

Профилактика употребления ПАВ в подростковой среде



ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики»
Докладчик: начальник консультативно-оздоровительного отдела –
медицинский психолог Е.О. Шахрай

Подростковый возраст

Международными экспертами ВОЗ **подростковый возраст** был определен как период от 11 до 18 лет, в течение которого:

- завершается половое развитие
- формируется взрослое поведение
- происходит переход от полной социально-экономической зависимости от взрослых к относительной независимости

Подростковый возраст: отдаление подростка от семьи

- Возникает необходимость в самоопределении, независимости, в отстаивании своих прав
- Происходит установление новых взаимоотношений со взрослыми, основанных не на принуждении, а на партнерстве, семья и подросток способствуют развитию друг друга

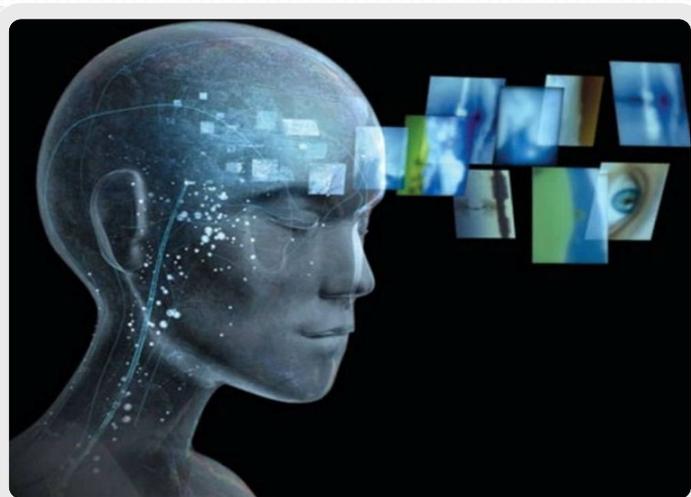


Подростковый возраст: изменение телесного восприятия

- Телесное самовосприятие у подростка формируется на основании как внутренних, так и внешних наблюдений и реакций окружения
- Отношение к своему телу отражается на поведении и взаимоотношениях с окружающими
- Цельное представление внешности превращается во фрагментарное, сосредоточенное на отдельных частях тела

Подростковый возраст: особенности мышления

- Развивается абстрактное мышление (способность мыслить сложными понятиями, анализировать)
- Мышление становится эгоцентрично (зациклено только на себе)



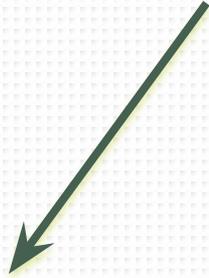
Подростковый возраст: влияние группы сверстников

- Оказывает эмоциональную поддержку подростку
- Уменьшает чувство беспокойства, неуверенности
- Позволяет общаться друг с другом
- Помогает легче справляться с физиологическими и психологическими изменениям подросткового возраста («Я такой не один»)

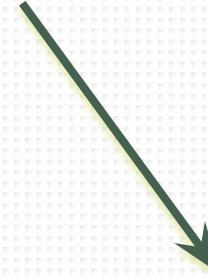
Кризис подросткового возраста

– это трудности в поведении подростков, возникающие вследствие психологических и физиологических изменений. Зачастую наблюдается снижение продуктивности и способности к учебной деятельности даже в той области, в которой ребенок одарен

Кризис подросткового возраста



Кризис независимости



Кризис зависимости

Кризис независимости

- Негативизм
- Упрямство
- Грубость
- Бунтарство
- Стремление во всем поступать по-своему
- Противостояние авторитетам
- Ревностное отношение к личному пространству

Кризис зависимости

- Чрезмерное послушание
- Возврат к детским интересам и формам поведения
- Зависимость от взрослых
- Несамостоятельность
- Инфантильность в суждениях и поступках
- Подчинение мнению большинства
- Стремление быть «как все»

Условия благополучного взросления подростков

- Поддержка, любовь и забота близких людей
- Получение достоверной информации о психологических и физиологических особенностях данного возраста
- Благополучное формирование чувства ответственности, навыков достойного поведения
- Направление энергии в конструктивное русло, например, в спорт

Условия неблагоприятного взросления подростков

- Отсутствие любви, поддержки и заботы близких людей
- Полное отсутствие информации или получение недостоверных знаний о психологических и физиологических особенностях подросткового возраста
- Несформированное чувство ответственности
- Отсутствие полезного досуга / хобби

Причины начала употребления ПАВ в подростковом возрасте

- Психологические
- Биологические
- Социальные

Психологические причины

- Особенности личности (самооценка, уровень уверенности в себе и т.п.)
- Копирование поведения сверстников
- Копирование поведения родителей

Биологические причины

- Генетическая предрасположенность

Социальные причины

- Легкодоступность ПАВ в обществе
- Реклама
- Принятие обществом факта употребления ПАВ как данности современного мира

Биопсихосоциальный подход

Предполагает целостный взгляд на человека с учетом биологических, психологических и социальных причин. Поэтому каждую причину следует рассматривать в комплексе с остальными

Первичная профилактика употребления ПАВ среди подростков. Работа медсестры с детьми

1. **Метод наблюдения** (поведение подростка, координация, манера общения, запах и т.п.)
2. **Беседа** (следует спокойно в доверительной атмосфере обсудить с ребенком возникшую проблему)

Вопросы, которые стоит задать ребенку:

1. Информирован ли ребенок о том, что употребление ПАВ формирует зависимость?
2. Как долго ребенок употребляет ПАВ?
3. Пробовал ли ребенок отказаться от зависимости?
4. Что привело подростка к началу употребления ПАВ?
5. Есть ли употребляющие родственники в семье?
6. Есть ли употребляющие сверстники в компании?
7. Что значит для ребенка употребление ПАВ (например, желание выглядеть взрослее, желание подражать сверстникам и т.п.)?
8. Знает ли ребенок о негативных последствиях употребления ПАВ?

Первичная профилактика употребления ПАВ среди подростков. Работа медсестры с детьми

Формирование у подростка мотивации на отказ от употребления ПАВ:

- Не эффективно запугивать ребенка
- Следует грамотно рассказать подростку о том, как пагубно употребление ПАВ сказывается на внешности и физической активности
- Стоит попробовать вместе с ребенком посчитать, сколько денег он тратит на свою зависимость в месяц / год, и какие полезные вещи на эти деньги можно было бы купить

При необходимости, следует информировать родителей ребенка о факте употребления подростком ПАВ

Вторичная профилактика употребления ПАВ среди подростков. Работа медсестры с детьми

Повышение информированности подростков
относительно негативных последствий употребления ПАВ
(беседы, видеолектории)

Первичная профилактика употребления ПАВ среди подростков. Рекомендации медсестры родителям

- Родителям следует успокоиться
- Проверить достоверность информации
- Не эффективно прибегать к наказаниям, агрессии и скандалу
- Родителям нужно спокойно обсудить со своим ребенком возникшую проблему и выяснить причины употребления ПАВ

Первичная профилактика употребления ПАВ среди подростков. Рекомендации медсестры родителям

- Следует рассказать своему ребенку о последствиях употребления ПАВ и поговорить о возможностях преодоления зависимости
- Родителям необходимо объяснить ребенку, что они желают для него самого лучшего
- Родителям нельзя доминировать в разговоре, активно навязывать ребенку свою точку зрения
- При необходимости, родители должны обратиться за помощью к специалисту

Вторичная профилактика употребления ПАВ среди подростков. Рекомендации медсестры родителям

- В семье должна присутствовать доверительная атмосфера
- Родителям следует считаться с мнением своего ребенка, уважать его взгляды, не подавлять его
- Родители должны использовать любую жизненную ситуацию, чтобы показать свое негативное отношение к употреблению ПАВ
- Родители не должны сами употреблять ПАВ
- Должна существовать единая позиция семьи и социального окружения по отношению к употреблению ПАВ

Фразы, которые не рекомендуется произносить в разговоре с подростком, и предполагаемая ответная реакция на них (на примере табакокурения)

Фраза	Реакция
«Ты еще мал курить!»	«Отлично! Как только вырасту...Хотя... я уже взрослый!»
«Чтоб я тебя не видел с сигаретой!»	«Нет проблем! Буду курить в более приятной компании»
«Курят только глупые люди»	«Может твой дядя Петя и глупый, а я знаю много отличных ребят, и все они курят!»
«Не смей курить!»	«Не надо мне приказывать!»
«Увижу с сигаретой – выгоню из дома!»	«Какая ерунда! Любопытно на это посмотреть»
«Сигарета – это яд. Капля никотина убивает лошадь».	«Это банально, к тому же я не лошадь!»
«Вот сейчас ты куришь, а потом начнешь пить и употреблять наркотики»	«А что, можно попробовать!»

Мероприятия ОГБУЗ «ЦМП» направленные на профилактику употребления ПАВ среди подростков

- Видеолектории
- Беседы
- Тренинги
- Викторины
- Информационные палатки
- Интерактивная выставка «Только так!»
- Музейные экспонаты ЗОЖ
- Индивидуальное психолого-педагогическое консультирование родителей по вопросам воспитания и поведения детей
- Психологическое семейное консультирование

Спасибо за внимание!



- г. Томск, ул. Красноармейская, 68
- Телефон: 8 (3822) 46-85-00 (регистратура)
- E-mail: cmp_tomsk@fastmail.com