).
- Постарайтесь ограничить временные отрезки неконтролируемого поведения подростка. Исследования показывают, что подростки чаще экспериментируют с веществами в период с 15 до 18 часов.
- Поощряйте участие подростка в какой-то организации по профилактике наркомании (волонтерское движение).
- Постарайтесь сориентировать подростка на альтернативные наркотикам виды досуговой деятельности (спорт, музыка, компьютерный клуб, шахматы и т. д.). Чем больше времени подросток будет занят конструктивной деятельностью, тем меньше он будет скучать от безделья и искать забвение в употреблении наркотиков.
- Обеспечьте доступ к самой полной и свежей информации о негативном влиянии на здоровье человека новых, наиболее часто потребляемых в молодежной среде синтетических наркотических веществ.
- Объединяйтесь с другими родителями для совместного отдыха и досуга подростков.
- Помогайте организовывать в школе антинаркотические мероприятия (дискотеки, соревнования, спектакли, вечера).
- Хотя подростки жаждут свободы и независимости, они должны принимать участие в домашних делах и праздниках, отдыхать вместе с семьей и быть ее частью.
- Говорите с ребятами об их будущем, соберите информацию об учебных заведениях, чтобы реально спланировать и конкретно обсуждать будущее образование или работу.



# ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЗНАКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

- неожиданные перемены настроения, от радости к унынию, от оживления к заторможенности, беспричинная весёлость, убыстренная многословная речь, приступы внезапного смеха;
- проявление раздражения, агрессивности, чрезмерной болтливости, потеря веса, потеря интереса к прежним увлечениям, самоизоляция в семье, когда ребёнок начинает избегать родителей, не хочет принимать участие в семейных делах, нарастающие скрытность и лживость;
- подросток становится неряшливым, не заботится о личной гигиене, предпочитает носить одежду с длинными рукавами в любую погоду, он теряет прежних друзей и вместе с тем у него появляются новые приятели, с которыми он ведёт короткие туманные разговоры по телефону;
- ухудшение памяти, снижение способности к формулировке своих суждений, на заданные вопросы подросток отвечает невпопад;
- потеря аппетита, иногда приступы «волчьего аппетита», чрезмерно расширенные или суженные зрачки, приступы сонливости или бессонницы;
- бледность, отёчность кожных покровов, покраснение глазных яблок, коричневый налёт на языке, следы уколов в вены;
- наличие у подростка или в его вещах каких-либо таблеток, ампул, пакетиков и порошков, шприцов, жгутов, свёрнутых в трубочки денежных купюр, папирос «Беломор», а также специфический запах от одежды, волос, кожи лица, рук и выдыхаемого воздуха.



- **Притча (заключение).**

- В одной далекой стране жил мудрец, на многие вопросы он знал ответы, и сотни людей приходили к нему за советом и помощью. В той же стране жил молодой человек, который, совсем недавно был еще ребенком и только начинал свой жизненный путь. Но он то думал, что все уже знает, многое умеет, и чужих советов слушать ему не надо. Решил он провести мудреца – поймал бабочку, зажал её между ладонями и спросил мудреца: “Что у меня в руках – живое или неживое?” Если мудрец ответил бы "живое", он сильнее сдавил бы руки, бабочка бы умерла, и мудрец оказался бы не прав, а если мудрец ответил бы "неживое", молодой человек разжал бы руки, бабочка выпорхнула, а мудрец снова был бы не прав. Но когда молодой человек подошел к мудрецу и задал свой вопрос, старый человек внимательно посмотрел на него и сказал: **“ВСЁ В ТВОИХ РУКАХ...”**

