Казенное общеобразовательное учреждение Орловской области
«Болховская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
КОУ ОО «Болховская общеобразовательная школа – интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
303140 Россия, Орловская область, г. Болхов, ул. Генерала Белова 82. тел. 2-39-44; 2-34-10; факс (8-486-40) 2-34-10; e-mail: oo_bolchovslikola@orel-region.ru; сайт: http://bolhov-int.obr57.ru

«Территория безопасности: комплексная профилактика употребления ПАВ и электронных систем»

Автор:

педагог-психолог

Емелина Ольга Александровна

Цель программы: Формирование у обучающихся с ОВЗ устойчивых поведенческих стереотипов безопасного образа жизни и навыков отказа от предложений попробовать неизвестные вещества.

Задачи:

- Дать доступные представления о том, что такое «лекарство» (помогает, дает врач/родитель), а что — «яд» (калечит, убивает).
- Сформировать алгоритм действий при столкновении с незнакомыми людьми или сверстниками, предлагающими «странные таблетки», «конфеты» или «нюхать клей».
- Развить умение обращаться за помощью к значимым взрослым (учителю, воспитателю, родителям).
- Корректировать импульсивность и учить контролировать свои желания через игровые ситуации.

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

- Блок 1. Базовая профилактика ПАВ (Традиционные вещества)
- Блок 2. Модуль «Невидимый дым: вейпы и электронные сигареты»
- Блок 3. Социально-бытовая адаптация и финансы
- Блок 4. Работа с семьей: «Безопасный дом — здоровый ребенок»

Материально-техническое оснащение

1. Оборудование учебного кабинета и мультимедиа

- Мебель

-Техническое оснащение

-Средства визуальной поддержки

2. Демонстрационные и дидактические материалы

-Сенсорные наборы

-Наглядные пособия

3. Материалы для практических занятий и тренингов

- Для арт-терапии и диагностики

-Для игровых механик

- Для родителей

4. Расходные материалы

Наглядные материалы (картинки и муляжи предметов для занятий)







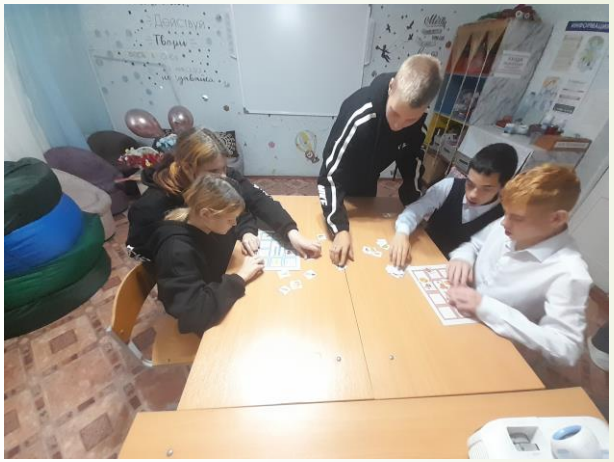






«Полезное и вредное».(фрагмент занятия)

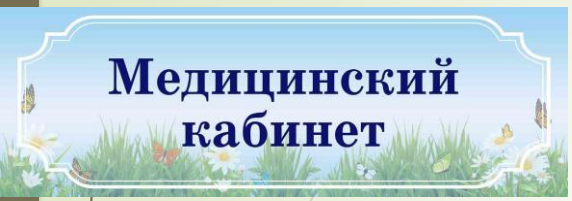








Экскурсия в школе







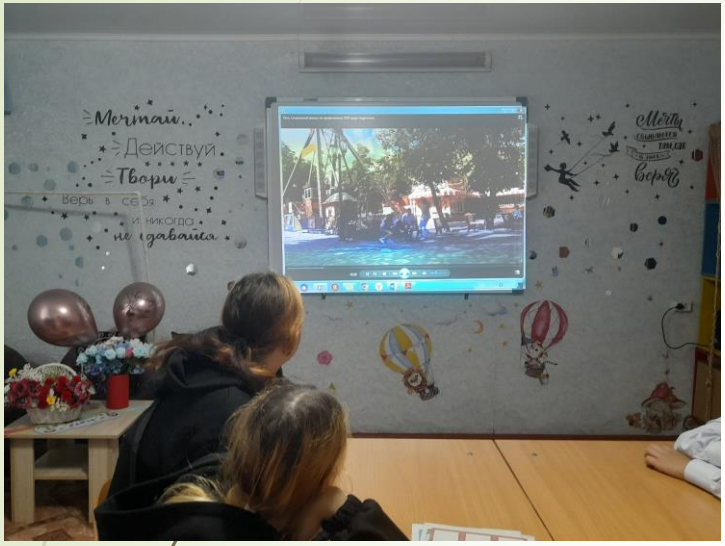


Встреча с сотрудниками ПДН



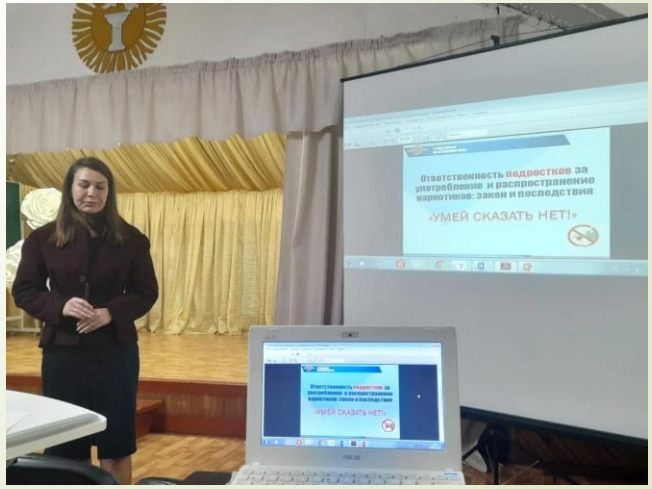


Просмотр короткого видео (без жестокости) о влиянии никотина на мозг. Использование метафоры: «Никотин — это клей для мозгов».

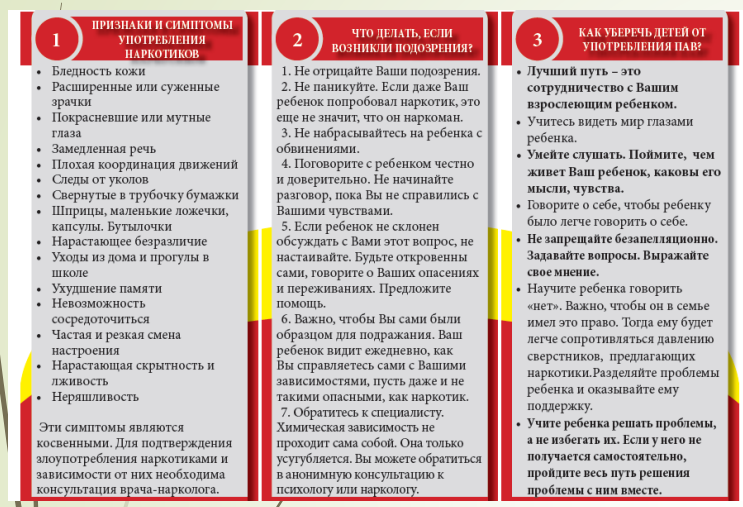








Памятки и буклеты для родителей



1 ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

- Бледность кожи
- Расширенные или суженные зрачки
- Покрасневшие или мутные глаза
- Замедленная речь
- Плохая координация движений
- Следы от уколов
- Свернутые в трубочку бумажки
- Шприцы, маленькие ложечки, капсулы. Бутылочки
- Нарастающее безразличие
- Уходы из дома и прогулы в школе
- Ухудшение памяти
- Невозможность сосредоточиться
- Частая и резкая смена настроения
- Нарастающая скрытность и лживость
- Неряшливость

Эти симптомы являются косвенными. Для подтверждения злоупотребления наркотиками и зависимости от них необходима консультация врача-нарколога.

2 ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ ПОДОЗРЕНИЯ?

1. Не отрицайте Ваши подозрения.
2. Не паникуйте. Если даже Ваш ребенок попробовал наркотик, это еще не значит, что он наркоман.
3. Не набрасывайтесь на ребенка с обвинениями.
4. Поговорите с ребенком честно и доверительно. Не начинайте разговор, пока Вы не справились с Вашими чувствами.
5. Если ребенок не склонен обсуждать с Вами этот вопрос, не настаивайте. Будьте откровенны сами, говорите о Ваших опасениях и переживаниях. Предложите помощь.
6. Важно, чтобы Вы сами были образцом для подражания. Ваш ребенок видит ежедневно, как Вы справляетесь сами с Вашими зависимостями, пусть даже и не такими опасными, как наркотик.
7. Обратитесь к специалисту. Химическая зависимость не проходит сама собой. Она только усугубляется. Вы можете обратиться в анонимную консультацию к психологу или наркологу.

3 КАК УБЕРЕЧЬ ДЕТЕЙ ОТ УПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ?

- **Лучший путь – это сотрудничество с Вашим взрослеющим ребенком.**
- Учитесь видеть мир глазами ребенка.
- **Умейте слушать. Поймите, чем живет Ваш ребенок, каковы его мысли, чувства.**
- Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить о себе.
- **Не запрещайте безапелляционно. Задавайте вопросы. Выражайте свое мнение.**
- Научите ребенка говорить «нет». Важно, чтобы он в семье имел это право. Тогда ему будет легче сопротивляться давлению сверстников, предлагающих наркотики.Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.
- **Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы с ним вместе.**



Что такое ПАВ?

Это психически активные вещества. То есть те вещества, которые могут изменять поведение человека.
К ним относятся продукты, содержащие алкалоиды. А лкалоиды в малых дозах содержатся в привычным нам продуктах — чай, кофе, сигареты. Но они входят в состав опасных для здоровья запрещенных препаратов.
В России запрещены канабиноиды, сальвинорин, псилоцибин, мескалин, кокаин, катинон, ДМТ.
Все запрещенные вещества приводят к изменению сознания — вызывают галлюцинации, приводят человека в состояние эйфории или апатии.

Как можно понять, что ребенок употребляет ПАВ?

Во-первых, часть ПАВ обладает запахом,
Второе. Сразу после употребления меняется поведение — после употребления конопли ребенок может быть импульсивным, легко заводиться и смеяться или наоборот быть подавленным. Меняются физиологические показатели — частота дыхания увеличивается, сужается размер зрачка, может повышаться потоотделение. Это уже не гормоны.
Третье. человек, употребляющий запрещенные вещества, чаще всего понимает, что нарушает закон. Он может стать скрытным, подозрительным, бояться выходить из комнаты. Если заметили, то стоит поговорить. Даже если проблема не связана с употреблением ПАВ, она скорее всего есть.
Четвертое, ребенок может пропускать занятия без причины или по вымышленной причине. Может начнет врать друзьям, родственникам, учителям. Не факт, что дело в ПАВ, может быть и подростковый нигилизм, но разобраться стоит.
Пятое, у него могут начаться проблемы с деньгами. Если вы заметили, что ребенок часто просит деньги, занимает деньги у одноклассников, подворовывает, то это тоже симптом.



Причины:

-любопытство (благодаря известному высказыванию не очень умных людей: «Все надо попробовать!»);
-желание быть похожим на «крутого парня», на старшего авторитетного товарища, часто личный пример родителей и т. д.;
-желание быть «плохим» в ответ на постоянное давление со стороны родителей: «Делай так, будь хорошим». Это может быть и способом привлечения внимания;
-безделье, отсутствие каких-либо занятий либо обязанностей, в результате - эксперименты от скуки.

Признаки и симптомы употребления ПАВ

- **Бледность кожи.**
- **Расширенные или суженные зрачки.**
- **Покрасневшие или мутные глаза.**
- **Замедленная речь.**
- **Плохая координация движений.**
- **Следы от уколов.**
- **Свернутые в трубочку бумажки.**
- **Шприцы, маленькие ложечки, капсулы, бутылочки.**
- **Уходы из дома, прогулы в учебе.**
- **Невозможность сосредоточиться.**
- **Бессонница.**
- **Частая и резкая смена настроения.**
- **Нарастающая лживость.**

ЗАДУМАЙТЕСЬ:

- ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может быть внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний и интересов никому нет дела;
- ограничиваемый в своей активности ребенок не приобретает собственного жизненного опыта; не убеждается лично в том, какие действия разумны, а какие - нет; что можно делать, а чего следует избегать;
- в отношениях с подростком обязательно должно присутствовать доверие. При этом у ребенка не должно быть ощущения вторжения в его дела, он добровольно должен впускать вас в свою личную жизнь. На примере различных жизненных ситуаций ребенку необходимо объяснять, что проблемы нужно решать, а не бежать от них.

Как уберечь наших детей от этого зла?
Лучший путь – это сотрудничество с вашим взрослеющим ребенком.
Учитесь видеть мир глазами ребенка. Для этого полезно вспомнить себя в таком же возрасте.
Умейте слушать. Поймите, чем живет ваш ребенок, каковы его мысли и чувства.
Говорите о себе, чтобы ребенку было легче говорить вам о себе.
Не запрещайте безапелляционно. Задавайте вопросы, выражайте свое мнение.
Научите ребенка говорить «нет». Тогда ему легче будет сопротивляться давлению сверстников.
Разделяйте проблемы ребенка и оказывайте ему поддержку.
Учите ребенка решать проблемы, а не избегать их. Если у него не получается самостоятельно, пройдите весь путь решения проблемы вместе с ним.

Используйте в повседневном общении приветливые фразы:

- ✓ **Мне хорошо с тобой**
- ✓ **Как хорошо, что ты у нас есть**
- ✓ **Я рада тебя видеть**
- ✓ **Хорошо, что ты пришел**
- ✓ **Мне нравится как ты...**
- ✓ **Я по тебе соскучилась**
- ✓ **Давай вместе...**
- ✓ **Ты мой хороший**
- ✓ **Я горжусь тобой**