**Канаева Татьяна Анатольевна**

**МБОУ Сорская ООШ №2 им. Толстихиной Ю. Н., Россия,**

**Республика Хакасия, г. Сорск**

**Роль семьи в первичной профилактике аддиктивного поведения подростков**

**Аннотация.** В данной статье рассматривается проблема распространения ПАВ; разработаны правила-рекомендации и памятка родителям, позволяющие предотвратить употребление ПАВ.

***Ключевые слова****: подростки, семья, аддиктивное поведения, первичная профилактика, ПАВ.*

Тема профилактики аддиктивного поведения в последние годы стала не только актуальной, но и обыденной. Неуклонный рост численности детей, и ежегодное омоложение контингента и злоупотребление «новыми» ПАВ говорит о масштабности данной проблемы.

 По экспертным оценкам, общее количество «новых» ПАВ на мировом рынке составляет несколько тысяч, что представляет собой серьезную угрозу здоровью подрастающего поколения, нации в целом.

 Вещества, зачастую называемые «дизайнерскими наркотиками», «легальной, травяной дурью» не попадают под международные меры контроля и с легкостью находят свое распространение и по всемирной паутине.В целях противодействия этой стремительно возрастающей угрозе употребления ПАВ детьми возникает необходимость не только ужесточения мер контроля в законодательстве, но и в реализации наиболее эффективных способов профилактических воздействий с привлечением семьи (работой не только с детьми, но и с родителями). Употребление спайсов, алкогольных напитков, наркотиков детьми, заключается не только в их массовом распространении, незаконном обороте, продаже несовершеннолетним и в болезненной тяге к ПАВ, сколько в неправильном воспитании. Именно семья имеет огромный потенциал в предотвращении «знакомства» своих детей с психоактивными веществами.

**Памятка родителям**

**Правила-рекомендации, позволяющие предотвратить употребление ПАВ Вашим ребенком.**

1. *Наладьте эмоциональный контакт с ребенком.*

 - Больше общайтесь и выслушиваете друг друга.

Общение – это основная человеческая потребность. Если ребенок испытывает недостаток общения, он обращается к другим людям, которые могли бы поговорить с ним. Родителям не стоит быть навязчивыми в силу специфики подросткового возраста. Они должны дать ребенку понять, что любят его таким, какой он есть. Вселить уверенность в то, что ребенок может им доверять, поделиться своими проблемами, успехами или неудачами, и Вы всегда его поддержите. При этом необходимо быть внимательным к переживаниям, чувствам ребенка, уметь выслушивать и слышать, что хочет донести до Вас подросток. Обращайте внимание на настроение ребенка. Проявляете заинтересованность ко всему, что рассказывает, чем увлекается подросток. Важно создать благоприятный психологический климат в семье, избегать ссор, скандалов, идти на компромиссы и конструктивный диалог.

1. *Относитесь к подростку, как к взрослому, а не как к «маленькому ребенку;*

 - Безусловно, подросток стремится к реализации своей инстанции «Я-взрослый». Проверяет на прочность «правила жизни», предъявляет свои требования к взрослым, пытается вывести на эмоции, доказать свою позицию и «правду». Родителям, следует обговорить правила и обязанности, как взрослых, так и детей, обсудить санкции-наказания, которые должны быть справедливыми и обоснованными. Отношение к ребенку в виде указаний, поучений, неприемлемо, это лишь будет раздражать подростка. Следует поддерживать самостоятельность, доверять и верить в подростка.

1. *Наладьте контакт, дружбу с друзьями подростка;*

Как правило, впервые ребенок обращается к ПАВ в кругу своих друзей. Порой на это его толкает чувство единения, принадлежности к группе сверстников. Родителям, в целях предотвращения и вовлечения подростка в круг друзей с асоциальной направленностью следует принять участие в организации досуга своего ребенка и его друзей, с учетом их интересов и увлечений.

1. *Не забывайте об уникальности ребенка.*

Помните, что любой подросток хочет чувствовать себя особенным, значимым и нужным. Поддерживайте подростка, радуйтесь его достижениям, хвалите, развиваете и поощряйте положительные поступки.

1. *Родитель – пример.*

Борьба с двойными стандартами. Важно понимать, что если родитель запрещает курить, пить, а сам при этом не является образцом, то он не имеет морального права воспитывать ребенка в этом направлении. Роль семьи в формировании здорового образа жизни детей, их ценностно-смысловой сферы, прежде всего, должна базироваться на личном примере.

 Роль семьи в реализации профилактических воздействий, очень важна, и в свою очередь, повышает эффективность проалкагольных, пронаркотических акций, мероприятий, при непосредственном взаимодействии со специалистами. Конечно, большинство родителей хотят обезопасить детей от внешних, социальных угроз: доступность ПАВ; активная деятельность наркодилеров; «зараженность» ближайшего окружения и группы сверстников; опасная и доступная информация в СМИ, реализация сбыта этих веществ через интернет-ресурсы; генетическо-биологические, возрастные, социальные риски, делают подростка наиболее уязвимым и повышают вероятность обращения к курительным смесям, алкоголю и наркотикам.

 К тому же, отсутствие доверительных, гармоничных отношений, атмосферы любви, понимания, искренней поддержки, нарушения функций семьи, эмоционального контакта и взаимодействия между домочадцами, является одним из главных условий, на пути формирования аддиктивного поведения детей. Деструктивные тенденции, кризис нравственности и бездуховности семьи, молодежи, общества, «бешенный» ритм жизни, занятость родителей карьерой, приводит к тому, что не каждая семья готова участвовать и реализовывать в профилактической работе «свой профилактический потенциал», в силу определенных причин и условий.

 Большинство современных родителей не затрагивают проблему курения, употребления наркотиков, спиртосодержащих напитков с детьми. И если такие беседы и проводятся, они не влияют на решение подростка попробовать или не попробовать.

 В данной статье представлены результаты исследования, с целью формирования здорового образа жизни в борьбе с курением.

1. Изучить социально-педагогическую и психолого-педагогическую литературу в профилактике курения подростков;
2. Выявить влияние социально-психологических условий «подталкивающих» подростков к табачному дыму;
3. Сформировать у учащихся умения и навыки, позволяющие снизить риск приобщения к сигаретам через активное участие совместно с родителями профилактических мероприятий.

 В экспериментальном исследовании приняли участие дети подросткового возраста (15-16 лет), учащиеся 9 класса общеобразовательной школы. Общее число испытуемых – 28 человек. С целью диагностики склонности подростков к ПАВ использовались следующие методики: анкета «Что ты знаешь о ПАВ?» (В.Ю. Александровой); тест «Почему Вы курите?», предложенная Д.В. Колесовой; опросник «Жизнь без табака» (В.М. Матвеевой).

 По результатам эмпирического исследования нами были выявлены учащиеся из контрольной группы – 28% (4 человека), и 35% (5 человек) из экспериментальной группы, кто когда либо, пробовал и продолжает курить. Нам удалось выяснить, что именно привлекает подростков в сигаретах: «гонка за модой»; «желание казаться взрослым, независимым; «быть как все», в курящей компании, строгий запрет родителей («сладость запретного плода»), особенно в тех случаях, когда сами родители курят. Результаты теста «Почему Вы курите?» позволили нам выявить поведенческий компонент, который отражает мотивы пристрастия к сигаретам. Так, в контрольной группе «поддержка» выявлена у 14% (2 человек) связанная с выходом из стрессовой ситуации путем обращения к табачному дыму, и у 21% (3 человек) из экспериментальной группы. «Расслабление» в отношении курения, направленное на снятие эмоциональной напряженности, в контрольной – у 14% (2 человек), в экспериментальной группе наблюдается у 7% (1 человека). «Игра» (желание казаться «выглядеть» взрослым) в контрольной группе – 0% (0человек), в экспериментальной – 7% (1 человек).

 На основе диагностического исследования была разработана памятка родителям, как вести себя, если ребенок закурил:

1. *Самообладание над своими эмоциями.*

Спокойно побеседуйте с ребенком, объясните, что Вы не собираетесь с ним ругаться, просто хотите разобраться в ситуации, понять, почему ребёнок закурил. Не давите на подростка и «не запугивайте» наказаниями – это лишь усугубит или разрушит Ваши доверительные отношения.

1. *«Уже не маленький. Бросай курить»*

Не запрещайте, а разрешите. При такой тактике, многое зависит от родителя. Относитесь к подростку как взрослому человеку, который несет ответственность за своё здоровье. Вместе проанализируйте «минусы» курения, и дайте понять, что выбор за подростком.

1. *Проведите вместе антитабачную акцию*

Распределите обязанности между членами семьи: кто ищет информации о курении; кто делает презентации и ищет видио-ролики; кто оформляет плакаты; кто придумывает лозунги и т.д.

1. *Попытайтесь узнать, почему Ваш ребенок потянулся за сигаретой.*

Не давите, излишне не проявляйте любопытство. Обращай внимание на фразы ребенка, возможно в них кроется причина, больше попытайтесь узнать круг друзей подростка.

1. *Доверяйте и любите своего ребенка.*

Ребёнок должен почувствовать, что Вы его друг, а не враг. Больше проводите времени вместе. Говорите, что любите его таким, какой он есть, целуйте, обнимайте. Ведь атмосфера любви , доверия, поддержки, помогает уберечь ребенка от приобщения и знакомства с ПАВ.

 Главное оружие в борьбе с аддиктивным поведением – это «правильное воспитание» в семье. Конечно, специалисты должны проводить профилактическую работу не только с детьми, но и постоянно вести ее и с родителями, заниматься повышением их психолого-педагогической культуры; воспитательной функции семьи; корректировкой воспитания в семьях отдельных учащихся.

 Роль семьи в первичной профилактике аддиктивного поведения детей одна из приоритетных, как в воспитании личности в подростке, в формировании его ценностно-смысловой сферы; индивидуально-психологических качеств, так и в ограждение ребенка от всех видов асоциального поведения, прежде от обращения и зависимости от ПАВ, в целях сохранности его здоровья и будущего.

**Литература:**

1. Крыжановская, Л.М. Психология семьи: проблемы психолого-педагогической реабилитации [Текст] / Л.М. Крыжановская. - М., 2005 – 156 с.
2. Проблемы психологии современного подростка [Текст] / Под ред. Д.И. Фельдштейна. - М., 1982. – 128 с
3. Симатова О.Б. Первичная профилактика злоупотребления ПАВ у подростков: Чита: ЗабГГПУ, 2005 – 152 с.
4. Шереги Ф.Э. Наркоситуация в молодежной среде: структура, тендентиции, профилактика. М.: Издательский Дом «Ген-Жер» , 2003 – 400с.