**Профилактика употребления психоактивных веществ (ПАВ).**

**Методические рекомендации родителям.**

В настоящее время во всех странах мира наблюдается рост потребления различных психоактивных и психотропных веществ (далее – ПАВ). **ПАВ - вещества, которые влияют на сознание человека.**

Сегодня зависимость представляет собой основную часть всех поведенческих и личностных расстройств и является основным фактором, разрушающим физическое и психическое здоровье нации. К тому же зависимость, особенно наркомания и алкоголизм, лежит в основе проявления асоциального и преступного поведения, вандализма и терроризма среди всех возрастных групп населения, особенно среди молодежи. Наркомания - это тяжелое заболевание, характеризующееся физической и психической зависимостью от наркотика. Беда может прийти в любую семью. Заболевают подростки со сверхзаботой со стороны родителей и в семьях, имеющих материальные и психологические проблемы. Именно поэтому очень важный адресат профилактической деятельности – семья ребенка.

Среди потребителей ПАВ почти в равной мере представлены и мальчики, и девочки. Специалисты, анализирующие проблему наркомании, в качестве причин выдвигают

* низкий уровень занятости,
* маленькие зарплаты,
* плохую организацию досуга и развлечений и некоторые другие причины, в том числе доступность наркотиков.

Основным здесь является, то, что перед тем, как начать принимать наркотики, у человека всегда есть проблема, которую он не может решить. Важно понимать каждому, что наркотики еще не решили ни одну проблему (за исключением проблемы боли при операциях и после), а только создали много новых проблем. Кроме того современный ребенок находится под воздействием непрерывных стрессовых ситуаций (в школе, в семье, на улице, в социуме сверстников), которые ему порой сложно преодолеть. В результате проявляются различные формы саморазрушающего поведения, в том числе – употребление наркотиков, алкоголя и других видов ПАВ.

В этой связи становится актуальным создание и адекватная специальная и психолого-педагогическая поддержка системы профилактической работы в образовательном учреждении, в социальной сфере и т.д., цель которых – развитие инфраструктуры и содержания профилактической деятельности, направленной на минимизацию уровня вовлеченности детей и молодежи в употребление ПАВ.

К числу **ресурсов,** обеспечивающих снижение риска употребления ПАВ среди подростков, относятся:

- личностные ресурсы: ставить упор на сформированность социально значимых знаний, ценностно-смысловых ориентаций, нравственных представлений и форм поведения;

- социально-средовые ресурсы: развитость инфраструктуры службы социального, психолого-педагогического сопровождения формирования позитивно ориентированных интересов, досуга и здорового образа жизни подростков;

- этико-правовые ресурсы: действие в обществе установленных форм контроля (юридического, социального, медицинского), препятствующих употреблению ПАВ в детской и молодежной среде.

Стратегии развития наркологической помощи:

- профилактика (первичная, ориентированная на детей и молодежь, – массовые кампании по предупреждению увлечением наркотиками и алкоголем; вторичная, ориентированная на тех, кто от случая к случаю употребляет наркотические средства или демонстрирует признаки наркологической зависимости; третичная (медицинская), ориентированная на конкретного больного);

- диагностика и лечение;

- медико-социальная реабилитация.

**Профилактика употребления ПАВ и наркотических веществ включает в себя:**

- пропаганду здорового образа жизни, в том числе проведение мероприятий по предупреждению и профилактике употребления ПАВ среди детей и молодежи;

- организацию и обеспечение социально-психологической, педагогической помощи и коррекции детям и подросткам с проблемами в развитии и обучении в целях предупреждения социальной дезадаптации и аддиктивного поведения;

- оказание психолого-педагогической помощи родителям (законным представителям), имеющим затруднения в воспитании детей;

- обеспечение приоритета здорового образа жизни среди членов коллектива образовательной организации и коллектива родителей.

**Целевые установки:**

- создание условий, способствующих сохранению нравственного и физического здоровья, социальной и психологической адаптации, коррекции поведения, формированию личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у подростков , социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни;

- развитие у подростков глубокого понимания опасности и вреда наркотиков, ПАВ, алкоголя, никотина, других дурманящих средств для физического состояния организма и психики, духовного мира и личностных качеств человека, а также для общества в целом;

- развитие у подростков полезных привычек использования свободного времени, стремления к творчеству и богатому духовному общению с интересными людьми.

- вовлечение молодежи в деятельность секций, кружков, клубов и иные формы организованного досуга с учетом их интересов и способностей.

Для профилактики употребления ПАВ существует комплекс организационных, воспитательных, правовых и психолого-педагогических мероприятий, призванных решить поставленные профилактические задачи.

**Основные направления деятельности по профилактике ПАВ:**

1. Реализация комплекса воспитательных, правовых и психолого - педагогических профилактических и консультационных мероприятий среди учащихся, их родителей (законных представителей).

2. Организация взаимодействия с комиссиями по делам несовершеннолетних, органами социального обеспечения и опеки, другими общественными организациями.

3. Создание благоприятных условий, способствующих успешной социально-психологической адаптации, сохранению нравственного и физического здоровья подростков, осознанной саморегуляции поведения.

4. Развитие системы организованной досуговой деятельности и каникулярного отдыха молодежи.

**Принципы профилактической деятельности по употреблению ПАВ:**

- принцип комплексного или согласованного взаимодействия органов и учреждений, отвечающих за различные аспекты государственной политики в сфере профилактики наркомании и употребления ПАВ на федеральном, региональном, муниципальном, институциональном уровнях;

- принцип дифференциации целей, задач, методов и форм работы с учетом возрастных особенностей, индивидуальных склонностей и степени вовлеченности обучающихся в употребление ПАВ;

- принцип аксиологичности, направленный на формирование у подростков представлений о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей;

- принцип многоаспектности, который предполагает сочетание различных направлений профилактической работы, в том числе:

***социальный аспект*** (формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к употреблению ПАВ);

***психологический аспект*** (формирование адекватной самооценки, освоение навыков «быть успешным», самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность);

***образовательный аспект*** (формирование системы представлений о негативных последствиях употребления ПАВ);

- принцип легитимности, который предполагает осуществление профилактической работы в рамках правовой базы (с учетом существующих нормативных правовых актов);

- принцип преемственности, который обеспечивает согласование профилактических мероприятий, проводимых различными учреждениями и ведомствами, а также используемых технологий из опыта работы зарубежных и отечественных педагогов, практики профилактической деятельности общественных объединений и организаций и т.п.;

- принцип непрерывности, предусматривающий длительность и комплексность профилактических воздействий, оказываемых на подростков со стороны всех возможных участников профилактической деятельности;

- принцип систематичности, призванный обеспечить системный характер всех реализуемых в образовательной организации профилактических мер и мероприятий.

**Притча «Все в твоих руках!».**

Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окружённый учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог бы дать ответа?» Он пошёл на цветущий луг, поймал самую красивую бабочку и спрятал её между ладонями. Бабочка цеплялась лапками за его руки, и ученику было щекотно. Улыбаясь, он подошёл к Мастеру и спросил:

- Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая?

Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях и был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины.

Не глядя на руки ученика, Мастер ответил:

-Сейчас все зависит только от тебя: захочешь, распахнешь ладони, и она живая улетит, а захочешь, сожмешь, и она умрет. Всё в твоих руках!

**Мораль такова:**Ваша жизнь и ваше здоровье в ваших руках. Педагоги, врачи, родители могут повлиять, помочь информацией, но решение принимать вам. И хочется надеяться, что оно будет правильным.